

## PENGANTAR

### *Peran Psikologi Kesehatan Menuju Indonesia Sehat dan Hidup Berkualitas (Sehat Fisik, Mental, Sosial dan Spiritual)*

Kesehatan merupakan suatu aspek yang dianggap penting dalam kualitas kehidupan manusia. Pada awalnya, pendekatan biomedis yang berbasis kedokteran lebih mengartikan kondisi sehat sebagai ketiadaan penyakit dalam tubuh seseorang. Namun seiring dengan perkembangan dan kebutuhan zaman, dibutuhkan pendekatan yang lebih menyeluruh dalam memandang kesehatan. Sebagai contoh, di Indonesia masih terdapat beberapa daerah rawan penyakit yang disebabkan oleh infeksi virus, maupun kontaminasi bakteri, seperti demam berdarah, kolera, TBC, flu burung, dan sebagainya. Di sisi lain, mulai merebak pula jenis gangguan kesehatan yang ditimbulkan oleh gaya hidup dan kebiasaan tidak sehat, seperti: obesitas, tekanan darah tinggi, kolesterol, diabetes mellitus, serangan jantung, penyempitan pembuluh darah, dan seterusnya. Ironisnya, masalah kesehatan tersebut seringkali terjadi di daerah perkotaan maupun di lokasi yang terjangkau oleh pelayanan medis. Dengan demikian, berbagai penyakit ini bukan semata-mata disebabkan oleh infeksi virus/bakteri, namun lebih diakibatkan oleh gaya hidup masyarakat yang gemar mengkonsumsi makanan berlemak, mengandung kolesterol, dan berkadar gula tinggi, malas berolahraga, perilaku merokok, serta tingkat stress yang tinggi. Hal lain yang lebih memprihatinkan adalah semakin menyebarnya penyakit HIV/AIDS akibat penggunaan jarum suntik secara bergantian oleh pecandu narkoba, perilaku seksual yang tidak aman, dan sebagainya.

Berdasarkan gambaran tersebut, peningkatan kualitas kesehatan masyarakat tentunya tidak lagi dapat dipandang hanya dari perspektif biomedis. Penanganan penyakit dan gangguan kesehatan membutuhkan pendekatan yang lebih menyeluruh. Selain secara biologis, faktor-faktor lain, seperti sosial, mental, serta spiritual menjadi indikator yang juga penting untuk memandang sehat tidaknya individu. Tidak hanya menempatkan tenaga medis dan pemerintah sebagai pihak yang paling bertanggung jawab, namun juga melibatkan peran masing-masing individu dalam masyarakat terhadap kesehatan pribadi maupun lingkungan di sekitarnya.

Psikologi sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari proses berpikir dan perilaku manusia tentunya dapat memberikan sumbangsih dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap peningkatan kualitas hidupnya sendiri. Salah satu bidang ilmu dalam psikologi yang berfokus pada peningkatan kesehatan ini adalah Psikologi Kesehatan. Hal inilah yang melatarbelakangi diadakannya acara Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan II yang mengangkat tema “Peran Psikologi Kesehatan Menuju Indonesia Sehat”, dengan *tag line* “Hidup Berkualitas: Sehat Fisik, Mental, Sosial, dan Spiritual”.

Konferensi ini bertujuan untuk: 1) Meningkatkan kesadaran peserta (sivitas akademika maupun masyarakat umum) akan pentingnya penanganan kesehatan secara menyeluruh (fisik, psikis, sosial, dan spiritual). 2) Memperluas pandangan dan memperdalam pemahaman tentang penanganan kesehatan, seperti Pendekatan Psikologi Medis

(*Medical Psychology*), Psikologi Komunitas, maupun Pemberdayaan Wanita dalam peningkatan kualitas kesehatan.

Kegiatan Konferensi terdiri dari seminar yang membahas kesehatan dari beberapa sudut pandang, mulai dari perspektif Psikologi Kesehatan, perspektif Psikologi Medis, sudut pandang komunitas (makro) dalam melakukan intervensi kesehatan, serta membahas pentingnya peranan wanita dalam peningkatan kualitas kesehatan masyarakat. Aktivitas berikutnya dilanjutkan dengan pemaparan hasil-hasil penelitian maupun pemikiran terbaru dari para peneliti di bidang Psikologi, serta kegiatan *workshop* yang berhubungan dengan peranan Psikologi Kesehatan dalam peningkatan kualitas kesehatan masyarakat (fisik, mental, sosial, dan spiritual).

Demikianlah pengantar saya sebagai Ketua Panitia Konferensi Nasional II Psikologi Kesehatan, saya berharap Konferensi ini membawa manfaat yang sebesar-besarnya bagi pengembangan Ilmu Psikologi.

**Jakarta, Juni 2014**

**Ketua Panitia KONAS II Psikologi Kesehatan**

**Alabanyo Brebahama, M.Psi**