

BUKU AJAR

PSIKOLOGI KESEHATAN : Teori dan Aplikasinya di Bidang Kesehatan Masyarakat



Anggota APPTI No. 002.115.1.05.2020

Anggota IKAPI No. 127/JTI/2018

Jember University Press
Jl. Kalimantan 37 Jember 68121
Telp. 0331-330224, psw. 0319
E-mail: upt-penerbitan@unej.ac.id



PSIKOLOGI KESEHATAN : Teori dan Aplikasinya di Bidang Kesehatan Masyarakat

Dr. Dewi Rokhmah, S. KM., M. Kes, dkk



Oleh :
Dr. Dewi Rokhmah, S.KM., M.Kes
Erdi Istiaji, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Taufan Asrisyah Ode, S.KM., M.Kes

BUKU AJAR

PSIKOLOGI KESEHATAN **(Teori dan Aplikasinya di Bidang Kesehatan** **Masyarakat)**

Dr. Dewi Rokhmah, S.KM., M.Kes

Erdi Istiaji, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Taufan Astrisyah Ode, S.KM., M.Kes

UPT PENERBITAN
UNIVERSITAS JEMBER

2020

PSIKOLOGI KESEHATAN : Teori dan Aplikasinya di Bidang Kesehatan Masyarakat

Penulis:

Dr. Dewi Rokhmah, S.KM., M.Kes
Erdi Istiaji, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Taufan Asrisyah Ode, S.KM., M.Kes

Layouter :

Retno Dwi Astuti, S.KM

Editor :

Retno Dwi Astuti, S.KM

ISBN:

978-623-7973-37-9

Penerbit:

UPT Penerbitan Universitas Jember

Redaksi:

Jl. Kalimantan 37
Jember 68121
Telp. 0331-330224, Voip. 00319
e-mail: upt-penerbitan@unej.ac.id

Distributor Tunggal:

UNEJ Press
Jl. Kalimantan 37
Jember 68121
Telp. 0331-330224, Voip. 0319
e-mail: upt-penerbitan@unej.ac.id

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang. Dilarang memperbanyak tanpa izin tertulis dari penerbit, sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apapun, baik cetak, photoprint, maupun microfilm.

KATA PENGANTAR

Buku Ajar Psikologi Kesehatan (Teori dan Aplikasinya di Bidang Kesehatan Masyarakat) dalam Bahasa Indonesia belum banyak ditulis oleh para praktisi. Akan tetapi realisasi dalam bentuk praktik di lapangan sudah banyak dilakukan oleh para praktisi, peneliti maupun dari kalangan umum. Kehadiran buku Psikologi Kesehatan ini akan memenuhi kehausan informasi tentang Psikologi terutama dalam praktiknya di bidang kesehatan masyarakat.

Mengaplikasikan teori psikologi terutama terkait dengan pesan kesehatan masyarakat bukan persoalan yang mudah. Maka dari itu mahasiswa, dosen maupun peneliti dan para praktisi perlu melakukan pendalaman ilmu melalui literatur tentang psikologi dalam kaitannya dengan bidang kesehatan masyarakat. Di sisi lain, pada era industri 4.0 ini segala kemudahan diberikan. Masyarakat dapat mengakses apa saja melalui smartphone. Dimana salah satu penggunaan smartphone yang berdampak pada komunikasi sosial adalah segala jenis media sosial atau akun di dunia maya dan segala aplikasi yang memudahkan masyarakat untuk menerima dan mencari informasi. Namun informasi yang tepat belum tentu dapat diakses oleh masyarakat melalui media sosial. Maka dari itu psikologi kesehatan dalam bidang kesehatan masyarakat adalah kebutuhan yang sangat urgen untuk saat ini.

Semoga kehadiran buku ini dapat membantu para mahasiswa, dosen, peneliti dan praktisi serta kalangan umum untuk memahami dan memperluas wawasan tentang psikologi kesehatan dalam bidang kesehatan masyarakat.

Jember, 30 Oktober 2020

Dr. Dewi Rokhmah, S.KM., M.Kes

PRAKATA

Segala puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas izin-Nya buku ajar mata kuliah Psikologi Kesehatan dapat diselesaikan. Mata kuliah Psikologi Kesehatan merupakan mata kuliah yang ditempuh oleh mahasiswa dan menjadi bahan rujukan dalam proses pembelajaran di perkuliahan. Oleh karena itu hadirnya buku ajar mata kuliah ini memang sangat dibutuhkan. Buku ajar ini memenuhi kepentingan mahasiswa dalam mempelajari faktor psikologis pada masyarakat sehingga mampu menyikapi segala permasalahan khususnya masalah kesehatan masyarakat serta dapat menganalisis dan menjabarkan peran Psikologi dalam hal pengembangan kesehatan masyarakat dan menerapkan ilmu psikologi dalam kegiatan promosi kesehatan secara terampil.

Kami mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesaikannya buku ajar ini. Harapan kami semoga buku ajar ini bermanfaat bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat. Tentu saja kami tetap menerima saran dan kritik terhadap isi buku ajar ini demi perbaikannya kedepan.

Jember, 30 Oktober 2020

Dr. Dewi Rokhmah, S.KM., M.Kes

DAFTAR ISI

Buku Ajar

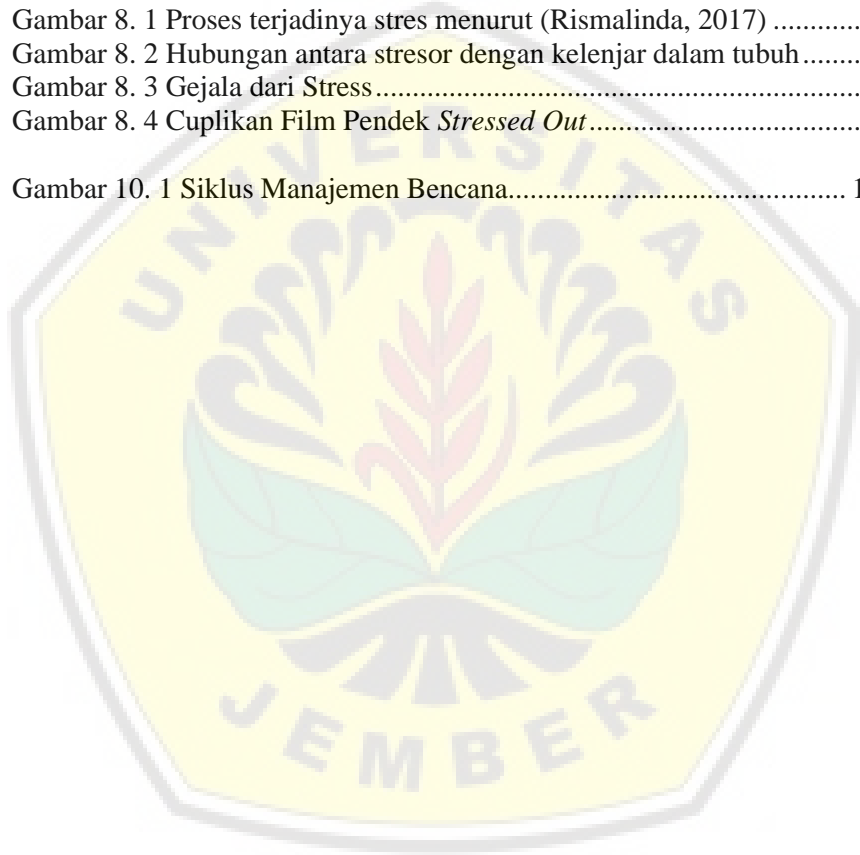
KATA PENGANTAR.....	i
PRAKATA	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	vi
BAB 1 KONSEP DASAR PSIKOLOGI KESEHATAN.....	1
1.1 Pengertian Psikologi.....	1
1.2 Sejarah Psikologi.....	2
1.3 Ruang Lingkup Psikologi.....	3
1.4 Fase Perkembangan Keilmuan Psikologi.....	4
1.5 Ruang Lingkup Psikologi Kesehatan dan Kesehatan Mental.....	8
BAB 2 PENDEKATAN DAN TEORI DALAM PSIKOLOGI KESEHATAN	9
2.1 Perspektif Teori Psikoanalisis	9
2.2 Perspektif Teori Strukturalisme.....	10
2.3 Perspektif Teori Humanistik	12
2.4 Perspektif Fungsional.....	15
2.5 Perspektif Behavioral	16
2.6 Tahapan Perkembangan Behavioristik.....	18
BAB 3 PERILAKU SEHAT DAN SAKIT	20
3.1 Terminologi Kesehatan	20
3.2 Penyakit – Kesakitan.....	21
3.3 Perilaku Kesehatan	21
3.4 Status Kesehatan (<i>Health Status</i>)	26
3.5 Populasi Berisiko.....	26
3.6 Faktor Risiko dan faktor protektif.....	26
BAB 4 PROSES TERJADINYA PERSEPSI, BELAJAR, DAN PEMANFAATAN INTELEGENSI.....	28
4.1 Pengertian Persepsi dan Belajar	28
4.1.1 Persepsi.....	28
4.1.2 Belajar	29
4.2 Teori-Teori Belajar dan Pemanfaatannya.....	30
4.2.1 Teori Belajar menurut Faculty-Psychology (Ilmu Jiwa Daya)	30
4.2.2 Teori Belajar menurut Ilmu Jiwa Asosiasi.....	30
4.2.3 Teori Belajar menurut Ilmu Jiwa Gestalt (Organis)	30

4.3	Definisi dan Teori-Teori Intelegensi	31
4.3.1	Definisi Intelegensi.....	31
4.3.2	Teori-teori Inteligensi.....	32
4.4	Intelegensi dan Pemanfaatannya	33
BAB 5 PROSES TERJADINYA MOTIVASI DAN PERILAKU		41
5.1	Motivasi.....	41
5.1.1	Pengertian Motivasi.....	41
5.1.2	Teori Motivasi dan Perilaku	42
5.2	Perilaku.....	48
5.3	Hubungan Motivasi, Konflik, Frustasi dengan Perilaku	49
5.3.1	Hubungan Motivasi dengan Perilaku	49
5.3.2	Hubungan Konflik dengan Perilaku	49
5.3.3	Hubungan Frustasi dengan Perilaku	51
BAB 6 KEPERIBADIAN: DEFINISI, TEORI, DAN FAKTOR		
PEMBENTUK		56
6.1	Pengertian dan Teori-Teori Kepribadian.....	56
6.2	Proses Terbentuknya Kepribadian.....	58
6.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepribadian	59
6.4	Macam dan Bentuk Kepribadian	61
6.5	Penggunaan Video Sebagai Media Pembelajaran	65
BAB 7 INTERAKSI SOSIAL DAN SIKAP SOSIAL.....		68
7.1	Definisi Interaksi Sosial	68
7.2	Definisi Situasi Sosial	71
7.3	Kenyataan Sosial	72
7.4	Teori-teori Interaksi Sosial.....	72
7.5	Sikap Sosial Kelompok dan Individu	77
7.6	Pembentukan Sikap Sosial	77
7.7	Ciri-ciri Sikap Sosial	79
BAB 8 PROSES PENANGANAN STRES DAN ASPEK PENTING		
PADA KESEHATAN		81
8.1	Definisi Tentang Stres	81
8.2	Sumber Stres.....	82
8.3	Proses Terjadinya Stres	84
8.4	Konsekuensi dari Stres	86
8.5	Faktor Penyebab TerjadinyaStres.....	86
8.6	Pengelolaan dan Manajemen Stres.....	87
BAB 9 PSIKOLOGI KOMUNITAS DALAM ASPEK KESEHATAN		
MASYARAKAT.....		95
9.1	Pengertian Psikologi Komunitas	95
9.2	Kontribusi Psikologi dalam Menyelesaikan Permasalahan Sosial	

9.3	Pendekatan pada Psikologi Komunitas	98
9.4	Penerapan psikologi Komunitas pada masalah komunitas	99
BAB 10 PSIKOLOGI BENCANA		104
10.1	Pengertian Psikologi Bencana	104
10.2	Jenis-jenis Bencana	105
10.3	Pendekatan Psikologi dalam Penanganan Bencana.....	106
10.4	Manajemen Bencana dan Dampak Psikososialnya	113
10.4.1	Pengertian Manajemen Bencana	113
10.4.2	Tujuan Manajemen Bencana	114
10.4.3	Ruang lingkup Manajemen Bencana.....	114
10.4.4	Prinsip Manajemen Bencana	115
10.4.5	Dampak Bencana.....	116
10.4.6	Dampak Psikososial	117
BAB 11 PSIKOLOGI KOMUNIKASI DALAM PENANGANAN MASALAH KESEHATAN MASYARAKAT		119
11.1	Pengertian Psikologi Komunikasi	119
11.1.1	Psikologi secara umum.....	119
11.1.2	Komunikasi secara umum	120
11.1.3	Psikologi Komunikasi	122
11.2	Faktor-faktor penunjang Proses Komunikasi yang efektif	123
11.3	Permasalahan dalam perilaku berkomunikasi	125
11.4	Peranan Perilaku berkomunikasi Individu dalam penyelesaian masalah kesehatan masyarakat	126
DAFTAR PUSTAKA.....		128

DAFTAR GAMBAR

Gambar 5. 1 Piramid Kebutuhan Manusia	54
Gambar 5. 2 Contoh Video tentang Motivasi.....	55
Gambar 8. 1 Proses terjadinya stres menurut (Rismalinda, 2017)	84
Gambar 8. 2 Hubungan antara stresor dengan kelenjar dalam tubuh.....	85
Gambar 8. 3 Gejala dari Stress	86
Gambar 8. 4 Cuplikan Film Pendek <i>Stressed Out</i>	89
Gambar 10. 1 Siklus Manajemen Bencana.....	114



DAFTAR PUSTAKA

- Adisucipto, 2011. Perspektif Frustrasi Agresi Dalam Memandang tingkah Laku Agresi P (online), (<http://olahraga.kompasiana.com/bola/2011/03/03/perspektif-frustrationagression-dalam-memandangtingkah-laku-agresif-suporter-sepakbola-atas-kekalahan-tim-yangdidukungnya/>, diakses tanggal 12 Desember 2011)
- Agus, P. A. (2013). pengaruh motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap kepuasan kerja. *jurnal ilmu manajemen* , 1(1): 337-387
- Ahmadi, A., 2002. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Alwilsol. (2004). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press
- Atkinson, Rita L., dkk, 1994. *Pengantar Psikologi 1*, Terjemahan, Yogyakarta: Intaraksara
- Budiarti, M. (2016). *Bimbingan Konseling*. Magetan: CV. AE Media Grafika
- Chairilisyah, D. (2012). PEMBENTUKAN KEPERIBADIAN POSITIF ANAK SEJAK USIA DINI. *EDUCHILD*
- Chaplin, J. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press
- Davis, K., & Newstrom, J. W. (1985). *Perilaku dalam Organisasi*. Jakarta: Erlangga
- Desmita. 2011. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Djaal. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara

- Djaali, H. (2011). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : PT Bumi Aksara
- Douglas J. Goodman. 2014. *Teori Sosiologi*. Bantul: Kreasi Wacana
- Edy, P. (2014). Model motivasi trisula: sintesis baru teori motivasi berprestasi. *jurnal psikologi*, 41(2): 218-228
- Fabella, A. T. (1993). *You Can Cope With Stres (Anda Sanggup Mengatasi Stres)*. Indonesia: Publishing House
- Fadillah, A., & Baist, A. (2017). HUBUNGAN MOTIVASI DAN PERILAKU TERHADAP HASIL BELAJAR. *Prima: Jurnal Pendidikan Matematika Vol. 1, No. 1, Juli 2017, hal. 43-48 P-ISSN: 2579-9827, E-ISSN: 2580-2216*
- Fahyuni, Eni Fariyatul dan Istikomah. 2016. *Psikologi Belajar & Mengajar*. Sidoarjo : Nizamia Learning Center
- Fauzi, D. A. (2004). *Psikologi Umum*. Bandung : CV Pustaka Setia
- Freist, J. &. (1998). *Theories of Personality*. Amerika: Mc Graw
- G. H. (2014). Pengaruh motivasi kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan. *jurnal administrasi bisnis*, 13(1) : 1-8
- Ghufron , M. N., & S, R. R. (2014). *Teori - Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar - Ruzz Media
- Haryanto, Budi. 2004. *Psikologi Pendidikan dan pengenalan Teori-teori Belajar*, Sidoarjo:Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.
- Hermaya, T. (2010). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

- Ina. 2017. *Sejarah Perkembangan Psikologi Paling Lengkap*. Diambil dalam <https://dosenpsikologi.com/sejarah-perkembangan-psikologi> [diakses pada tanggal 25 Februari 2019]
- Indrizal, Edi. “DISKUSI KELOMPOK TERARAH Focus Group Discussion (FGD).” 75-82
- Jahja, Yudrik. 2013. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta:Kencana Prenamadia Group
- Kulsum, U. & Jauhar, M., 2014. *Pengantar Psikologi Sosial*. Jakarta: Prestasi Pustakarya
- Latipun. 2010. *Psikologi Kesehatan*. Edisi Ketiga. Malang: UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang
- Lukluk, Zuyina. *Psikologi Kesehatan*. Jogjakarta: Nuha Media, 2010
- Maramis, WF. 2013. *Ilmu Perilaku dalam Pelayanan Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press
- Marzali, A. 2006. Struktural-Fungsionalisme. *Jurnal Antropologi Indonesia*. 30 (2): 127-137
- Minderop, A. (2016). *Psikologi dan Sastra*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Munandar, A. S. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Tangerang: UI – Press
- Nangoi, Priscila. 2015. *Sejarah Psikologi Indonesia*. Diakses pada tanggal 25 Februari 2019
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta

- Notoatmodjo, Soekidjo. *Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan* . Jakarta: Rineka Cipta, 2012. Di akses 11 maret 2019. *Ukuran Kesakitan dan Kematian dalam Epidemiologi*. http://dinus.ac.id/repository/docs/ajar/BAB_II.docx
- Notosoedirdjo, M., Latipun. 2016. *Kesehatan Mental Edisi 4*. Malang: UMM Press
- Nugraha, U. (2015). Hubungan Persepsi, Sikap Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa* , 1-8
- Pearson, S. (2017). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Rismalinda. (2017). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Rismalinda. (2017). *Psikologi Kesehatan* . Jakarta Timur: CV Trans Info Media
- Rismalinda. (2017). *Psikologi Kesehatan* . Jakarta: Trans Info Media
- Sahlan, A. K. (2018). *Mendidik Perspektif Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Deepublish
- Santosa, Slamet. 2004. *Dinamika Kelompok*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Slamet, S., & Markam, S. (2003). *Pengantar Psikologi Klinis*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia
- Soemanto, W. (2012). *Psikologi Pendidikan : Landasan Kerja Pimpinan Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Stefanus M. Marbun, S. M. 2018. *Psikologi Pendidikan*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia

Sukaimi, S. (2013). PERAN ORANG TUA DALAM PEMBENTUKAN KEPERIBADIAN ANAK. *Marwah*

Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC

Tanjung, H. (2019). *Jadi Korban Bullying, Siswi SMP Di Pekanbaru Mengurung Diri*. Pekanbaru: Logo Riau Online

Tribbunnews. 2018. *Mendorong Interaksi Sosial Pengunjung, Bar ini Larang Penggunaan Ponsel*. Diambil dari <http://medan.tribunnews.com/2018/10/31/mendorong-interaksi-sosial-pengunjung-bar-ini-larang-penggunaan-ponsel?page=2> pada [08/04/2019]

Waslan. 2015. *Kepribadian dalam Teks Sastra: Suatu Tinjauan Teori Sigmund Freud*