

Personality Disorder Klaster A: Penyebab dan Penanggulangannya

Anggun Gunawan¹, Arlan Hidayatulloh²

¹STIT NU Al-Farabi Pangandaran, e-mail: anggungunawan312@gmail.com

²STIT NU Al-Farabi Pangandaran, e-mail: arlanhidayatulloh23@gmail.com

Histori Naskah

Diserahkan:
07-10-2023

Direvisi:
22-10-2023

Diterima:
24-10-2023

Keywords

: *Personality Disorders, Cluster A, Causes, Remedies*

ABSTRACT

Personality disorders are a type of mental illness. This condition causes sufferers to have abnormal thought and behavior patterns that are difficult to change. There are 3 types of personality disorders such as cluster A personality disorders, cluster B personality disorders and cluster C personality disorders. Here the author explains about Cluster A Personality Disorders. Cluster A personality disorders are a group of personality disorders characterized by eccentric, strange and unusual behavior patterns. normal. This disorder causes difficulty socializing or experiencing a kind of hallucination. The type of research used in this research is library research. This research is descriptive research which focuses on systematic explanations of the facts obtained. The therapies that can be carried out by people with personality disorders are cognitive behavioral therapy or CBT, psychoanalytic therapy, psychoeducational therapy, and dialectical behavioral therapy or DBT.

ABSTRAK

Gangguan kepribadian adalah salah satu jenis penyakit mental. Kondisi ini menyebabkan penderitanya memiliki pola pikir dan perilaku yang tidak normal dan sulit untuk diubah. Ada 3 tipe gangguan kepribadian seperti gangguan kepribadian klaster A, gangguan kepribadian klaster B dan gangguan kepribadian klaster C. Di sini penulis menjelaskan tentang Gangguan Kepribadian Klaster A. Gangguan kepribadian klaster A adalah kelompok gangguan kepribadian yang ditandai oleh pola perilaku yang eksentrik, aneh dan tidak biasa. Gangguan ini menyebabkan kesulitan untuk bersosialisasi atau mengalami semacam halusinasi. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *library research*. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif yang berfokus pada penjelasan sistematis terhadap fakta yang diperoleh. Adapun terapi yang dapat dilaksanakan oleh penderita gangguan kepribadian yaitu terapi kognitif perilaku atau *Cognitive Behavioral Therapy* atau CBT, terapi psikoanalitik, terapi psikoedukasi, dan terapi dialektik perilaku atau *Dialectical Behavioral Therapy* atau DBT.

Kata Kunci

: Gangguan Kepribadian, Klaster A, Penyebab, Penanggulangan

Corresponding Author

: Anggun Gunawan, STIT NU AL-Farabi Pangandaran, Jl. Raya Cigugur KM. 3, Kompleks Pesantren Babakan Jamanis, Kel. Karang Benda, Kec. Parigi, Kab. Pangandaran, e-mail: anggungunawan312@gmail.com

PENDAHULUAN

Kepribadian merupakan suatu perpaduan yang utuh antara sikap, sifat, pola pikir, emosi, serta juga nilai-nilai yang memengaruhi individu tersebut agar berbuat sesuatu yang benar dengan lingkungannya (Sukatini et al., 2023). Schever Dan Lamm (1998) dalam Setiawan (2023) mengatakan bahwa “kepribadian merupakan keseluruhan pola sikap, kebutuhan, ciri-ciri yang kas dan perilaku seseorang”(Setiawan, 2023). Pola yang dimaksud adalah sesuatu yang sudah menjadi standar atau baku, sehingga kalau di katakan pola sikap, maka sikap itu dilakukan secara terus-menerus dan sudah menjadi kebiasaan.

Pada zaman sekarang ini banyak sekali permasalahan-permasalahan yang muncul, seperti adanya gangguan-gangguan kepribadian (*personality disorder*) yang dialami oleh sebagian orang. Gangguan kepribadian merupakan kondisi ketika seseorang memiliki pola pikir tidak sehat. Saat mengalami gangguan kepribadian, seseorang akan merasa kesulitan untuk berhubungan dengan orang lain (Undip, 2021).

Seiring dengan perkembangan zaman yang semakin pesat maka akan besar pula tantangan zaman akan dihadapi oleh manusia, dengan adanya tantangan inilah maka manusia dituntut untuk terus bekerja keras agar tidak tertinggal oleh kemajuan zaman. Namun dengan terpenuhinya semua itu, tidak menutup kemungkinan akan timbulnya kecemasan, merasa kekurangan terhadap kebutuhan yang lain seperti; kehormatan, dan jabatan yang telah didapat. Hal ini tercantum dalam al-Qur'an Surat Al-Ma'arij ayat 19-23: “*Sungguh, manusia diciptakan bersifat suka mengeluh (19). Apabila dia ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah (20), dan apabila dia mendapat kebaikan (harta) dia jadi kikir (21), kecuali orang-orang yang melaksanakan shalat (22), mereka yang tetap setia melaksanakan shalatnya (23)*”.

Kesehatan merupakan hal yang terpenting bagi manusia dalam kehidupan, baik itu kesehatan jasmani dan kesehatan mental, kesehatan yang susah dirasakan adalah kesehatan mental. Salah satu contoh hal yang dapat merusak kesehatan jiwa atau mental adalah gangguan kepribadian.

Menurut DSM-IV (*Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorder* edisi 4), aksis II, gangguan kepribadian ini dibagi menjadi 3 kelompok, yang pertama yaitu gangguan kepribadian klaster A, gangguan kepribadian klaster B dan gangguan kepribadian klaster C. Adapun jenis-jenis gangguan yang terdapat dalam kelompok gangguan kepribadian klaster A atau disebut kelompok aneh ini adalah: Gangguan kepribadian paranoid, skizoid dan skizotipal. Adapun tujuan dari penulisan ini yaitu membahas tentang *Personality Disorder Cluster A* (Gangguan Kepribadian Klaster A).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian ini juga tergolong *library research*. Sementara jika dilihat dari sifatnya, penelitian ini termasuk penelitian deskriptif yang berfokus pada penjelasan sistematis terhadap fakta yang diperoleh (Sugiyono, 2012). Sementara data yang dikumpulkan bersifat kepustakaan. Kriteria sumber data yang digunakan antara lain buku digital, jurnal ilmiah, hasil-hasil penelitian baik itu dalam bentuk skripsi, tesis dan disertai serta sumber-sumber lainnya yang relevan dengan permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kepribadian

Menurut Feist & Feist (2008) dalam Satrio (2020), “kepribadian adalah pola sifat (watak) dan sebuah karakter unil, yang memberikan konsisten sekaligus individualitas bagi perilaku seseorang”(Satrio et al., 2020). Kepribadian juga dimaknai sebagai “pola tingkah laku,

kebiasaan, dan bentuk tubuh seseorang yang diperlihatkan oleh seseorang adalah kehidupannya sehari-hari”(Mareta, 2020). Suatu kepribadian dapat dipengaruhi oleh beberapa hal seperti lingkungan dan keluarga, kedua hal tersebut tidak dapat dipisahkan dan merupakan awal dari pembentukan kepribadian dari seorang individu.

Sigmund Freud dalam Alwisol (2009) menyatakan bahwa “kepribadian merupakan suatu struktur yang terdiri dari tiga sistem, yakni id, ego dan super ego”(Alwisol, 2009). Sedangkan tingkah laku tidak lain merupakan hasil dari konflik dan rekonsiliasi ketiga unsur dalam sistem kepribadian tersebut. Pada umumnya seseorang terganggu kepribadiannya apabila pribadi tersebut melebihi kapasitasnya sehingga dapat merugikan diri dan lingkungannya.

B. Gangguan Kepribadian

Gangguan kepribadian merupakan gangguan kesehatan mental yang dicirikan dengan pola pikir, perilaku, dan perasaan yang terganggu dan tidak disadari oleh penderita. Orang dengan gangguan ini biasanya sulit membangun kehidupan sosial bersama orang lain. Gangguan kepribadian umumnya muncul pada masa remaja, atau saat memasuki usia dewasa. Gangguan kepribadian dapat mengganggu aspek-aspek kehidupan penderita.

Dalam terminologi Islam klasik, gangguan kepribadian disebut dengan akhlak tercela (akhlaq madmumah) sebagai kebalikan dari akhlak yang terpuji (akhlaq mahmudah); atau disebut akhlak yang buruk (akhlaq khabitsah/sayyi'ah) sebagai kebalikan dari akhlak yang mulia atau baik (akhlaq karimah/hasanah). Al-Ghazali menyebut gangguan kepribadian dengan “al-akhlaq al-khabitsah”. Ia kemudian berkata “akhlaq yang buruk merupakan penyakit hati dan penyakit jiwa”.

Adapun penyebab gangguan kepribadian yaitu: 1) Lingkungan, meliputi tempat seseorang tumbuh besar, peristiwa-peristiwa hidup, serta hubungan dengan anggota keluarga lain; 2) Genetik, beberapa kepribadian tertentu dapat diturunkan oleh orang tua secara genetik dan biasa disebut tempramen (Sapara et al., 2020).

Gangguan kepribadian diduga disebabkan oleh kombinasi antara faktor genetik dan lingkungan. Faktor genetik dapat membuat seseorang rentan terhadap gangguan kepribadian dan peristiwa dalam kehidupan dapat menjadi pemicu untuk berkembangnya gangguan kepribadian.

Seorang individu memiliki kepribadian yang berbeda dengan individu lainnya, ketika kepribadian seseorang memiliki suatu ciri yang menunjukkan penyimpangan, ada kemungkinan individu tersebut mengalami gangguan kepribadian. Menurut *Diagnostic And Statistical Manual of Mental Disorders Fourth Edition* atau disingkat DSM – IV gangguan kepribadian digolongkan menjadi 3 kelompok yaitu, kelompok A dimana individu bersifat dan eksentrik, pada kelompok B yaitu kategori individu yang dramatis dan emosional, mereka yang ada dalam kelompok C merupakan individu yang mudah cemas atau ketakutan.

Menurut DSM-5 (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-5*), individu mengalami gangguan kepribadian jika terdapat penyimpangan jangka panjang dari norma budaya yang menyebabkan tekanan dan masalah yang signifikan pada setidaknya dua dari kategori di bawah ini:

1. Sikap seseorang ketika berhadapan dengan orang lain
2. Kesesuaian dalam respons emosional
3. Kemampuan dalam mengontrol keinginan atau hasrat
4. Cara seseorang mempersepsikan dan memahami diri sendiri dan orang lain

C. Gangguan Kepribadian Klaster A: Penyebab dan Penanggulangannya

Gangguan kepribadian cluster A ditandai dengan pemikiran atau perilaku yang aneh dan eksentrik. Gangguan ini menyebabkan kesulitan untuk bersosialisasi atau mengalami

semacam halusinasi. Biasanya gejala-gejala ini muncul pada masa remaja akhir atau dewasa awal.

Sedangkan gangguan-gangguan pola kepribadian adalah gangguan-gangguan berat yang memberikan sedikit kemampuan kepada individu untuk menangani situasi-situasi yang menekan. Adapun tipe-tipe kepribadian yang termasuk kedalam gangguan kepribadian klaster A adalah gangguan-gangguan kepribadian paranoid, skizoid, dan skizotipal.

1. Gangguan Kepribadian Paranoid (Paranoid Personality Disorders)

Gejalanya berupa tidak mempercayai orang lain dan curiga terhadap motif di balik perilaku orang lain secara tidak beralasan, merasa bahwa orang lain akan menipu atau mencederainya meskipun tidak terbukti, serta cenderung menyimpan dendam. Penyebab gejala paranoid adalah karena adanya trauma psikologis, misalnya menjadi korban pelecehan seksual atau kekerasan fisik. Ini juga dapat diakibatkan oleh gangguan mental tertentu, misalnya gangguan kecemasan, depresi, dan skizofrenia, stres berat atau tekanan batin. Gangguan pada otak misalnya karena demensia, penyakit huntington, stroke dan penyakit parkinson juga dapat menyebabkan gangguan kepribadian paranoid.

Cara mengatasi gangguan kepribadian paranaoid yaitu:

- a. Psikoterapi, merupakan pengobatan lini pertama untuk gangguan kepribadian paranoid. Tujuannya untuk mengidentifikasi pola pikir negatif pengidap, dan membantu pengidap untuk membedakan ancaman yang nyata versus yang dirasakan. Dengan begitu, rasa kekhawatiran pengidap bisa berkurang. Jenis psikoterapi yang paling efektif untuk gangguan psikoterapi yaitu terapi perilaku kognitif, terapi psikodinamik dan tes realita.
- b. Obat-obatan, adapun obat-obatan yang digunakan untuk mengatasi gangguan kepribadian paranoid dan kondisi yang menyertainya diantaranya antipsikotik (risperidone, quetiapine, olanzapine, colazapine, dan ziprasidone), antidepresan dan penstabilan suasana hati.

2. Gangguan Kepribadian Skizoid (Schizoid Personality Disorders)

Gejala gangguan ini berupa sedikitnya minat untuk membangun hubungan sosial dengan orang lain, tidak menangkap isyarat sosial yang normal, serta memiliki emosional yang dingin. Penyebab pasti gangguan ini belum diketahui, tetapi perpaduan faktor genetik dan lingkungan, terutama pada anak usia dini, dapat berperan dalam mengembangkan gangguan tersebut (Putri, n.d.). Adapun faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiko seseorang terkena gangguan skizoid, yaitu: memiliki orang tua atau kerabat dengan gangguan skizoid, skizotipal atau skizofrenia. Memiliki orang tua yang dingin, lali, atau tidak responsif terhadap kebutuhan emosional anaknya. Masa kanak-kanak yang suram dimana tidak ada kehangatan dan emosi yang didapatkan.

Cara mengatasi gangguan kepribadian skizoid:

- a. Psikoterapi, merupakan istilah yang digunakan untuk terapi gangguan kepribadian skizoid dengan metode pengenalan diri sendiri. Hal ini membutuhkan partisipasi dari penderita secara langsung dengan mempelajari alur suasana hati, pikiran, hingga perilaku. Biasanya psikoterapi dapat dilakukan dengan tiga tahap yaitu tahapan individu, kelompok, atau teman (Putri, n.d.).
- b. Terapi kognitif, pada terapi ini penderita didampingi untuk mengubah cara berpikir. Hal ini tentu membutuhkan pendampingan yang intensif dari dokter jiwa atau psikiater. Terapi jenis ini pun membutuhkan komitmen yang kuat dari penderitanya sendiri untuk dapat terhindar dari skizoid.

- c. Terapi psikodinamik, pada terapi ini penderitanya akan diminta untuk melakukan kilas balik atas pengalamannya di masa lampau. Biasanya dokter akan meminta penderitanya untuk menceritakan pengalaman yang cenderung membuatnya trauma. Hal ini akan membuat penderitanya berlatih untuk keluar dari rasa ketakutan yang dia alami di masa lalu.

3. Gangguan Kepribadian Skizotipal (Schizotypal Personality Disorders)

Gejala yang timbul berupa kepercayaan bahwa dirinya dapat mempengaruhi pikiran atau peristiwa tertentu, sering salah menafsirkan perilaku orang lain dan pada akhirnya memberikan respon emosi yang tidak sesuai, mengalami sensasi indera yang tidak wajar contohnya: mendengar namanya dibisikan ditelinga, serta cenderung untuk menghindari berhubungan dekat dengan orang lain. Penyebab skizotipal dapat terjadi karena faktor genetik dan akan lebih sering terjadi ketika seseorang memiliki kerabat yang mengalami skizofrenia dan biasanya berkembang pada awal masa dewasa.

Cara mengatasi gangguan kepribadian skizotipal yaitu:

- a. Terapi suportif yaitu dilakukan dengan memberikan kenyamanan, kasih sayang, dan empati pada pasien.
- b. Terapi keluarga yang melibatkan anggota keluarga untuk melatih kemampuan komunikasi dan bekerjasama dengan orang lain.
- c. Pemberian obat, seperti antidepresan untuk mengatasi gejala.

PENUTUP

Gangguan kepribadian merupakan gangguan mental yang membuat seseorang memiliki pola pikir, perilaku, dan perasaan yang menyimpang dari norma sosial. Penderita gangguan kepribadian juga mengalami kesulitan untuk memahami situasi dan orang lain. Gangguan kepribadian dibagi menjadi 3 klaster yaitu gangguan kepribadian klaster A (Personality Disorder Cluster A), gangguan kepribadian klaster B (Personality Disorder Cluster B), dan gangguan kepribadian klaster C (Personality Disorder Cluster C). Adapun gangguan-gangguan kepribadian itu diantaranya ada yang dinamakan gangguan-gangguan pola kepribadian, gangguan-gangguan sifat kepribadian, gangguan-gangguan kepribadian antisosial. Siapa saja berpotensi untuk mengalami gangguan kepribadian. Gangguan kepribadian bisa disebabkan oleh faktor genetika (dapat diturunkan), keluarga, pengalaman masa kecil dan juga pengaruh lingkungan. Gangguan kepribadian dapat diatasi melalui psikoterapi (terapi kejiwaan) maupun farmakoterapi (terapi obat-obatan), dengan teknik penyembuhan yang berbeda-beda untuk masing-masing gangguan kepribadian salah satunya yaitu gangguan kepribadian klaster A.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press.
- Mareta, M. (2020). *Psikologi Pendidikan* (M. Fakhri, Ed.). Sanabil. <http://repository.uinmataram.ac.id/107/>
- Putri, P. H. (n.d.). *Gangguan Kepribadian / Tanda dan Gejala, Penyebab, Cara Mengobati, Cara Mencegah*. SehatQ. Retrieved October 22, 2023, from <https://www.sehatq.com/penyakit/gangguan-kepribadian>
- Sapara, M. M., Lumintang, J., & Paat, C. J. (2020). DAMPAK LINGKUNGAN SOSIAL TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU REMAJA PEREMPUAN DI DESA AMMAT KECAMATAN TAMPANTMAMMA KABUPATEN KEPULAUAN TALAUD. *HOLISTIK, Journal of Social and Culture*. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/holistik/article/view/29607>
- Satrio, D., Budiharjo, A., & Prasetyani, D. (2020). HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KEPERIBADIAN TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL PADA PERAWAT. *Pena: Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi*, 34(1), 77–85. <https://doi.org/10.31941/jurnalpena.v34i1.1205>
- Setiawan, P. (2023, Agustus). *Kepribadian: Tipe, Faktor, Jenis, Fungsi & Menurut Para Ahli*. <https://www.gurupendidikan.co.id/kepribadian/>
- Sugiyono, S. (2012). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Alfabeta.
- Sukatin, S., Sabrina, H. F., Septiana, K., Aisyah, N., & Hafizi, N. (2023). Psikologi Kepribadian dalam Pendidikan di Sekolah. *JURNAL PENDIDIKAN DAN ILMU SOSIAL (JUPENDIS)*, 1(3), Article 3. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v1i3.545>
- Undip, H. (2021, September 1). Mengenal Gangguan Kepribadian Bersama dr. Tanjung Ayu Sumekar, M.SI. Med., Sp.KJ (Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa RSND UNDIP). *Universitas Diponegoro*. <https://www.undip.ac.id/post/20923/mengenal-gangguan-kepribadian-bersama-dr-tanjung-ayu-sumekar-m-si-med-sp-kj-dokter-spesialis-kedokteran-jiwa-rsnd-undip.html>