

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bipolar adalah suatu gangguan mood yang menyebabkan perubahan suasana hati yang secara tiba-tiba. Pergantian atau perubahan yang terjadi antara saat depresi bisa menjadi berubah gembira, atau manik dengan waktu yang relatif singkat. Perubahan ini didasari oleh suasana hati yang dirasakan oleh orang dengan bipolar atau biasa disebut dengan ODB dan perubahan itu bersifat menyeluruh untuk segala aktivitas. Bahkan setiap orang bisa merasakan sedih atau gembira dalam waktu sehari penuh. Namun gangguan bipolar menyebabkan ODB bisa merasakan sedih yang berkepanjangan tanpa ada alasan yang jelas atau bisa merasakan bergembira berkepanjangan karena ODB sedang nyaman terhadap hal yang ia senangi.

Manik didefinisikan sebagai keadaan emosional dengan kegembiraan yang berlebihan, mudah tersinggung, disertai hiperaktivitas, berbicara lebih banyak dari biasanya, serta pikiran dan perhatian yang mudah teralih. Orang dengan gangguan bipolar akan mengalami dua fase perasaan tersebut dalam hidupnya. Perbedaan yang mendasar antara orang dengan gangguan bipolar dan yang tidak menderita bipolar adalah terkadang orang dengan bipolar akan merasa sedih atau gembira tanpa perlu suatu alasan yang jelas, pemicu kesedihan yang terlihat sederhana bagi orang lain bisa menimbulkan depresi yang berkepanjangan di mana penderita bipolar merasa sulit keluar dari perasaan tersebut.¹

Orang terdekat terkadang masih menganggap aneh penderita bipolar. Gangguan kejiwaan yang dialami penderita bipolar kerap membuat sebagian orang kewalahan

¹ Rani Anggraeni Purba dan Yohanis Franz La Kahija, “*Pengalaman Terdiagnosis Bipolar: Sebuah Interpretative Phenomenological Analysis*”, Jurnal Empati, Semarang, Vol 7 No 3, Agustus 2017

menghadapinya karena penderitanya memiliki suasana hati yang bertolak belakang secara ekstrem, yaitu mania dan depresi. Saat mania melanda, penderita kerap merasakan kegembiraan yang amat membuncah. Sebaliknya, ketika depresi, penderita merasakan kesedihan luar biasa yang tidak bisa dikendalikan. Depresi ini bisa mematahkan semangat hidup, bahkan bisa membuat si penderita bunuh diri.²

Dukungan keluarga adalah salah satu hal yang sangat penting diterima oleh orang dengan bipolar, karena dengan adanya dukungan dari keluarga adalah salah satu hal yang bisa membuat penderita bipolar disorder tidak merasa sendiri dan berperan penting dalam proses terapi bagi orang dengan bipolar.

Dukungan keluarga merupakan suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosialnya. Anggota keluarga sangat membutuhkan dukungan dari keluarganya karena hal ini akan membuat individu tersebut merasa dihargai dan anggota keluarga siap memberikan dukungan untuk menyediakan bantuan dan tujuan hidup yang ingin dicapai individu.

Dukungan emosional adalah dukungan yang memberi pasien perasaan nyaman, merasa dicintai bahkan saat dia memiliki masalah, membantu dalam bentuk semangat, empati, kepercayaan diri, perhatian sehingga individu yang menerimanya merasa berguna. Berikutnya adalah dukungan informasi. Dalam hal ini, misalnya keluarga, dapat memberikan informasi dengan menyarankan tempat, dokter, terapi yang baik untuk diri mereka sendiri dan tindakan spesifik untuk mengatasi stress. Selanjutnya adalah dukungan instrumental yang melibatkan penyediaan dukungan fisik, dukungan finansial, dan

² Garsha Three Saputra, “*Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Keberfungsian Sosial Penyintas Bipolar Di Komunitas Bipolar Care Indonesia*”, Jakarta 2019.

keluarga sebagai sumber untuk tujuan praktis, keluarga dengan sumber daya yang cukup dapat memberikan dukungan dalam bentuk uang atau perhatian terhadap proses pengobatan. Yang terakhir adalah dukungan pengharapan yang merupakan dukungan berupa dorongan dan motivasi yang diberikan keluarga kepada pasien. Dukungan ini merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu dan Pasien mempunyai seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalah mereka.³

Keluarga dan orang terdekat merupakan salah satu lingkungan yang mempengaruhi penyesuaian diri individu. Menurut Gunadarsa yang ditulis pada tahun 1999, keluarga dan orang terdekat adalah unit sosial yang paling kecil dalam masyarakat yang peranannya besar sekali terhadap perkembangan sosial, terlebih pada penderita bipolar disorder. Dalam pandangan psikodinamik, keluarga merupakan lingkungan sosial yang secara langsung mempengaruhi individu. Keluarga merupakan lingkungan mikrosistem, yang menentukan kepribadian dan kesehatan mental seseorang. Keluarga lebih dekat hubungannya dibandingkan dengan masyarakat luas. Karena itu dapat digambarkan hubungan ketiga unit itu sebagai anak-keluarga-masyarakat. Artinya, masyarakat menentukan keluarga, dan keluarga menentukan individu. Dengan demikian, kondisi keluarga yang memiliki anggota keluarga yang menderita gangguan bipolar akan berbeda dengan keluarga pada umumnya.⁴

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh apakah dukungan lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor penting dalam proses

³ Lidwina Dewiyanti Wea, Yohanes Jakri, Saverius Wandu, "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Rawat Jalan Dengan Gangguan Jiwa Di Klinik Jiwa Renceng Mose Kabupaten Manggara", Jurnal Wawasan Kesehatan, Volume: 5, Nomor 1, Juni 2020.

⁴ Lailatul Nurush Sholikah, Sardjuningsih, dan Tatik Imadatus Sa'adati, "Penyesuaian Diri Keluarga Penderita Bipolar Di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Kediri", Jurnal Happiness Vol. 1 No. 1 Juli 2017.

penyembuhan orang dengan bipolar. Dari masalah yang ada penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Dukungan Lingkungan Keluarga Terhadap Proses Penyembuhan Orang Dengan Bipolar”**. Adapun alasan saya melakukan penelitian ini dikarenakan masih banyaknya diluar sana orang dengan bipolar tidak menerima dukungan dari keluarga dan orang terdekat.

Beberapa penelitian mengenai bipolar di Indonesia pada umumnya berfokus pada pengobatan terapi dan risiko bunuh diri yang menyertai gangguan bipolar berdasarkan beberapa riset dapat disimpulkan bahwa riset yang berfokus pada pengalaman subjektif dari penderita bipolar masih kurang dilakukan. Keseluruhan riset tersebut memang meneliti langsung pada penderita bipolar, namun tidak sepenuhnya berfokus pada pengalaman subjektif, riset yang ada selalu mengaitkannya dengan aspek kajian psikologi yang lain. Penelitian ini menjadi menarik karena berfokus untuk memahami pengalaman hidup penderita bipolar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu :

1. Bagaimana hubungan dukungan lingkungan keluarga terhadap proses penyembuhan orang dengan bipolar?
2. Bagaimana proses penyembuhan orang dengan bipolar?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Menjelaskan keterlibatan keluarga dalam proses penyembuhan orang dengan bipolar.
2. Menjelaskan proses penyembuhan orang dengan bipolar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritik

Secara teoritik penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan di bidang ilmu Psikologi maupun konseling.

2. Manfaat Praktik

Secara praktik hasil penelitian ini bisa menjadi sumber informasi dan bahan pertimbangan bagi kelompok yang berkepentingan dalam memberi dukungan kepada orang dengan bipolar.

