

Editorial: Mencari Solusi atas Kesejahteraan Psikologis

Latipun

Editor

Email: lativ_unl@yahoo.com

Kajian tentang kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) tidak pernah berakhir. Dimensinya sangat luas, manifestasinya bermacam-macam, pengertiannya mencakup aspek yang cukup “luas”. Sebetulnya apa yang dimaksud dengan kesejahteraan psikologis tidak jauh berbeda dengan konsep kondisi mental yang “sehat” seperti yang dikemukakan para ahli psikologi, atau kemakmuran dalam pengertian sosial yang sering dikemukakan dalam proses pembangunan, atau bahagia dalam pengertian awamnya.

Konsep-konsep tersebut memiliki maksud yang sama, hanya sedikit beda konteksnya. Ya, dari segi pengertian masing-masing memang berbeda, tetapi semuanya bicara tentang kondisi mental (psikologis) yang sehat dan sejahtera, yang terbebas dari hambatan-hambatan psikologis, dan menjadi “tujuan” setiap kehidupan individu. Karena itu, meskipun kita perlu membedakan secara tegas antara konsep-konsep itu, konsep tersebut memiliki irisan besar satu sama lainnya, hanya perspektifnya yang berbeda.

Mengapa kajian kesejahteraan psikologis ini penting? Pertama, Setiap individu menginginkan kondisi yang “nyaman” (sejahtera) meskipun pencapaiannya berbeda satu sama lainnya. Kedua, instrumen untuk mencapai kesejahteraan psikologi (*coping behavior*) pada setiap individu juga berbeda, meskipun polanya masih dapat dipelajari. Ketiga, kesejahteraan psikologi pada dasarnya hasil usaha individu. Karena itu perlu rekayasa dari setiap individu untuk mencapainya. Keempat, kesejahteraan psikologi bersifat subjektif meskipun dapat dicapai oleh setiap individu. Karena itu penting untuk memberikan penyadaran kepada siapa saja termasuk para ahli untuk memahami bahwa kesejahteraan psikologis adalah “hak” setiap individu atas dirinya. Yang kelima, pencapaian kesejahteraan psikologi menempatkan peran individu sebagai central dan penentu pencapaiannya, ukurannya adalah persepsi, pengalaman, dan kondisi dirinya sendiri.

Pemahaman yang tepat mengenai *psychological well-being* akan sangat bermanfaat bagi banyak pihak dalam memberikan pertolongan, pemberdayaan serta pengembangan kesejahteraan bagi individu maupun masyarakat luas. Setiap bangsa dan masyarakat selalu ingin memperoleh kemajuan. Realitas lain menunjukkan bahwa kemajuan yang dicapai oleh masyarakat tidak berarti selalu sejalan dengan kesejahteraan psikologisnya. Bahkan di banyak kelompok masyarakat yang nampaknya mencapai tingkat kemajuan dan kesejahteraan ekonomi dan sosial yang baik, tetapi sering terjadi adanya hambatan dalam kesejahteraan psikologisnya. Jadi fenomena seperti ini perlu dicarikan pemahaman dan penyelesaian yang tepat.

Psikologi sebagai ilmu sekaligus sebagai instrumen dalam menyelesaikan masalah-masalah kemanusiaan, khususnya dalam aspek kesejahteraan ini, perlu dan harus menemukan solusi atas masalah-masalah keilmuan dan kemanusiaan. Kontribusi seperti ini penting dan harus dicapai oleh psikologi sebagai sumbangan nyata dalam menyelesaikan masalah-masalah kehidupan. Itulah tugas pengetahuan bukan hanya “ada” dalam teks tetapi juga menjadi inspirasi dan penyelesai masalah.

Seminar Psikologi dan Kemanusiaan yang pertama ini sengaja mengambil tema tentang “Kesejahteraan Psikologi dan Perkembangan Manusia” merupakan tema yang perlu disimak dan dikaji bersama. Pemikiran dan hasil penelitian yang dibahas dalam seminar ini memberikan sumbangan yang berarti bagi keluasan kajian psikologi dalam menyelesaikan masalah yang ada di depan kita. Alhamdulillah seminar ini memperoleh sambutan yang luar biasa dari banyak pihak yang turut mempresentasikan dalam acara ini. Karena itu berbagai tulisan yang disumbangkan dalam prosiding ini memberi kontribusi yang sangat berharga bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pembangunan manusia. Sekian, terima kasih.***

