

# KESEHATAN MENTAL

<http://homeofangel.or.id/>

**SANTOSO TRI RAHARJO**  
**MEILANNY BUDIARTI S.**



# **KESEHATAN MENTAL**

(KUMPULAN TULISAN)

**SANTOSO TRI RAHARJO  
MEILANNY BUDIARTI S.**



*Copyright @2016, Santoso Tri Raharjo & Meilanny Budiarti S.*

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.  
Dilarang mengutip atau meperbanyak sebagian  
atau seluruh isi buku tanpa izin tertulis dari Penerbit.



Cetakan ke-1, Juli 2016  
Diterbitkan oleh Unpad Press  
Gedung Rektorat Unpad Jatinarong, Lantai IV  
Jl. Ir. Soekarno KM 21 Bandung 45363  
Telp. (022) 84288867/ 84288812  
Fax : (022) 84288896  
e-mail : [press@unpad.ac.id](mailto:press@unpad.ac.id) / [press@unpad.ac.id](mailto:press@unpad.ac.id) .  
<http://press.unpad.ac.id>  
Anggota IKAPI dan APPTI

Editor : Nurliana Cipta Apsari  
Tata Letak : Santoso Tri Raharjo  
Desainer Sampul : Santoso Tri Raharjo

Perpustakaan Nasional : Katalog Dalam Terbitan (KDT)  
Santoso Tri Raharjo & Melanny Budiarti S.

Kesehatan Memtal

Raharjo, ST. & Budiarti, M.. Penyunting, Nurliana Cipta Apsari

--Cet. Ke-1-- Bandung; Unpad Press; 2016

h.; 21 cm

ISBN : 978-602- 6242-49-5>

I . Judul: Kesehatan Mental; Raharjo, ST & Budiarti, M.



## **KATA PENGANTAR**

Buku Kesehatan Mental ini merupakan kumpulan tulisan dari para mahasiswa yang mengikuti perkuliahan Kesehatan Mental. Penulisan buku menjadi bagian strategis dari proses pembelajaran berbasis riset. Dimana hasil penulisan buku ini dapat dipergunakan sebagai bahan bacaan, sekaligus bahan ajar perkuliahan.

Selain itu, penulisan ini dimaksudkan untuk memperbanyak bahan-bahan tulisan dalam perspektif pekerjaan sosial, mengenai berbagai hal yang terkait dengan bidang praktik pekerjaan sosial.

Semoga penulisan buku ini dapat meningkatkan pemahaman pembaca akan pelayanan sosial bagi penyandang disabilitas.  
Terima Kasih

Jatinangor, Juli 2016  
STR & M.B.S.

## **DAFTAR ISI**

<b>PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
<b>APA ITU KESEHATAN MENTAL/GANGGUAN MENTAL? OLEH: NADILA DWIANTI</b>	<b>6</b>
<b>PENYALAHGUNAAN OBAT OLEH: SHARYN RAHMA AULIA</b>	<b>23</b>
<b>GANGGUAN MENTAL, DEPRESI DAN BIPOLAR OLEH: AILSA FEBRYANI KANGIE</b>	<b>47</b>
<b>KESEHATAN MENTAL WANITA OLEH: RUNIAHANIFA</b>	<b>67</b>
<b>DAMPAK GANGGUAN KESEHATAN MENTAL MINOR TERHADAP KESEHATAN FISIK OLEH: ASTRIDINAR VANIA ELDERIA</b>	<b>92</b>
<b>ANCAMAN DARI GANGGUAN MAKAN PADA REMAJA OLEH: DELVIANISA WIDOWATI</b>	<b>108</b>
<b>BUNUH DIRI OLEH: HEDA ZAFIRAH</b>	<b>144</b>
<b>PENYAKIT MENTAL SKIZOFERNIA OLEH: ANINDYA LARASATI</b>	<b>185</b>
<b>PENUTUP</b>	<b>197</b>

# PENDAHULUAN

---

Sesungguhnya tema tulisan kesehatan mental dalam perkembangan kekinian sangatlah aktual. Banyak orang-orang yang sudah tidak mampu lagi mengendalikan dirinya sendiri, sehingga terbawa kepada situasi yang semakin tidak menentu. Pada akhirnya ketidakmampuan tersebut membawa dampak yang merugikan, baik bagi dirinya sendiri maupun orang-orang di sekitarnya. Ketidakmampuan mengendalikan diri tersebut merupakan bagian atau karakteristik dari kajian kesehatan mental, sebagaimana pernah dikemukakan oleh Prof. Zakiah Darajat tentang kesehatan jiwa, bahwa orang yang sehat secara mental orang yang terhindar dari gejala gangguan dan penyakit jiwa, yang mampu menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada seoptimal mungkin dan yang membawa kepada kebahagiaan bersama dan keharmonisan hidup.

Dewasa ini banyak orang tidak mampu mengendalikan dan menyesuaikan diri dengan perkembangan jaman, cenderung terbawa arus godaan dunia atau budaya materialis

Perkembangan masyarakat Indonesia saat ini yang cenderung bergerak ke arah sifat individual dan materialis serta konsumerisme. Pada sisi berikutnya nilai-nilai religis dan kebersamaan mulai ditinggalkan. Keberhasilan manusia seringkali diukur dengan pangkat, harta dan jabatan yang diperoleh atau dicapainya. Sehingga tidak jarang pula terdapat sebagian masyarakat yang berusaha mencapai ukuran keberhasilan tersebut dengan berbagai cara, bahkan cara-cara yang tidak halal. Manusia mulai kesepian di tengah keramaian (*teralienasi*). Ukuran-ukuran keberhasilan materialis tersebut sudah mulai tersosialisasi melalui tahapan pendidikan mulai dari pra sekolah, pendidikan dasar, hingga pendidikan lanjutan, bahkan pada perguruan tinggi. Para orang tua dan orang dewasa secara sengaja atau tidak sengaja telah mempertontonkan ukuran keberhasilan ‘materialis’ mereka kepada anak-anak. Pendidikan yang seharusnya memanusiasikan manusia, berjalan ke arah yang berlainan.

Kondisi tersebut menjadi lahan subur dari tumbuh dan berkembangnya penyakit-penyakit mental, karena manusia mulai hanya terfokus untuk memenuhi kebutuhan hanya pada salah satu dimensi diri manusia. Keseimbangan diri manusia untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar menjadi rapuh. Kesehatan mental menjadi persoalan yang krusial saat ini dan seterusnya bagi masyarakat Indonesia.



ISBN 978-602-6242-50-1



9 786026 242501 >