



BUKU AJAR

PSIKOLOGI KLINIS

Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog | Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog
Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog

TENTANG PENULIS



Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog lahir di Jakarta pada tahun 1984. Sejak tahun 2015 bergabung ke Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sebagai dosen tetap dengan keahlian di bidang Psikologi Klinis. Selain sebagai pengajar, ia juga seorang praktisi Psikolog Klinis yang berpraktik di Klinik Utama Talenta Center dengan pengalaman lebih dari 10 tahun menangani berbagai kasus seperti depresi, kecemasan, gangguan kepribadian, dan berbagai isu kesehatan mental lainnya. Berbagai karya ilmiahnya dapat diakses melalui <https://www.researchgate.net/profile/Rika-Fitriyana-2>



Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog lahir di Jakarta pada 1986 merupakan alumni S-1 di Program Studi Psikologi, Universitas Paramadina Jakarta dan kemudian melanjutkan pendidikan ke Magister Profesi Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta dengan fokus psikologi klinis dewasa. Saat ini ia aktif sebagai dosen di Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Beberapa mata kuliah yang diampu: Psikologi Klinis, Psikologi Abnormal dan Psikopatologi, Teori Kepribadian, Pengantar Pemeriksaan Psikologi dan Kode Etik, Psikologi Kognitif, Pemeriksaan Psikologi Observasi, Pemeriksaan Psikologi



Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog lahir di Madiun pada 17 Januari 1987. Menempuh pendidikan S1 di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Melanjutkan pendidikan Magister Profesi Psikologi S2 di Magister Profesi Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada Yogyakarta. Saat ini menjadi dosen di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Selain itu juga praktek sebagai Psikolog Klinis di salah satu klinik di Bekasi. Di samping itu aktif melakukan asesmen, intervensi atau penanganan, penelitian serta pengabdian masyarakat di bidang keilmuan psikologi klinis.



0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362



BUKU AJAR PSIKOLOGI KLINIS

Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog
Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog
Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog



eureka
media aksara

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

BUKU AJAR PSIKOLOGI KLINIS

Penulis : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog
Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog
Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog

Desain Sampul : Ardyan Arya Hayuwaskita

Tata Letak : Ahmad Yusuf Efendi, S.Pd

ISBN : 978-623-151-517-9

No. HKI : EC00202383870

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, SEPTEMBER 2023**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekaediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2023

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh
isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun,
termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman
lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas Karunia dan Petunjuk-Nya untuk mengizinkan terselesaikannya buku ajar untuk mata kuliah psikologi klinis. Dengan adanya buku ajar psikologi klinis ini, harapannya adalah dapat memudahkan para tim pengajar dan mahasiswa untuk berkolaborasi dalam mempelajari psikologi klinis. Setelah mempelajari buku ini diharapkan dapat memahami peran keilmuan psikologi klinis tentunya di era digital saat ini. Era digital yang dimaksud disini adalah era dimana yang ditunjukkan oleh perkembangan teknologi yang cukup pesat.

Buku ini disusun diambil dari kumpulan materi yang sudah pernah diajarkan di kelas. Tim penyusun dalam buku ajar ini mengupayakan untuk menyajikan dengan penjelasan yang cukup konkrit, jelas supaya mudah dipahami oleh pembaca. Di samping penyusunan materi ini disesuaikan dengan kondisi yang dihadapi di Indonesia. Hal itu memudahkan para pembaca untuk mudah dalam memahami pentingnya mempelajari psikologi klinis di era saat ini sehingga nantinya dapat memberikan kontribusi sesuai dengan apa yang telah dipelajari.

Tentunya dalam perjalanannya, ilmu akan terus berkembang. Materi yang ada dalam buku ajar ini pun akan terus disempurnakan dan disesuaikan dengan perkembangan yang dihadapi saat itu. Maka dari itu, saran, masukan dan kritik dari berbagai pihak sangat diperlukan. Terakhir dari kami, semoga buku ini dapat bermanfaat dan membantu pembaca untuk memahami tentang psikologi klinis itu sendiri.

Tim Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
PENDAHULUAN.....	vi
BAB 1 SEJARAH PSIKOLOGI KLINIS, DEFINISI PSIKOLOGI KLINIS, RUANG LINGKUP, PENDIDIKAN SERTA PRAKTIK PSIKOLOGI BERBASIS PENELITIAN	1
A. Awal Mula Perjalanan Psikologi Klinis.....	1
B. Definisi Psikologi Klinis.....	3
C. Ruang Lingkup Psikologi Klinis	5
D. Pendidikan dan Praktik Psikologi Klinis	6
E. Pendidikan dan Praktik Psikologi di Indonesia	7
BAB 2 KONSEP NORMAL DAN ABNORMAL, PATOLOGI, SEHAT DAN SAKIT	11
A. Konsep Normal dan Abnormal.....	11
B. Konsep Tentang Sehat dan Sakit.....	15
BAB 3 PERKEMBANGAN PSIKOLOGI KLINIS DARI MIKRO KE MAKRO.....	18
BAB 4 <i>PSYCHOLOGICAL SECURITY</i> DAN PSIKOLOGI KLINIS	23
A. Definisi	23
B. Karakteristik <i>Psychological Security</i>	25
C. Model <i>Psychological Security</i> pada Masyarakat Urban .	26
D. <i>Psychological Security</i> dan Psikologi Klinis	27
BAB 5 METODE ASESMEN DALAM PSIKOLOGI KLINIS ...	31
A. Definisi Asesmen Klinis.....	31
B. Tujuan Asesmen Klinis	31
C. Komponen dalam Psikologi Klinis	32
D. Metode Asesmen	34
BAB 6 PENDEKATAN PERILAKUAN DALAM PSIKOLOGI KLINIS	44
A. Definisi	44
B. Kenapa Pendekatan Perilaku.....	45
C. Jenis-Jenis Teknik Pendekatan Perilaku.....	47
D. Hasil Riset Terkait Pendekatan Perilaku.....	51

BAB 7 PENDEKATAN PSIKODRAMA DALAM PSIKOLOGI	
KLINIS	53
A. Sejarah Psikodrama	53
B. Definisi Psikodrama.....	54
C. Skema Psikodrama.....	55
D. Efektivitas Psikodrama.....	57
BAB 8 PENDEKATAN KELOMPOK DALAM PSIKOLOGI	
KLINIS	58
A. Tipe Pendekatan Kelompok.....	62
B. Tahapan Pendekatan Kelompok.....	63
C. Jenis-jenis Pendekatan Kelompok	64
BAB 9 METODE PENELITIAN DALAM PSIKOLOGI	
KLINIS	67
A. Penelitian Kualitatif	67
B. Penelitian Kuantitatif.....	70
C. Penelitian Eksperimen.....	73
D. Etika Penelitian	74
DAFTAR PUSTAKA	75
TENTANG PENULIS	79

PENDAHULUAN

Psikologi klinis terdengar atau memiliki kesan keilmuan yang membahas hal-hal yang berkaitan dengan sesuatu yang negatif. Memberikan kesan membahas tentang hal sifatnya “sakit”, “gangguan” dan kondisi patologis lainnya. Penerapannya pun akhirnya menjadi terbatas pada individu yang mengalami gangguan psikologi. Pembahasan penanganannya pun menjadi terbatas ruang lingkupnya hanya di rumah sakit baik rumah sakit jiwa maupun rumah sakit umum. Kenyataannya, psikologi klinis penerapannya luas tidak hanya sebatas intervensi namun juga meliputi asesmen dan tindakan preventif. Khususnya di perkembangan era digital ini, banyak permasalahan psikologi yang bisa ditangani atau dicegah lewat peran keilmuan psikologi klinis.

Di era digital saat ini, kesehatan mental menjadi permasalahan yang menjadi penting untuk dibahas. Tentunya membutuhkan peran keilmuan psikologi klinis untuk mengupayakan tindakan preventif sebagai langkah antisipatif untuk mencegah gangguan psikologi. Di samping itu hal lain yang perlu diperhatikan adalah merencanakan intervensi untuk penanggulangan permasalahan kesehatan mental sebagai bentuk tindakan kuratif.

Kemajuan di era digital ini ditandai dengan perkembangannya teknologi yang pesat dan canggih. Di antaranya, berkembangnya media sosial yang memfasilitasi individu untuk melakukan belanja *online* melalui *e-commerce*, memudahkan individu untuk mengakses berita secara langsung melalui *web* tanpa harus membeli koran, membantu memudahkan aktivitas individu untuk mengakses transportasi, akomodasi, dan pekerjaan lainnya. Melalui media sosial, membantu individu untuk bisa membangun jejaring sosial dengan orang lain selain di lingkungan terdekatnya. Informasi pun lebih mudah dan cepat diakses menggunakan media sosial. Khususnya saat di era pandemic covid 19 yang lalu, dimana sebagian besar aktivitas dijalankan secara daring dengan mengandalkan perkembangan teknologi.

Di satu sisi, perkembangan teknologi membantu untuk memudahkan aktivitas individu namun di sisi lain, teknologi yang berkembang, informasi yang mudah diakses dengan cepat dan mudah ternyata juga memberikan dampak negatif. Di antaranya orang lain dengan mudah menyebarkan informasi di media sosial tanpa sumber yang jelas yang dikenal dengan sebutan “*hoax*” kemudian orang yang membaca mudah untuk menerima informasi tanpa disaring terlebih dahulu (Siregar, 2021). Mengingat informasi yang tertulis di sosial media sangat beragam serta tidak semua menyertakan sumber yang memadai sering mendorong individu untuk menganalisis diri sendiri terkait dengan kondisi yang dihadapi. Setelah itu, memberikan label kepada dirinya terkait dengan kondisi yang dihadapi sesuai dengan yang dibaca tanpa berkonsultasi dengan ahlinya atau yang dikenal dengan “*self-diagnosis*”. *Self-diagnosis* ini menimbulkan dampak yang buruk terhadap kesehatan mental. Diantaranya adalah selalu merasa cemas dan ketakutan yang berlebihan, memiliki pikiran yang negatif, menimbulkan personal distress dan disfungsi dalam kehidupan sehari-hari. (Maskanah, 2022).

Keberadaan media sosial membantu individu untuk merepresentasikan diri di media sosial untuk memperluas jejaring sosial. Sebagai contoh TikTok, bisa membantu mempresentasikan diri seorang remaja sehingga meningkatkan harga dirinya saat mendapatkan komentar yang positif (Difa Islami et al., 2022). Di satu sisi, selain memberikan dampak yang positif, penggunaan media sosial juga memberikan dampak yang negatif. Seperti sering membandingkan dirinya dengan diri orang lain sehingga selalu merasa kurang, merasa tidak percaya diri, merasa minder, konsep diri yang dimilikinya pun menjadi negatif. Akibat sering melihat unggahan dari orang lain, akhirnya sering membandingkan diri sendiri dengan orang lain (Virdiananda & Merida, 2022). Jika penggunaan dari media sosial yang berlebihan dan kurang bijak juga mendorong individu untuk mengalami kecenderungan narsistik saat mempresentasikan diri di media sosial (Andini & Merida, 2022).

Melihat banyaknya permasalahan di era digital ini, peran dari keilmuan psikologi klinis tentu diperlukan. Mengingat ruang lingkup dari psikologi klinis itu sendiri diantaranya adalah melakukan asesmen untuk menentukan tindakan preventif maupun menyusun intervensi, menyusun intervensi dan melakukan penelitian untuk sebagai landasan dalam melakukan asesmen maupun intervensi. Terkait dengan permasalahan di era digital, untuk menyusun tindakan preventif maupun intervensi perlu dilakukan asesmen, untuk melakukan pengukuran sebagai langkah awal deteksi dini permasalahan yang ada. Setelah asesmen dilakukan, maka setelah itu dapat menyusun rencana untuk tindakan preventif maupun intervensinya. Pada buku ini, nanti juga akan membahas tentang ruang lingkup psikologi klinis secara lebih detail. Setelah mengetahui ruang lingkup, akan membahas metode setiap ruang lingkup yang ada di psikologi klinis.

Pembahasan dalam bab ini, nantinya akan diawali dengan membahas perkembangan dan sejarah perjalanan psikologi klinis. Hal ini dimaksudkan supaya pembaca memahami latar belakang, ruang lingkup serta peran dari keilmuan psikologi klinis itu sendiri. Di samping itu juga mengenalkan seputar profesi psikolog klinis baik dari segi jenjang karir, peran dan ruang lingkup penugasannya dibandingkan profesi psikolog yang lain. Peran psikologi klinis nantinya yang akan dibahas juga dikaitkan dengan era digital yang saat ini dihadapi.

Pada bab selanjutnya yaitu bab dua akan diperkenalkan konsep tentang “sehat”, “sakit”, normal dan abnormal serta patologi lainnya. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran kepada pembaca bahwa keilmuan psikologi tidak sebatas membahas individu yang “sakit” maupun abnormal. Pembahasan dalam bab ini juga sebagai gambaran atau pengetahuan sebagai landasan untuk menyusun rencana preventif maupun intervensi.

Selanjutnya pada bab tiga akan menjelaskan kepada pembaca bahwa psikologi klinis tidak hanya sebatas pada penanganan individual tetapi juga ruang lingkup makro. Ruang lingkup makro tersebut meliputi keluarga, kelompok, organisasi, dan masyarakat. Keilmuan pada ruang lingkup makro ini nantinya bermanfaat

terhadap perumusan kebijakan terhadap sekelompok masyarakat maupun komunitas. Termasuk kajian pada ruang lingkup makro ini mampu diterapkan di berbagai bidang industri maupun organisasi.

Sesuai dengan kekhasan visi dan misi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya menjadi unggul di bidang *security*, maka dalam buku ini juga akan dibahas peran keilmuan psikologi klinis terhadap keamanan psikologi atau dikenal dengan *psychological security* pada individu maupun masyarakat. Hal ini penting untuk dibahas di tengah cepatnya arus informasi di era digital. Di samping itu pada era ini, seorang individu bebas untuk mengekspresikan segala pikiran, emosi, dan segala hal yang ingin diekspresikan melalui berbagai media sosial. Disinilah peran keilmuan psikologi klinis terkait *psychological security* yaitu bagaimana mengupayakan individu untuk bisa mengekspresikan segala bentuk pikiran, perasaan, apapun itu dengan perasaan nyaman tanpa dihakimi atau disakiti.

Segala bentuk kontribusi keilmuan psikologi klinis tersebut tentunya tidak lepas dari proses asesmen yang nantinya akan menggunakan berbagai metode untuk menentukan pendekatan yang tepat untuk mengatasi berbagai permasalahan psikologis terkait di era digital ini. Pada bab metode asesmen nanti akan dijelaskan berbagai metode beserta tahapannya untuk melakukan asesmen atau mendeteksi suatu permasalahan psikologis. Metode asesmen nanti yang akan dijelaskan tidak hanya terbatas pada ruang lingkup mikro tetapi juga dibahas dari segi makro. Hal itu dimaksudkan proses asesmen ini juga bisa digunakan dalam ruang lingkup yang luas. Di samping itu juga memudahkan nantinya untuk menyusun intervensi dengan ruang lingkup makro.

Penanganan permasalahan psikologis ini tidak terbatas pada ruang lingkup individu atau pendekatan personal tetapi juga menerapkan pendekatan kelompok, komunitas, pasangan, masyarakat dan pendekatan makro yang lain seperti yang dijelaskan sebelumnya. Pada bab penanganan permasalahan psikologis nanti akan diperkenalkan berbagai jenis pendekatan atau intervensi terhadap individu. Tentunya berbagai intervensi atau pendekatan terhadap individu ini akan diperkenalkan dari berbagai

sudut pandang psikologis. Selain intervensi terhadap individu, juga akan diperkenalkan pendekatan atau intervensi yang dapat diterapkan dari *setting* makro. Melalui bab ini diharapkan, peran keilmuan psikologi klinis tidak hanya fokus pada setting mikro melainkan juga pendekatan makro.

Tentunya dari peran dan kontribusi keilmuan psikologi klinis ini harus berbasis kajian empiris, fakta atau bukti ilmiah supaya penerapannya tepat. Di samping itu perlunya melakukan kajian empiris untuk melakukan tolok ukur, evaluasi, umpan balik dari segala proses yang sudah dilakukan. Melalui kajian empiris tersebut, kita dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan dari proses yang sudah kita lakukan. Di samping itu kita juga mengetahui hal-hal apa saja yang harus diperbaiki dari proses yang sudah kita lakukan.

Semoga dengan adanya buku ajar ini membantu para pembaca untuk memahami definisi, ruang lingkup tentang keilmuan psikologi klinis terkait pendidikan dan layanan praktik psikologi klinis di Indonesia. Di samping itu, dengan adanya buku ini diharapkan mendorong para pembaca untuk lebih kritis dan mampu menjelaskan fenomena terkait bidang keilmuan psikologi klinis secara ilmiah.

BAB

1

SEJARAH PSIKOLOGI KLINIS, DEFINISI PSIKOLOGI KLINIS, RUANG LINGKUP, PENDIDIKAN SERTA PRAKTIK PSIKOLOGI BERBASIS PENELITIAN

A. Awal Mula Perjalanan Psikologi Klinis

Istilah Psikologi Klinis awalnya adalah penggabungan istilah “Psikologi” yang terkait dengan Psikologi Akademik atau psikologi sebagai ilmu, dengan istilah “Klinik” yang artinya tempat orang berobat. Klinik Psikologi atau “Psychological Clinic” pertama kali didirikan oleh L.Witmer tahun 1890. (Slamet & Markam, 2003). Saat itu klinik psikologi bukan bergerak sebagai badan pelayanan bagi orang sakit maupun orang yang mengalami gangguan penyesuaian diri tetapi merupakan badan pendidikan. Pelayanan yang diberikan saat itu adalah berupa pemeriksaan kepada anak yang mengalami kesulitan menerima pelajaran.

Seiring berjalannya waktu, beberapa tahun kemudian L.Witmer mulai mendirikan “Psychological Clinic” di Pennsylvania tepatnya di Rumah Sakit. Waktu itu para pasien diberikan “*mental test*”. Tes yang diterapkan diantaranya adalah tes inteligensi yang dikembangkan oleh Cattell. Selanjutnya disusul oleh Binet, Simon dan Jung. Memang pada awalnya sebelum perang dunia II, psikologi klinis di Amerika Serikat hanya terbatas pada penggunaan tes psikologis pada individu dengan tujuan menegakkan diagnosis. (Prawitasari, 2011) Tes psikologi pun mulai berkembang pada masa tersebut. Diantaranya *Army Alpha Test*, *Thematic Apperception Test (TAT)* yang diterapkan Murray, Tes *Wechsler*, MMPI, Tes Neuropsikologi dan tes lain yang berkembang saat itu untuk

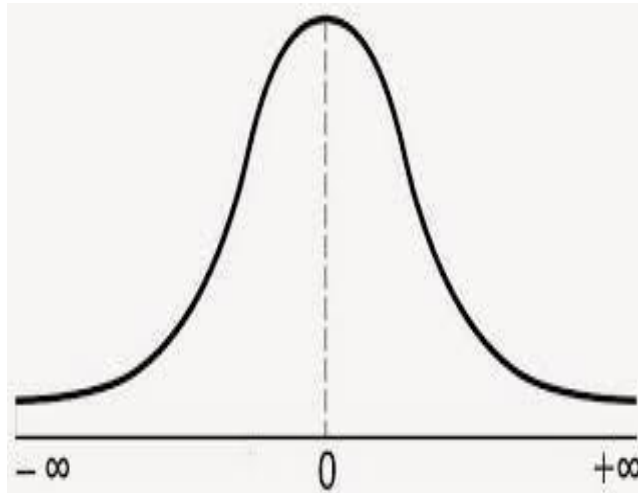
BAB

2

KONSEP NORMAL DAN ABNORMAL, PATOLOGI, SEHAT DAN SAKIT

A. Konsep Normal dan Abnormal

Menurut Davison C Gerald et al., (2006) individu dikatakan abnormal jika memenuhi kriteria berikut : (1) Kejarangan statistik, (2) Terjadi pelanggaran norma. (3) Memiliki distress pribadi, (4) Ketidakmampuan atau disfungsi dalam melakukan kegiatan sehari-hari, (5) Memberikan respon yang tidak diharapkan. Kejarangan statistik yang dimaksud disini adalah individu dikatakan abnormal jika berada pada bagian kurva yang ekstrem. Hal itu terlihat pada gambar berikut :



Gambar 2. 1 Kurva

BAB 3

PERKEMBANGAN PSIKOLOGI KLINIS DARI MIKRO KE MAKRO

Penerapan psikologi klinis dari mikro ke makro disini artinya adalah menerapkan ruang lingkup psikologi klinis yang tadinya fokus pada individu ke ruang lingkup yang lebih luas. Di buku klinis yang ditulis oleh Johana E. Prawitasari bahwa psikologi klinis mulai sangat berperan di bidang lain tidak hanya pada kesehatan mental individu saja. Penerapan psikologi klinis, diantaranya diterapkan pada setting pengadilan, kesejahteraan masyarakat, kesehatan fisik, pembuatan kebijakan dan tentu saja penelitian yang tidak lagi berfokus pada individu.

Penerapan itu bisa dilihat diantaranya asesmen yang tadinya hanya fokus pada individu, tetapi juga keluarga, kelompok, organisasi, masyarakat, sampai dunia global. Begitu juga dengan ruang lingkup yang lain. Hasil asesmen yang diperoleh bisa digunakan untuk menangkap atau memotret bentuk permasalahan pada keluarga, kelompok, organisasi maupun masyarakat yang nantinya bermanfaat untuk menyusun rencana intervensi yang akan diterapkan secara makro. Selanjutnya dari proses asesmen dan intervensi yang sudah dilakukan, bisa dilakukan kajian atau penelitian untuk umpan balik dan memberikan evaluasi dari proses yang sudah kita lakukan. Berdasarkan hasil kajian tersebut, nantinya dapat digunakan sebagai dasar atau landasan untuk mempengaruhi kebijakan atau pengambilan keputusan dalam setting makro.

BAB

4

PSYCHOLOGICAL SECURITY DAN PSIKOLOGI KLINIS

Keamanan sebagai suatu fenomena sosial-kultural membutuhkan pendekatan dan mengintegrasikan berbagai aspek realita sosial yang berperan penting baik bagi individu maupun masyarakat. Karena keamanan merupakan salah satu kebutuhan dasar bagi manusia maka hal ini menjadi penting bagi kualitas hidup manusia seutuhnya. Melihat situasi saat ini, meski tingkat keamaan sudah lebih tinggi dari sebelumnya, namun manusia masih punya kecenderungan untuk mendeteksi berbagai kemungkinan bahaya yang ada di sekitar mereka.

Berbagai konflik yang terjadi baik domestik maupun internasional, adanya kemungkinan perang nuklir, dan ancaman pencemaran lingkungan menimbulkan perasaan takut, ketidakpastian, dan ancaman kepunahan turut memperparah kekhawatiran pada diri manusia pada umumnya. Karena ketika seseorang mengalami ketidakstabilan di lingkungannya, besar kemungkinan kesejahteraan psikologisnya akan “menyusut” dan menjadi sensitif pada kemungkinan hal yang “mengejutkan” bisa terjadi di kemudian hari.

A. Definisi

Psychological security adalah kondisi di mana seseorang bisa memenuhi kebutuhan dasarnya sebagai bentuk pemeliharaan diri dan merasakan dirinya terlindungi di tengah masyarakat (Zotova & Karapetyan, 2018). Terkadang konsep *psychological security* juga dikenal sebagai keamanan emosi yang

BAB 5

METODE ASESMEN DALAM PSIKOLOGI KLINIS

A. Definisi Asesmen Klinis

Asesmen adalah proses mengumpulkan informasi yang biasanya digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan yang nantinya akan dikomunikasikan kepada pihak-pihak terkait oleh pihak penilai atau asesor (Pomerantz, 2014). Asesmen klinis adalah proses mengamati dan mengevaluasi masalah sosial dan psikologis klien, termasuk kapabilitas dan keterbatasannya. Asesmen klinis dilakukan oleh psikolog klinis sebagai prasyarat untuk melaksanakan terapi. Hasil dari asesmen klinis meliputi kekuatan, kelemahan serta keparahan masalah psikologis klien (Maryatmi et al., 2022). Asesmen klinis adalah semua usaha yang dilakukan klinis untuk mendapat informasi tentang diri klien dengan tujuan mengerti kapasitas diri, kepribadian dan status mental klien yang selanjutnya digunakan untuk menegakkan diagnosa, prognosa, serta pemberian intervensi. Asesmen klinis dapat dilakukan secara individu, kelompok, maupun komunitas.

B. Tujuan Asesmen Klinis

Tujuan asesmen dalam psikologi klinis adalah klasifikasi diagnostik, deskripsi, dan prediksi. Asesmen bertujuan untuk menegakkan diagnosis dan menentukan jenis intervensi yang tepat. Ketepatan intervensi juga bergantung pada pemahaman psikolog klinis terhadap kondisi klien dan juga klasifikasi diangotikannya. Asesmen klinis juga diharapkan dapat

BAB 6

PENDEKATAN PERILAKUAN DALAM PSIKOLOGI KLINIS

A. Definisi

Berbicara mengenai pendekatan perilaku maka terdapat beberapa definisi yang didasarkan pada beberapa prinsip perilaku seperti pembiasaan operan (Skinner, 1971), pembiasaan klasikal (Wolpe, 1958), prinsip belajar (Ullman & Krasner, 1969), dan kognitif (Meichenbaum, 1977). Terdapat pendapat ahli Goldfried & Davison (1994) yang dapat kita kutip sebagai jalan tengah dari berbagai prinsip perilaku yang ada:

Kami percaya bahwa terapi perilaku lebih tepat dikonstruksikan sebagai refleksi dari orientasi umum kerja klinis yang sejalan dengan filosofi pendekatan eksperimental dalam mempelajari perilaku manusia. Asumsi dasar pada orientasi khusus ini bahwa perilaku bermasalah dilihat dari seting klinis dapat dipahami secara lebih baik dari turunan berbagai prinsip eksperimen psikologi, di mana berbagai prinsip tersebut berdampak pada perubahan perilaku di dalam seting klinis.

Pendekatan perilaku terhubung dengan (a) penekanan ilmiah dan (b) peran dari variabel yang disimpulkan. Para pakar prinsip ini berusaha merujuk pada konsep awal Skinner atau Pavlov dan bukan pada konsep Freud. Titik berat terdapat pada stimulus dan respon, ketimbang pada variabel yang diperkirakan menjadi mediator di antaranya. Akan tetapi pada tahun-tahun setelahnya, *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)* semakin memperluas cakupannya termasuk teknik yang menyasar kemampuan berpikir dan berbagai proses mediasi lainnya.

BAB

7

PENDEKATAN PSIKODRAMA DALAM PSIKOLOGI KLINIS

A. Sejarah Psikodrama

Selama bertahun-tahun, terapi kelompok digunakan sebagai salah satu metode pilihan yang hanya bisa dilakukan oleh terapis yang berdedikasi. Kegunaan lainnya adalah untuk mengatasi beban lebih dari beberapa kasus yang tengah ditangani pada waktu yang bersamaan sehingga terapi kelompok menjadi jalan keluar untuk mengatasi hal tersebut. Namun ada juga beberapa terapis yang menggaunakan metode ini sebagai pelengkap saja.

Salah seorang pionir dalam pengenalan terapi kelompok untuk menangani masalah klinis adalah J. L. Moreno di awal tahun 1900an di Wina. Kemudian pada tahun 1925, Moreno memperkenalkan terapi kelompok yang kemudian ia namakan psikodrama, kepada rumah sakit di Amerika Serikat. Hal ini bermula ketika Moreno melihat anak-anak bermain di taman lalu ia mendorong anak-anak tersebut untuk melakukan improvisasi di taman kota. Moreno mendorong anak-anak untuk memilih “orangtua” baru sebagai tindak lanjut tentang keluarga mereka. Hasilnya adalah ada beberapa tipe orangtua yang dipilih oleh anak, dan ada sebagian yang ditolak. Guna menggali alasan dibalik pilihan anak-anak tersebut diminta untuk memainkan peran sebagai orangtua mereka.

Perbedaan mendasar antara psikodrama dengan drama biasa adalah adanya unsur terapeutik (penyembuhan) di dalamnya. Istilah psikodrama digunakan pada aras mikro dan

BAB 8

PENDEKATAN KELOMPOK DALAM PSIKOLOGI KLINIS

Pendekatan kelompok dalam psikologi klinis menjadi penting karena terkait dengan apa saja teori yang mungkin sudah menggambarkan psikologi klinis melalui pendekatan yang sifatnya lebih spesifik. Psikologi klinis mengandung makna sebagai pengamatan perilaku individu secara langsung untuk mengetahui indikasi adanya masalah atau tidak. Psikologi klinis menitikberatkan pada kondisi yang dapat diamati secara langsung. Penerapan psikologi dalam dinamika kelompok menunjukkan bahwa pengamatan psikologi dapat dilakukan dalam kelompok, tidak hanya pada satu individu saja. Pendekatan kelompok banyak digunakan karena lebih efektif, dapat menjangkau banyak klien dalam satu waktu. Selain itu pendekatan kelompok berguna karena banyak faktor kuratif di dalamnya.

Yalom 2005 (dalam Pomerantz, 2014) mengemukakan ada sebelas faktor kuratif dalam pendekatan kelompok yaitu:

1. Membangkitkan harapan

Faktor penting dalam tindakan psikologi, baik konseling atau psikoterapi adalah membangkitkan dan memelihara harapan. Harapan tidak hanya dibutuhkan agar klien tetap mengikuti sesi kelompok sehingga faktor-faktor kuratif lainnya efektif, tetapi keyakinan terhadap manfaat dari terapi merupakan faktor terapeutik yang efektif. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa tingginya harapan terhadap bantuan sebelum terapi dilakukan berkorelasi signifikan dengan hasil positif dari terapi.

BAB

9

METODE PENELITIAN DALAM PSIKOLOGI KLINIS

Penelitian merupakan proses pemecahan masalah dengan menggunakan suatu pendekatan metode ilmiah dalam merumuskan masalah secara sistematis. Penelitian dapat pula diartikan sebagai cara pengamatan dan bertujuan mencari jawaban permasalahan, baik itu meneliti sesuatu yang sudah ada maupun penelitian baru dan dugaan fakta. Dalam psikologi klinis, penelitian dapat diartikan sebagai suatu metode dalam psikologi yang berusaha menyelidiki abnormalitas individu secara teliti dan intensif. Penelitian dalam psikologi klinis bertujuan untuk membuktikan kebenaran suatu teori dalam praktiknya. Tujuan lainnya adalah untuk memahami keunikan perilaku, perasaan, dan pikiran individu. Jenis-jenis penelitian dalam psikologi klinis adalah kualitatif, kuantitatif, dan eksperimen.

A. Penelitian Kualitatif

Penelitian kualitatif dalam ilmu psikologi adalah pendekatan penelitian yang memiliki tujuan untuk mendeskripsikan secara kualitatif makna subjektif partisipan penelitian tentang suatu fenomena psikologi. Alat pengumpul data dalam penelitian kualitatif adalah observasi, wawancara mendalam, dokumen pribadi, dan kuesioner terbuka. Teknik analisis data dalam penelitian kualitatif adalah teknik analisis yang berbasis penemuan makna berdasar pembuatan kategori dan pemberian kode (Herdiansyah, 2015). Jenis-jenis penelitian kualitatif, yaitu :

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, R. P., & Merida, S. C. (2022). *Hubungan antara Harga Diri dengan Kecenderungan Narsistik pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Kota Bekasi.*
- Ardani, T. A., Rahayu, I. T., & Scholichatum, Y. (2007). *Psikologi Klinis.* Graha Ilmu.
- Beck, A. T. (1991). Cognitive therapy as the integrative therapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 1(3). <https://doi.org/10.1037/h0101233>
- Cellucci, A. J., & Lawrence, P. S. (1978). The efficacy of systematic desensitization in reducing nightmares. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 9(2). [https://doi.org/10.1016/0005-7916\(78\)90054-X](https://doi.org/10.1016/0005-7916(78)90054-X)
- Chesham, R. K., Malouff, J. M., & Schutte, N. S. (2018). Meta-Analysis of the Efficacy of Virtual Reality Exposure Therapy for Social Anxiety. *Behaviour Change*, 35(3). <https://doi.org/10.1017/bec.2018.15>
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive Psychology_ The Science of Happiness and Flourishing* (2012, Wadsworth Publishing). United States of America.
- Davison C Gerald, John, N. M., & Ann, M. K. (2006). *Psikologi Abnormal.* Rajagrafindo Persada.
- Difa Islami, M., Merida, S. C., Novianti, R., Psikologi, F., Bhayangkara, U., & Raya, J. (2022). Harga Diri dengan Presentasi Diri pada Remaja Pengguna TikTok Self-esteem with Self-presentation on Adolescents TikTok Users. *JoPS: Journal of Psychological Students*, 1(2).
- Gonçalves, R., Pedrozo, A. L., Coutinho, E. S. F., Figueira, I., & Ventura, P. (2012). Efficacy of Virtual Reality Exposure Therapy in the Treatment of PTSD: A Systematic Review. In *PLoS ONE* (Vol. 7, Issue 12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0048469>

- Hentz, P. (2016). Overview of case study research. *Nursing Research Using Case Studies: Qualitative Designs and Methods in Nursing*.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metode penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Salemba Humanika.
- Hodgetts, D. J., & Stolte, O. E. E. (2012). Case-based research in community and social psychology: Introduction to the special issue. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 22(5), 379–389.
- Hunsley, J., & Lee, C. M. (2014). *Clinical Psychology An Evidence-Based Approach* (3rd ed.). John Wiley & Sons, Ltd.
- Krampen, D., & Krampen, G. (2016). Case studies in clinical psychology: Are we giving up a publication type and methodology in research on and teaching of psychopathology and psychotherapy. *International Journal of Psychological Studies*, 8(3), 173–187.
- Laxer, R. M., & Walker, K. (1970). Counterconditioning versus relaxation in the desensitization of test anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 17(5).
<https://doi.org/10.1037/h0029876>
- Lochman, J. E., & Pardini, D. A. (2016). *Cognitive-Behavioral Therapies* (e-book). International Psychotherapy Institute.
<https://doi.org/10.1002/9781444300895.ch63>
- Maryatmi, A. S., Sovitriana, R., Vurqaniati, M., Lestari, M. A., & Aritonang, N. N. (2022). *Psikologi Klinis Sebagai Suatu Pengantar* (Z. S. Kuntjoro, Ed.; 1st ed.). RajaGrafindo Persada.
- Markam, S. S. (2003). *Pengantar Psikologi Klinis*. UI Press.
- Maskanah, I. (2022). Fenomena Self-Diagnosis di Era Pandemi COVID-19 dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental The Phenomenon of Self-Diagnosis in the Era of the COVID-19 Pandemic and Its Impact on Mental Health. *JoPS: Journal of Psychological Students*, 1(1), 1–10.
<https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.17467>

- Meichenbaum, D. (1996). Stress Inoculation Training for Coping with Stressors. *The Clinical Psychologist*, 49.
- Pomerantz, A. M. (2014). *Psikologi Klinis : Ilmu Pengetahuan, Praktik, dan Budaya*. Pustaka Pelajar.
- Prawitasari, J. E. (2011). *Psikologi Klinis: Pengantar Terapan Mikro dan Makro*. Penerbit Erlangga
- Siregar, F. D. (2021). *Menjaga Kesehatan Mental dari Media Sosial di Era Teknologi Digital*.
- Suarez, Y., Adams, H. E., & McCutcheon, B. A. (1976). Flooding and systematic desensitization: Efficacy in subclinical phobics as a function of arousal. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44(5). <https://doi.org/10.1037/0022-006X.44.5.872>
- Sundberg, N. D., Winebarger, A. A., & Taplin, J. R. (2007). *Psikologi klinis. Edisi Keempat*. Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Triscari, M. T., Faraci, P., Catalisano, D., D'Angelo, V., & Urso, V. (2015). Effectiveness of cognitive behavioral therapy integrated with systematic desensitization, cognitive behavioral therapy combined with eye movement desensitization and reprocessing therapy, and cognitive behavioral therapy combined with virtual reality exposure therapy methods in the treatment of flight anxiety: A randomized trial. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 11. <https://doi.org/10.2147/NDT.S93401>
- Trull, J. T., & Prinstein, J. M. (2013). *Clinical Psychology (PDFDrive.com)* (8th ed.). Wadsworth.
- Virdiananda, A. F., & Merida, S. C. (2022). *Hubungan antara social comparison dengan self esteem pada Remaja Pengguna Instagram*.
- Wang, J., Long, R., Chen, H., & Li, Q. (2019). Measuring the psychological security of urban residents: Construction and validation of a new scale. *Frontiers in Psychology*, 10(OCT). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02423>

- World Health Organization. (2022). *Mental Health*. Who.Int/News-Room/Fact-Sheet/Detail/Mental-Health-Strengthening-Our-Response.
- Wiramihardja, S. A. (2017). *Pengantar Psikologi Klinis*. Refika Aditama.
- Yuliandari, E. (2018). *PSIKOLOGI KLINIS (Pertama)*. Graha Ilmu.
- Zotova, O. Y., & Karapetyan, L. V. (2018). Psychological security as the foundation of personal psychological wellbeing (analytical review). In *Psychology in Russia: State of the Art* (Vol. 11, Issue 2, pp. 100–113). Russian Psychological Society. <https://doi.org/10.11621/pir.2018.0208>

TENTANG PENULIS



Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog lahir di Jakarta pada tahun 1984. Sejak tahun 2015 bergabung ke Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sebagai dosen tetap dengan keahlian di bidang Psikologi Klinis. Selain sebagai pengajar, ia juga seorang praktisi Psikolog Klinis yang berpraktik di Klinik Utama Talenta Center dengan pengalaman lebih dari 10 tahun menangani berbagai kasus seperti depresi, kecemasan, gangguan kepribadian, dan berbagai isu kesehatan mental lainnya. Berbagai karya ilmiahnya dapat diakses melalui <https://www.researchgate.net/profile/Rika-Fitriyana-2>



Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog lahir di Jakarta pada 1986 merupakan alumni S-1 di Program Studi Psikologi, Universitas Paramadina Jakarta dan kemudian melanjutkan pendidikan ke Magister Profesi Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta dengan fokus psikologi klinis dewasa. Saat ini ia aktif sebagai dosen di Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Beberapa mata kuliah yang diampu: Psikologi Klinis, Psikologi Abnormal dan Psikopatologi, Teori Kepribadian, Pengantar Pemeriksaan Psikologi dan Kode Etik, Psikologi Kognitif, Pemeriksaan Psikologi Observasi, Pemeriksaan Psikologi Wawancara.



Lahir di Madiun pada 17 Januari 1987. Menempuh pendidikan S1 di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Melanjutkan pendidikan Magister Profesi Psikologi S2 di Magister Profesi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Saat ini menjadi dosen di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Selain itu juga praktek sebagai Psikolog Klinis di salah satu klinik di Bekasi. Di samping itu aktif melakukan asesmen, intervensi atau penanganan, penelitian serta pengabdian masyarakat di bidang keilmuan psikologi klinis.



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202383870, 21 September 2023

Pencipta
Nama : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog, Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog dkk
Alamat : Jl. Borobudur Raya, Blok C 6 No. 17, Kelurahan Aren Jaya Bekasi Timur, Bekasi Timur, Bekasi, Jawa Barat, 17111
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta
Nama : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog, Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog dkk
Alamat : Jl. Borobudur Raya, Blok C 6 No. 17, Kelurahan Aren Jaya Bekasi Timur, Bekasi Timur, Bekasi, Jawa Barat, 17111
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : Buku
Judul Ciptaan : Buku Ajar Psikologi Klinis
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 16 September 2023, di Purbalingga
Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.
Nomor pencatatan : 000516823

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri



Anggoro Dasananto
NIP. 196412081991031002

Disclaimer:
Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.