

Studi Kasus Dinamika Psikologis Penderita Bipolar Disorder

Putu Hening Wedanthi

Magister Psikologi Profesi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya

Email: putuheningwedanthi@gmail.com

Abstrak

Gangguan Bipolar adalah gangguan yang ditandai dan memiliki ciri khas yaitu naik turunnya mood secara ekstrim yang disertai dengan kenaikan maupun penurunan aktifitas dan energi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika psikologis penderita gangguan bipolar. Partisipan pada penelitian ini adalah perempuan berusia 27 tahun yang mengalami gangguan bipolar. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan metode studi kasus. Metode yang digunakan adalah metode non tes berupa observasi dan wawancara serta beberapa tes psikologis. Hasil pemeriksaan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa partisipan mengalami gangguan bipolar disebabkan atas berbagai faktor seperti pola asuh, hubungan antara orangtua dan anak serta cara penyelesaian masalah yang kurang adaptif dari peserta penelitian.

Kata kunci: Gangguan Bipolar, Mood, Pola Asuh

Abstract

Bipolar disorder is a disorder characterized by extreme fluctuations in mood accompanied by an increase or decrease in activity and energy. The purpose of this study was to determine the psychological dynamics of people with bipolar disorder. The participant in this study were 27 year old women with bipolar disorder. The approach used in this research is qualitative with case study method. The method used is a non test method in the form of observation and interviews as well as several psychological tests. The result of the examinations that have been carried out show that participants experience bipolar disorder due to various factors such as parenting patterns, the relationship between parents and children as well as ways of solving problems that are less adaptive from research participants. In this study, training on emotional regulation and coping strategies as well as training on interpersonal skills to improve the social relations of research participants with their closest people.

Keywords: Bipolar Disorder, mood, parenting pattern

PENDAHULUAN

National Institute of Mental Health (NIH) menyatakan bahwa gangguan bipolar merupakan penyakit mental kronis atau episodik yang berarti bahwa penyakit tersebut terjadi sesekali pada interval yang tidak teratur. Hal ini menyebabkan perubahan yang tidak biasa, seringkali muncul secara ekstrim dan fluktuatif terkait dengan suasana hati, energi, aktivitas dan konsentrasi atau fokus dengan kata lain gangguan bipolar merupakan gangguan yang ditandai dengan terjadinya perubahan suasana hati, aktifitas serta energi (Mintz,2015). Menurut DSM V terdapat beberapa gejala gangguan bipolar antara lain:

1. Adanya suasana mood/perasaan abnormal yang meningkat, ekspansif dan iritabel serta adanya peningkatan aktivitas bertujuan atau energi yang abnormal dan persisten, paling sedikit sudah dialami selama 4 hari berturut-turut dan terjadi sepanjang hari.
2. Terjadi perubahan perilaku dari biasanya. Meliputi tiga (atau lebih) dari gejala yang mengikuti. Terdapat beberapa derajat yang berbeda dan menunjukkan perubahan perilaku.
 - a. Harga diri yang meningkat atau kebesaran.

- b. Pengurangan kebutuhan tidur.
 - c. Lebih banyak berbicara dari biasanya atau adanya dorongan untuk berbicara.
 - d. Flight of ideas (Lompatan gagasan) atau individu secara subjektif merasakan percepatan pikiran.
 - e. Distraktibilitas.
 - f. Peningkatan dalam aktivitas bertujuan.
 - g. Keterlibatan berlebih pada aktivitas yang beresiko tinggi menyakiti.
3. Episode ini dihubungkan dengan perubahan yang jelas pada fungsi yang tidak karakteristik dari individu ketika sedang tidak mengalami gejala.
 4. Gangguan mood dan fungsi dapat dilihat oleh orang lain.
 5. Episode ini tidak cukup berat dan mengganggu fungsi sosial atau pekerjaan, sehingga tidak membutuhkan perawatan rumah sakit.
 6. Episode ini tidak berkaitan dengan efek psikologi dari substansi tertentu seperti penyalahgunaan obat atau hal lainnya.

Prevalensi dari gangguan bipolar secara global di seluruh Amerika, Eropa, Asia, Timur Tengah dan Selandian Baru menunjukkan angka 2,4% dari total populasi (Merikangas et al., 2011). Menurut Jaya et.al. (2013) penyebab dari gangguan bipolar antara lain adalah:

1. Faktor Genetik

Hampir setengah dari individu dengan gangguan bipolar memiliki anggota keluarga yang juga mengalami gangguan mood seperti depresi. Faktor genetic pada gangguan bipolar menyumbang sekitar 80% dari penyebab kondisi tersebut. Apabila satu orang tua mengidap gangguan bipolar, maka kemungkinan anak menderita hal yang sama adalah sebesar 10 %, ketika kedua orang tua mengidap gangguan bipolar maka kemungkinan anak untuk mengidap gangguan bipolar adalah 40%. Meskipun ada anggota keluarga yang mengidap gangguan bipolar, bukan berarti anggota keluarga lainnya pasti akan mengalami hal yang sama.

2. Faktor Neurokimia

Pada otak, terdapat 3 zat kimia yang sangat penting, antara lain adalah norepinefrin, serotonin dan dopamin. Ketidakseimbangan biokimia di otak yang menyebabkan seseorang rentan terhadap gangguan mood seperti gangguan bipolar.

3. Faktor Lingkungan

Adanya peristiwa tertentu dalam kehidupan seseorang dapat menjadi pemicu munculnya gangguan suasana hati dengan disposisi genetic untuk gangguan bipolar. Bahkan tanpa faktor genetik yang jelas, pola hidup yang tidak sehat seperti penyalahgunaan obat-obatan atau masalah hormonal dapat pula memicu terjadinya gangguan bipolar.

Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti kemudian tertarik untuk memahami dan mendalami dinamika kepribadian dari penderita gangguan bipolar. Peneliti juga berharap dapat menggali faktor penyebab munculnya gangguan bipolar pada partisipan penelitian.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini berdasarkan atas pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Dengan penggunaan metode studi kasus peneliti berharap dapat menggali lebih dalam informasi terkait partisipan penelitian dimulai dari masa kecil hingga dewasa yang kemudian dapat menjadi penyebab munculnya gangguan. Teknik yang digunakan dalam mencari partisipan penelitian adalah teknik purposive sampling dengan fokus pada partisipan yang memiliki kriteria tertentu (Raco, 2010). Partisipan pada penelitian ini merupan seorang perempuan berusia 27 tahun yang diduga mengalami gangguan bipolar. Berikut merupakan identitas partisipan.

Tabel 1. Identitas Partisipan

<i>Nama</i>	<i>: Mawar (nama samaran)</i>
<i>Jenis Kelamin</i>	<i>: Perempuan</i>
<i>Tempat Lahir</i>	<i>: Denpasar, 10 Juli 1994</i>
<i>Alamat</i>	<i>: Denpasar- Bali</i>
<i>Pendidikan</i>	<i>: S2</i>
<i>Suku Bangsa</i>	<i>: Bali</i>
<i>Latar Belakang Budaya</i>	<i>: Bali</i>
<i>Agama</i>	<i>: Hindu</i>
<i>Urutan Kelahiran</i>	<i>: Anak ke-1 dari 2 bersaudara</i>

Proses pemeriksaan menggunakan beberapa cara, antara lain adalah dengan teknik wawancara, observasi dan beberapa instrumen psikologi. Hal tersebut dilakukan agar dapat mengetahui dinamika kepribadian Mawar secara lebih mendalam. Adapun beberapa instrumen psikologi yang digunakan seperti 1) Kuesioner Woodworth's Questionnaire (WWQ), 2) Tes Grafis seperti DAP, BAUM, HTP dan WZT, 3) Thematic Apperception Test (TAT), 4) Intelligents Structure Test (IST).

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap perilaku yang ditunjukkan oleh Mawar maka Mawar menunjukkan perilaku yang mengarah kepada indikasi patologis. Mawar menunjukkan perilaku-perilaku yang memenuhi beberapa kriteria Bipolar Disorder dengan kecenderungan Hipomania sebagaimana tercantum pada DSM V (2013). Adapun hasil observasi dan wawancara terhadap perilaku yang ditunjukkan oleh Mawar ini akan diperkuat melalui asesmen.

Berdasarkan atas hasil observasi dan wawancara terlihat bahwa sejak kecil Mawar memiliki kebutuhan afeksi dari orang-orang disekelilingnya terutama orang tua, namun kebutuhan tersebut tidak ia dapatkan. Sejak TK ia sudah tinggal terpisah dari orang tuanya. Namun ketika menginjak kelas 1 SD Mawar kembali tinggal bersama orang tuanya. Meskipun tinggal bersama namun Ayah Mawar lebih banyak menghabiskan waktu luangnya dengan berjudi, sedangkan ibu Mawar bekerja. Ketika Ibu Mawar bekerja ia lebih banyak menghabiskan waktu dengan pembantu rumah tangga. Kebiasaan ayah Mawar untuk berjudi membuatnya memiliki banyak hutang, hal tersebut membuat kondisi ekonomi keluarga menjadi sulit sehingga memicu pertengkaran kedua orangtuanya. Sejak kecil Mawar sudah seringkali melihat pertengkaran kedua orang tuanya bahkan ibu Mawar pernah mengancam untuk bunuh diri didepan Mawar. Keluarga yang tidak harmonis dan cenderung patologis berdampak trauma pada Mawar kecil. Kebutuhan akan pemenuhan afeksi ia dapatkan dengan cara pingsan. Pingsan menjadi cara bagi Mawar untuk mendapatkan perhatian Ayahnya. Meskipun peran Ayah dalam keluarga tidak optimal, namun sebagai anak perempuan Mawar merindukan sosok Ayah dalam keluarga, dan meskipun terjadi konflik antara Ayah dan Ibunya namun Ayah Mawar tidak pernah berlaku kasar pada Mawar. Berbeda dengan sosok Ibu yang Mawar rasa keras dan cenderung galak. Mawar pertama kali pingsan dimulai saat Mawar melihat pertengkaran kedua orang tua, ia merasa tidak tahan dan tanpa sadar pingsan, usai pingsan ia merasa keluarganya tenang dan tidak lagi terjadi pertengkaran. Keesokan harinya ia akan diantar oleh Ayahnya ke Sekolah, hal tersebut tanpa ia sadari menjadi pola yang berulang dalam menarik perhatian orangtuanya.

Adanya proses modeling dari cara penyelesaian masalah keluarga, terutama penyelesaian masalah dari ibu yang cenderung menyakiti diri sendiri tanpa sadar diikuti oleh Mawar.

Pada saat Mawar memasuki usia dewasa, ayah Mawar meninggal dunia secara mendadak dan meninggalkan hutang dibanyak tempat. Hal tersebut membuat ibu Mawar mengambil keputusan untuk membuat hutang baru atas nama Mawar untuk menutupi hutang yang tersebar. Hal tersebut kemudian menjadi beban untuk Mawar karena sejak ia bekerja, ia diberikan tanggung jawab untuk turut serta membayar hutang orang tuanya. Hal tersebut membuat Mawar tidak pernah dapat menikmati hasil jerih payahnya dalam bekerja. Ibu Mawar juga kerap menuntut agar Mawar dapat memberikan uang lebih banyak tanpa memikirkan perasaan dan keinginan Mawar. Lingkungan sosial yang kurang mendukung menyebabkan Mawar menjadi kurang memiliki motivasi untuk maju dan cenderung pasrah terhadap kondisi yang dialami.

Kebutuhan afeksi yang tidak ia dapatkan dalam keluarga menyebabkan Mawar menampilkan sosok ramah dengan konsep diri yang baik dan penuh prestasi. Namun kurangnya pengalaman berbagi emosi dalam keluarga menyebabkan Mawar tidak dapat menjalin hubungan emosional yang mendalam. Mawar cenderung ragu-ragu dan penuh curiga. Setiap permasalahan dan beban pikiran cenderung ia pendam dan selesaikan sendiri. Namun adanya kontrol diri yang kurang menyebabkan Mawar kerap kali hilang kendali dalam melampiaskan kemarahan dengan perilaku maladaptif. Kurangnya kemampuan Mawar untuk membagi masalah serta adanya perasaan terpaksa untuk memikul tanggung jawab dalam keluarga membuat Mawar mengalami kecemasan dan perasaan tertekan. Mawar kemudian mulai menunjukkan gejala berupa perubahan suasana hati atau mood yang fluktuatif.

Berdasarkan temuan yang didapatkan oleh pemeriksa selama proses observasi dan wawancara, maka didapatkan hasil kesimpulan sementara terkait gambaran dinamikan gangguan yang dialami oleh Mawar. Adapun perilaku yang ditambahkan adalah sebagai berikut:

1. Adanya suasana mood/ perasaan abnormal yang meningkat, ekspansif dan iritabel serta adanya peningkatan aktivitas bertujuan atau energi yang abnormal dan persisten, paling sedikit sudah dialami selama 4 hari Mawar berturut-turut dan terjadi sepanjang hari. Mawar pernah merasakan rasa semangat dalam membuat skenario drama teater, ia kurang tidur dan tidak sempat makan namun ia merasa aneh karena energinya masih ada dan masih bisa menyelesaikan pekerjaannya. Hal tersebut berlangsung selama kurang lebih 5 hari. Ia kemudian mampu menyelesaikan skenario yang dibuat lebih awal dari tenggat waktu yang diberikan.
2. Terjadi perubahan perilaku dari biasanya. Meliputi tiga (atau lebih) dari gejala yang mengikuti. Terdapat beberapa derajat yang berbeda dan menunjukkan perubahan perilaku.
 - a. Harga diri yang meningkat atau berlebihan. Saat mengerjakan tesis Mawar merasa bahwa ia sebenarnya lebih pandai dari teman-temannya yang lain, ia lulusan SMA terbaik, memiliki prestasi yang banyak dan lulus S1 dengan lancar. Ia memiliki perasaan diri harus melakukan tugas (tesis) dengan sempurna sehingga muncul perasaan sangat kecewa apabila ada koreksi dari dosen.
 - b. Berkurangnya kebutuhan tidur yang ditunjukkan dengan waktu tidur Mawar yang kurang dari 7-8 jam dimana ia sering terbangun pada jam 02.00-03.00.
 - c. Gagasan flight atau pengalaman subjektif bahwa pikiran sedang berlomba. Hal ini ditunjukkan pada saat Mawar berbicara, ketika sedang membahas topik A, Mawar tiba-tiba membahas topik yang berbeda. Hal tersebut juga diakui oleh Mawar dan hal tersebut membuat ia terkadang merasa tidak fokus. Ketika sedang menggarap tesis, Mawar juga pernah tiba-tiba ingin mengerjakan teater, sehingga ia kesulitan untuk fokus pada pengerjaan tesis akibat pikiran yang sering berubah-ubah.
 - d. Distractibility. Ditunjukkan pada saat Mawar berada di gym dan melihat figur yang mirip dengan orang yang dibenci tiba-tiba Mawar berhenti berolahraga dan muncul pikiran-pikiran negatif yang membuat suasana hatinya seketika memburuk.

- e. Peningkatan aktivitas yang diarahkan pada tujuan (baik sosial, ditempat kerja atau seksual) atau agitasi motorik. Ditunjukkan dengan Mawar pernah berjalan kaki tanpa tujuan dan tidak menyadari kondisi di sekitarnya.
- f. Keterlibatan dalam tindakan yang berlebihan dan menimbulkan kerugian atau hal yang sifatnya menyakitkan. Ditunjukkan dengan ketika Mawar terlibat perkelahian dengan pamannya, Mawar cenderung menyakiti diri sendiri dengan memukul tangan ke tembok.

PEMBAHASAN

Permasalahan yang Mawar hadapi saat ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan juga eksternal. Faktor internal yang menyebabkan gangguan pada Mawar adalah adanya kontrol diri yang kurang baik, kurangnya keterbukaan untuk menjalin relasi yang mendalam dan adanya kecemasan dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Faktor eksternal penyebab permasalahan Mawar adalah adanya kebutuhan afeksi yang kurang terpenuhi, lingkungan sosial yang kurang mendukung dan pola asuh yang cenderung mengabaikan dan Ibu yang cenderung keras.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan juga pembahasan yang telah dijabarkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa gangguan Bipolar yang dialami oleh Mawar saat ini bersumber dari akumulasi permasalahan yang ia pendam sejak masa kanak-kanak. Pola asuh yang salah serta model penyelesaian masalah yang buruk menjadi contoh yang buruk bagi Mawar dalam proses pembentukan karakternya. Hal tersebut membuat Mawar sulit menghadapi tekanan dan memiliki kontrol diri yang kurang baik dalam menyelesaikan permasalahannya. Kebutuhan afeksi yang kurang terpenuhi juga memperburuk keadaan Mawar.

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada jumlah partisipan. Partisipan pada penelitian ini merupakan partisipan tunggal, hal ini menyebabkan kurang beragamnya jenis dinamika psikologis pada penderita gangguan bipolar. Hal tersebut menyebabkan pentingnya penelitian lanjutan dengan subjek yang lebih banyak sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dinamika psikologis pada penderita gangguan bipolar.

DAFTAR PUSTAKA

- Raco, R. J. (2010). Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Mintz, D. (2015). Bipolar Disorder: Overview, Diagnostic Evaluation and Treatment.
- Jaya, Y. Et al. (2013). Bipolar Disorder in Adult. International Research Journal of Pharmacy.
- Merikangas, K.R., et al. (2011). Prevalence and correlates of bipolar spectrum disorder in the world mental health survey initiative. Arch. Gen. Psychiatry 68, 241–251. doi:10.1001/archgenpsychiatry.2011.12
- Bipolar Disorder. (2018). National Institute of Mental Health.