

# PSIKOEDUKASI TENTANG GANGGUAN BIPOLAR UNTUK MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL DENGAN ORANG YANG MENGALAMI GANGGUAN BIPOLAR DI PERUMDAM TIRTA KENCANA SAMARINDA

Rani Azizah Hanifah<sup>1\*</sup>, Muslimin Nulipata<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Jl. Ir. H. Juanda No.15, Kota Samarinda, Indonesia, 75124

\*Email : raniazizah501@gmail.com

---

## Abstrak

Kegiatan magang dilakukan untuk mengidentifikasi masalah yang terjadi di lapangan kerja serta memberikan ilmu yang telah didapatkan sebagai pemahaman baru di dalam instansi terkait. Interaksi sosial merupakan salah satu proses sosial yang tidak jarang di dalam proses tersebut muncul suatu permasalahan. Salah satunya terkait permasalahan interaksi antar individu, individu dan kelompok hingga kelompok dan kelompok. Kegiatan magang bertujuan untuk memberikan pemahaman baru terkait gangguan bipolar yang tidak banyak orang ketahui sebelumnya. Instansi terkait adalah Perumdam Tirta Kencana Kota Samarinda dengan target produk magang adalah karyawan Departemen Sumber Daya Manusia dengan melakukan psikoedukasi setelah melakukan wawancara. Adanya psikoedukasi cukup membuka pemahaman baru karyawan terkait gangguan tersebut dan banyak karyawan merasa hal ini cukup membantu dalam proses interaksi dengan orang yang memiliki gangguan.

**Kata Kunci:** Gangguan Bipolar; Interaksi Sosial; Psikoedukasi

## Abstract

*Internship activities are carried out to identify problems that occur in the workforce and provide knowledge that has been obtained as a new understanding in related agencies. Social interaction is a social process in which problems often arise. One of them is related to interaction problems between individuals, individuals and groups to groups and groups. The internship activity aims to provide a new understanding regarding bipolar disorder that not many people knew about before. The related agency is Perumdam Tirta Kencana Kota Samarinda with the target of apprenticeship products being employees of the Human Resources Department by conducting psychoeducation after conducting interviews. The existence of psychoeducation is sufficient to open new understandings for employees regarding the disorder and many employees feel that this is quite helpful in the process of interacting with people who have disorders.*

**Keywords:** Bipolar Disorder; Social Interaction; Psychoeducation

## PENDAHULUAN

Mahasiswa dalam kegiatan magang diberikan tugas untuk menganalisis masalah serta memberikan sedikit pengetahuan yang telah didapatkan selama masa kuliah lalu disebarluaskan ke tempat magang yang ia tempati sebagai bentuk pengabdian pada instansi yang telah memberikan fasilitas berupa tempat magang. Adapun pada kegiatan magang kali ini dilaksanakan di instansi bernama Perumdam Tirta Kencana Kota Samarinda, perusahaan ini bergerak di bidang jasa pelayanan air bersih. Pada instansi terdapat departemen sumber daya manusia yang dimana dalam departemen ini mengurus hal-hal yang berkaitan dengan kepegawaian mulai dari data gaji, administrasi berupa surat menyurat, hingga urusan yang berkaitan dengan permasalahan pada pegawai dalam melakukan pekerjaan salah satunya berkaitan dengan interaksi sosial yang berkaitan dengan pekerjaan.

Menurut Muslim (2013) Interaksi sosial adalah hubungan yang terjadi antara manusia dengan manusia lain, baik secara individu maupun dengan kelompok. Hal ini memiliki arti ketika suatu individu berada di dalam suatu lingkungan mereka secara alami akan memiliki hubungan dengan manusia lainnya serta kelompok yang berada di dalam lingkungan tersebut seperti ketika satu karyawan berperilaku sedikit berbeda dari karyawan lainnya serta kelompok lingkungan kerja yang ada otomatis dapat mempengaruhi proses interaksi yang terjadi di dalam lingkungan kerja. Interaksi sosial menjadi salah satu jembatan komunikasi untuk menghasilkan performa kerja sama yang baik dalam mencapai tujuan bersama. Namun, tidak sedikit karyawan yang masih kurang memahami cara untuk berinteraksi sosial dengan latar belakang gangguan salah satunya gangguan bipolar.

Menurut Diyanah (2019) Gangguan bipolar adalah gangguan mental yang menyerang kondisi psikis seseorang yang ditandai dengan perubahan suasana hati yang ekstrem berupa mania dan depresi. Diyanah juga mengemukakan bahwa suasana hati penderita bipolar dapat berganti secara tiba-tiba antara kebahagiaan dan kesedihan yang berlebihan tanpa pola waktu yang pasti. Hal ini didukung dengan kondisi nyata yang terjadi pada karyawan yang memiliki gangguan bipolar dengan menunjukkan perilaku perubahan suasana hati secara ekstrem ketika berada di bawah kondisi yang berkaitan dengan hal yang sempat berhubungan dengan pengalaman kurang baik di masa lalu. Karyawan yang memiliki gangguan bipolar tentunya memiliki penanganan yang berbeda jika dibandingkan dengan karyawan yang berada di bawah kondisi normal dimana dalam hal ini karyawan dengan gangguan bipolar cenderung diberikan pemahaman lebih agar tidak memicu gangguan dalam kondisi lingkungan kantor yang ia tempati. Sementara, tidak banyak karyawan yang memahami gangguan yang dialami sehingga hal ini berujung kepada karyawan yang cenderung takut kepada orang yang mengalami gangguan. Bahkan tidak jarang karyawan yang mengalami gangguan direndahkan dan dipermalukan karena tidak normalnya kondisinya tersebut.

Kurangnya pengetahuan tentang gangguan terkait menjadi salah satu tantangan yang dialami oleh karyawan yang bekerja sama di lingkungan kerja dengan karyawan yang memiliki gangguan bipolar. Dalam hal ini, sasaran target dalam kegiatan produk magang merupakan karyawan yang berinteraksi secara langsung dengan karyawan yang memiliki latar belakang gangguan. Karyawan Departemen Sumber Daya Manusia sebagai departemen yang membantu secara langsung dan berinteraksi secara *person to person* dengan orang yang mengalami

gangguan membutuhkan pengetahuan umum terkait gangguan bipolar dan apa yang harus dilakukan sebagai rekan yang berinteraksi sosial secara langsung dengan orang berlatar belakang gangguan bipolar.

Melalui psikoedukasi dalam bentuk poster yang memuat tentang definisi bipolar serta bagaimana cara agar rekan kerja dapat membantu karyawan dalam proses interaksi. Tujuan dari dilakukannya psikoedukasi untuk menambah pengetahuan terkait gangguan yang tidak diketahui sebelumnya. Setelah itu, bisa berinteraksi sosial dengan orang yang mengalami gangguan dan dapat membantu rekan yang mengalami gangguan untuk mengurangi gejala gangguan yang kemungkinan dapat menciptakan konflik di masa depan.

## **METODE**

### **1. Metode Asesmen**

Dalam metode asesmen menggunakan metode wawancara. Rachmawati (2007) mengemukakan wawancara merupakan bentuk pengumpulan data yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif. Selain itu, Rachmawati juga berpendapat bahwa wawancara pada penelitian kualitatif merupakan pembicaraan yang mempunyai tujuan dan didahului beberapa pertanyaan informal. Sebelum masuk dalam penggalian masalah diperlukan adanya perkenalan dari seseorang yang akan diwawancarai serta interaksi semacam apa yang dimiliki oleh narasumber dan orang yang bermasalah. Sementara, menurut Saleh (2017) wawancara merupakan bentuk komunikasi verbal atau percakapan langsung yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan. Dalam melakukan proses penggalian informasi digunakan metode wawancara sebagai narasumber yang memiliki informasi terkait dan pewawancara yang memiliki pertanyaan yang berkaitan dengan penggalian permasalahan.

### **2. Metode Analisis Data**

Menggunakan metode kualitatif. Menurut Abdussamad (2021) penelitian kualitatif adalah suatu jenis pendekatan penelitian dalam ilmu sosial yang menggunakan paradigma alamiah, berdasarkan teori fenomenologis (dan sejenisnya) untuk meneliti masalah sosial dalam suatu kawasan dari segi latar dan cara pandang objek yang diteliti secara holistik. Adapun metode dilakukan dengan cara memahami perilaku seseorang melalui pertanyaan mendalam berdasarkan pengalaman yang telah dirasakan oleh seseorang yang pernah berinteraksi sebelumnya dengan orang yang mengalami gangguan bipolar terkait perilaku yang menghasilkan suatu permasalahan pada kondisi di sekitarnya.

### **3. Subjek Sasaran Magang**

Subjek sasaran magang adalah kognitif. Dania & Novziransyah (2021) mengemukakan kognitif merupakan kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri serta berinteraksi dengan lingkungannya dengan cara mendapatkan suatu pengalaman terhadap suatu peristiwa atau melakukan suatu bentuk penyesuaian terhadap sistem pengetahuan sesuai dengan kebutuhan dan kenyataan. Hal ini diikuti dengan adanya produk magang yang bertujuan untuk memberikan informasi berupa pengetahuan baru terhadap orang yang berinteraksi sosial dengan orang berlatar belakang gangguan bipolar sehingga orang yang sebelumnya tidak mengetahui bagaimana cara untuk berhadapan dengan orang yang memiliki gangguan dapat

memahami gangguan yang dialami orang tersebut sehingga menghasilkan interaksi sosial yang positif.

#### 4. Metode Intervensi

Metode intervensi yang digunakan berupa psikoedukasi. Menurut Trisanti & Nurwati (2022) psikoedukasi adalah proses mendidik pasien tentang kondisi kesehatan mental, menyediakan informasi sistematis, terstruktur, didaktik tentang gangguan dan perawatannya kepada pasien dan atau keluarga serta mengintegrasikan aspek emosional untuk memungkinkan pasien mengatasi penyakitnya. Trisanti & Nurwati juga berpendapat bahwa psikoedukasi dapat dilaksanakan di berbagai tempat pada berbagai kelompok lalu tindakan psikoedukasi memiliki beberapa media salah satunya poster.

Psikoedukasi yang diberikan kepada instansi terkait berupa poster yang berisi mengenai definisi dari gangguan bipolar, lalu diikuti dengan bagaimana cara seseorang agar dapat membantu seseorang dengan gangguan bipolar untuk mengurangi intensitas frekuensi gangguan yang relatif sering terjadi. Lalu, hal ini juga dapat menjadi informasi baru bagi orang-orang yang sebelumnya tidak mengetahui sedikit pun terkait gangguan bipolar. Psikoedukasi berupa poster diletakkan di dalam ruangan departemen sumber daya manusia berbentuk poster yang telah dibingkai lalu dipajang di dinding ruangan dengan tinggi kisaran orang dewasa agar mudah dibaca oleh setiap karyawan dari berbagai departemen yang sering berkunjung ke ruangan departemen sumber daya manusia.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian yang dilakukan oleh Diyanah (2019) memiliki hasil terkait bahwa pada interaksi sosial dalam pemulihan orang dengan bipolar dapat terjadi proses sosial asosiatif berupa kerja sama dan disosiatif berupa stigma dan diskriminasi. Diyanah juga berpendapat bahwa proses asosiatif merupakan bentuk interaksi yang bersifat menjalin kesatuan dan meningkatkan solidaritas sementara proses disosiatif merupakan proses yang bertentangan dengan seseorang atau kelompok dalam mencapai suatu tujuan. Hal ini menjadi bukti bahwa diperlukan interaksi sosial dapat menghasilkan kerja sama dalam membantu proses pemulihan gangguan orang dengan gangguan bipolar dengan diikuti adanya interaksi positif dalam proses interaksi tersebut. Namun, disisi lain terdapat proses interaksi negatif berupa pemikiran terkait orang dengan gangguan bipolar adalah suatu hal buruk serta pembedaan perilaku yang didapatkan ketika orang dengan gangguan bipolar ikut serta dalam interaksi sosial.

Psikoedukasi menjadi solusi efektif terhadap penyelesaian masalah yang berhubungan dengan interaksi sosial pada orang yang mengidap gangguan bipolar. Menurut Alfianto dkk (2019) Pengetahuan masyarakat tentang gangguan jiwa masih kurang mendapatkan perhatian khusus oleh perawat khususnya perawat kesehatan jiwa di komunitas, sehingga dapat memperburuk dalam memberikan pelayanan asuhan keperawatan di masyarakat. Hal ini dibuktikan dengan kurangnya pemahaman karyawan terkait gangguan bipolar ketika hal ini terjadi pada salah satu individu di sekitarnya sehingga cenderung menghasilkan banyak reaksi salah satunya terkait pandangan buruk tentang orang yang mengalami gangguan.

Selain itu, menurut Asti dkk (2016) Stigma terhadap gangguan jiwa merupakan sebuah fenomena sosial tentang sikap masyarakat terhadap individu yang mengalami gangguan jiwa

serta menunjukkan abnormalitas pada pola perilakunya, serta dipandang memiliki identitas sosial yang menyimpang sehingga membuat masyarakat tidak dapat menerima sepenuhnya dan menyebabkan sikap masyarakat menjadi cenderung diskriminatif. Hal ini berkaitan dengan pandangan terhadap orang dengan gangguan bipolar dinilai cukup buruk dimana karyawan lain merasa perilaku seseorang tersebut tidak sama dengan orang yang normal dalam artian tidak sedikit karyawan yang memiliki pemikiran buruk terhadap orang dengan gangguan dan berpotensi untuk menciptakan masalah dengan adanya latar belakang gangguan tersebut hingga terjadilah kurangnya dukungan dari rekan kerja kepada orang dengan gangguan bipolar.

Menurut Putri dkk (2015) dukungan masyarakat menjadi aspek penting dalam berkembangnya seseorang menjadi hal yang sangat sulit diraih oleh penderita gangguan kesehatan mental, masyarakat sulit menerima kondisi para penderita dikarenakan mereka menganggap penderita adalah orang yang berbahaya, pasien yang tidak dapat pulih kesehatan mentalnya dan layak untuk diasingkan. Adanya pandangan terkait orang dengan latar belakang gangguan bipolar menghasilkan penerimaan serta pandangan terhadap pengidap gangguan menjadi kurang serta tergolong buruk dikarenakan orang dengan gangguan bipolar dinilai berbahaya dan memiliki suatu hal yang tidak dapat diobati lalu hal ini berujung kepada penyisihan individu dari kelompok sosial dalam lingkungan kerja karena adanya perbedaan.

Menurut Usraleli dkk (2021) Pandangan negatif dapat berdampak buruk pada orang dengan gangguan jiwa yang akan menyebabkan lama proses penyembuhan pada orang gangguan jiwa tersebut. Hal ini dibuktikan dengan adanya pandangan negatif terkait orang dengan gangguan bipolar justru membuat orang dengan gangguan malah semakin susah untuk mengurangi gejala gangguan dikarenakan kurangnya dukungan serta pemahaman terkait gangguan bipolar yang ia derita sehingga membutuhkan proses lama dalam proses untuk mengurangi intensitas gangguan yang muncul. Terdapat berbagai macam interaksi serta sikap yang diberikan kepada orang dengan gangguan bipolar. Menurut Putri dkk (2019) sikap yang beraneka ragam tersebut disebabkan oleh salah satu faktor yakni lembaga pendidikan, dimana pengetahuan seseorang atau pemahaman terhadap suatu objek itu pada awalnya ditanamkan oleh keluarga yang kemudian dibenarkan atau dimatangkan oleh lembaga pendidikan, semakin tinggi pendidikan yang ditempuh maka semakin banyak pengetahuan yang dimiliki sehingga dalam menentukan sikap lebih berhati-hati.

Adanya pemahaman serta pengertian yang cukup tentunya berdasarkan dari latar belakang pendidikan seseorang yang menghasilkan sikap dalam menyesuaikan dirinya terhadap suatu kondisi salah satunya tentang bagaimana bersikap ketika berhadapan dengan seseorang yang memiliki gangguan bipolar. Hal yang paling utama adalah dukungan dari keluarga sebagai orang yang cenderung memiliki interaksi sosial yang intensif serta ikatan yang intim. Reaksi serta respon keluarga merupakan hal yang paling penting dalam menghadapi orang dengan gangguan bipolar. Amir dkk (2021) berpendapat bahwa terdapat masalah dan hambatan ketika keluarga menghadapi orang dengan gangguan antara lain terkait sistem kepercayaan, stigma masyarakat, sikap keluarga dan masyarakat, adaptasi stres, fungsi dan struktur keluarga serta spiritualitas keluarga dan masyarakat. Hal ini berkaitan dengan adanya sikap kurang perhatian serta rasa takut dari keluarga karyawan yang memiliki gangguan bipolar terhadap gangguan yang dimiliki oleh karyawan lalu terjadilah sikap acuh tak acuh terkait kondisi tersebut.

Lubis dkk (2015) berpendapat dengan memberikan pengetahuan mengenai kesehatan mental atau kejiwaan (termasuk psikososial) kepada masyarakat maka secara bertahap stigma "orang aneh yang harus dikucilkan" akan sedikit demi sedikit berkurang dan bagi keluarga yang anggotanya memiliki gangguan kesehatan mental atau kejiwaan akan langsung memberikan pengobatan di tempat yang sesuai. Hal ini berkaitan dengan pemberian edukasi terhadap orang di sekitar yang berinteraksi secara langsung dengan orang yang mengalami gangguan bipolar agar dapat langsung memberikan pendampingan ketika mengetahui adanya indikasi gangguan tersebut untuk melakukan pengobatan serta terapi. Sulastrri (2016) berpendapat bahwa ada pengaruh yang bermakna pemberian psikoedukasi keluarga terhadap dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan pasien dalam minum obat dengan adanya pemasangan poster-poster di fasilitas kesehatan dan praktek swasta tentang pentingnya kepatuhan minum obat bagi pasien gangguan jiwa. Pendapat tersebut sejalan dengan dilakukannya psikoedukasi terhadap orang sekitar karyawan terutama keluarga agar dapat membantu pengidap gangguan bipolar untuk lebih patuh dalam mengkonsumsi obat dari hasil proses pemeriksaan yang telah dilakukan.

Psikoedukasi berbentuk poster yang dijadikan sebagai produk magang dapat menjadi intervensi dalam penyelesaian masalah terkait permasalahan dalam interaksi sosial dengan orang yang memiliki latar belakang gangguan bipolar dikarenakan karyawan di sekitar orang dengan pengidap gangguan telah memahami kondisi apa yang telah terjadi kepada karyawan dan dapat memberi pemahaman baru terkait proses interaksi sosial dengan karyawan pengidap gangguan. Adapun psikoedukasi berbentuk poster memiliki kelebihan berupa tulisan yang dipajang bisa tetap bisa terbaca sampai nanti. Namun, kekurangan dalam psikoedukasi berbentuk poster berupa kecilnya ukuran yang kurang menonjol jika diletakkan di dalam ruangan dengan gambar pajangan yang banyak serta kurangnya ilustrasi terhadap poster. Setelah produk magang di pajang tidak sedikit yang merasa baru mengetahui terkait informasi yang diberikan dan merasa terbantu akan pemahaman tersebut.

## **KESIMPULAN**

Permasalahan terkait interaksi dengan orang yang memiliki gangguan bipolar membutuhkan banyak psikoedukasi lanjutan sebagai bentuk informasi tambahan yang masih kurang tercantum dalam satu poster. Tentunya dibutuhkan banyak bentuk psikoedukasi tambahan seperti sosialisasi terkait gangguan bipolar dengan skala yang lebih besar. Disarankan untuk kegiatan magang selanjutnya agar dapat memberikan psikoedukasi secara lebih meluas tentang bagaimana cara berinteraksi dengan orang yang memiliki latar belakang gangguan bipolar.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. CV. Syakir Media Press.
- Alfianto, A. G., Apriyanto, F., & Diana, M. (2019). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Stigma Gangguan Jiwa. *Jl-KES: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2 (2), 37–41.
- Amir, F., Suhron, M., & Sulaihah, S. (2021). Pemberdayaan Keluarga Dalam Peningkatan Pemahaman dan Tata Laksana Keperawatan Mandiri Pasien Gangguan Jiwa. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 562-568.

- Asti, A. D., Sarifudin, S., & Agustin, I. M. (2016). Public stigma terhadap orang dengan gangguan jiwa Di Kabupaten Kebumen. *Jurnal ilmiah kesehatan keperawatan*, 12(3).
- Dania, I. A., & Novziransyah, N. (2021). Sensasi, Persepsi, Kognitif. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 20(1), 14-21.
- Diyanah, N. *Interaksi Sosial Dalam Pemulihan Orang Dengan Bipolar Pada Komunitas Bipolar Care Indonesia* (Bachelor's thesis, Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Lubis, N., Krisnani, H., & Fedryansyah, M. (2015). Pemahaman masyarakat mengenai gangguan jiwa dan keterbelakangan mental. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(3).
- Muslim, A. (2013). Interaksi sosial dalam masyarakat multietnis. *Jurnal diskursus islam*, 1(3), 483-494.
- Mustika Putri, A. M., & Karyani, U. (2019). Sikap Terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa Ditinjau dari Latar Belakang Pendidikan. *Doctoral dissertation*. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Putri, A. W., Wibhawa, B., & Gutama, A. S. (2015). Kesehatan mental masyarakat Indonesia (pengetahuan, dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2).
- Rachmawati, I. N. (2007). Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif: wawancara. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35-40.
- Saleh, S. (2017). *Analisis data kualitatif*.
- Sulastri, S. Psikoedukasi keluarga meningkatkan kepatuhan minum obat ADGJ di PKM Kedaton Bandar Lampung.
- Trisanti, I., & Nurwati, I. (2022). Psikoedukasi Pada Kecemasan Kehamilan. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 6(2), 99-105.
- Usraleli, U., Fitriana, D., Magdalena, M., Melly, M., & Idayanti, I. (2020). Hubungan stigma gangguan jiwa dengan perilaku masyarakat pada orang dengan gangguan jiwa di wilayah kerja puskesmas karya wanita Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 353-358.