

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Semua individu di dunia ingin memiliki kepribadian yang *absolute* dimana individu sebagai makhluk unik yang selalu ingin dipandang sebagaimana normalnya seseorang, serta senantiasa menciptakan rasa aman dan tenang dalam kehidupan individu masing-masing. Semua individu pasti ingin hidup dengan penuh realita dan mampu menerima apa adanya dengan melalui berbagai permasalahan alur hidup masing-masing. Begitu juga dengan individu yang memiliki *ego state* atau *alter ego*, hal ini merupakan hampir seluruh individu memiliki dua kesadaran yang eksis dalam tubuh seseorang yang tak ada satupun pakar yang bisa menentukan secara pasti.

Meskipun demikian, dalam kehidupan kita sebagai makhluk sosial pasti tak luput dari permasalahan konflik dalam alur kehidupan masing-masing. Konflik yang terjadi antara kehidupan masa lalu dengan batin yang mempengaruhi psikis. Konflik yang berangsur-angsur menumpuk dalam hari ke hari, hingga bertahun-tahun dan hingga kini ingatan itu masih belum bisa diterima oleh individu tersebut.

Dalam psikologi klinis ada bagian psikologi kesehatan yang difokuskan pada kajian fungsi kesehatan individu terhadap diri dan lingkungannya, termasuk penyebab dan beberapa faktor yang terkait

dengan problematika kesehatan individu. Suatu agregat dari pendidikan khusus dan kontribusi ilmiah-profesional dari disiplin psikologi untuk memajukan atau memelihara kesehatan, termasuk penanganan penyakit dan beberapa aspek lain yang berhubungan psikologi kesehatan (Matarazzo 1980, dalam Ogden: 1996). Tujuan tersebut tak lain sebagai pengetahuan psikologi sosial dapat digunakan untuk mengubah pola perilaku sehat dan mengurangi pengaruh dari tekanan psikososial.¹

Visi dan misi pendidikan kesehatan dalam tujuan akhir, yaitu masyarakat mampu memelihara dan meningkatkan kesehatan diri sendiri dari visi dan misi tersebut sudah jelas bahwa yang menjadi sasaran utama pendidikan kesehatan adalah individu, keluarga kelompok dan masyarakat yang dijadikan subjek dan objek perubahan perilaku khususnya bagi pelaku masyarakat, sehingga diharapkan dapat memahami, mmenghayati serta mengaplikasikan banyak cara hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Banyak faktor yang diperhatikan terhadap sasaran dalam keberhasilan pendidikan kesehatan, antara lain tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, adat istiadat, kepercayaan masyarakat serta kepercayaan waktu (Effendy, 1997).²

Mengutip dalam sebuah buku “Kesehatan Mental” hasil penelitian yang dilakukan oleh Hall dan koleganya (1980). Fisik dan psikis adalah

¹Lailatul Fithriyah, M.Psi. & Mohammad Jauhar, S.Pd., *Pengantar Psikologi Klinis*, Prestasi Pustaka Publisher Jakarta : 2014), hlm. 142

²Lailatul Fithriyah, M.Psi. & Mohammad Jauhar, S.Pd., *Pengantar Psikologi Klinis*, Prestasi Pustaka Publisher Jakarta : 2014), hlm. 144

kesatuan dalam eksistensi manusia. yang menyangkut kesehatannya juga terdapat saling berhubungan antara kesehatan fisik dan mental. Keadaan fisik manusia mempengaruhi psikis, sebaliknya psikis mempengaruhi keadaan fisik. Kasus-kasus di bidang kesehatan menunjukkan hal ini, misalnya orang yang depresi sangat mempengaruhi selera makan dan tidurnya. Sebaliknya makan seseorang mempengaruhi kemampuan inteligensi. Dalam saling keterpengaruhan itu akhirnya diketahui adanya psikis yang sehat dan psikis yang mengalami hambatan, gangguan atau kerusakan. Demikian juga kita mengetahui adanya fisik yang sehat dan yang terganggu. Dengan pemeriksaan yang cermat kita juga mengetahui mana yang menjadi sebab dan yang menjadi akibat dari sebuah gangguan. Dalam penelitian tersebut terbukti ditemukan bahwa di antara pasien yang sakit secara medis menunjukkan adanya gangguan mental seperti depresi, gangguan kepribadian, sindroma otak organik dan lain-lain. Sebaliknya orang-orang yang dirawat karena gangguan mental juga menunjukkan adanya gangguan secara fisik.³

Mengutip dalam sebuah artikel Adi W. Gunawan tentang “Memahami *Ego State*” bahwa telah terjadi sebuah sistem perilaku dan pengalaman yang terorganisir yang elemen-elemennya saling terhubung melalui beberapa prinsip yang sama tapi saling dipisahkan oleh batas-batas yang dapat ditembus (*permeabilitas*) hingga derajat kedalaman dan

³Moeljono Notosoedirdjo & Latipun, “*Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*”, (Hubungan Kesehatan Fisik dan Mental, UMM Press Malang: 2016), hlm 9

fleksibilitas tertentu. Menurut Watkins dan Watkins. *Ego state* umumnya tercipta saat seseorang masih kecil atau di usia muda. Namun dalam diri klien juga bisa ditemukan *ego state* janin, bayi, anak kecil, remaja, dewasa, atau orang tua. *Ego state* juga mempunyai jenis kelamin pria dan wanita. *Ego state* ini bisa ada dalam diri baik klien pria maupun wanita. Dengan kata lain, dalam diri seorang wanita bisa ada *ego state* berjenis kelamin baik pria maupun wanita, mulai yang usia muda hingga yang tua. Demikian juga dalam diri seorang pria. Masing-masing *ego state* biasanya mempunyai nama atau panggilan yang digunakan untuk berkomunikasi baik dengan sesama *ego state*, dalam bentuk komunikasi internal, maupun dengan pihak luar melalui komunikasi eksternal.

Orang pertama yang menulis tentang *ego state* adalah Paul Federn, rekan sejawat Freud. Menurut teori yang dikembangkannya Federn mengatakan bahwa kepribadian seseorang tersusun atas sekelompok bagian yang ia sebut sebagai *ego state*. *ego state* yang aktif pada suatu saat tertentu menentukan kepribadian orang itu. Walaupun Federn (1952) menetapkan dan menyusun teori tentang *ego state*, ia tidak mengembangkan teknik terapi menggunakan dasar teori kepribadian ini. Federn melakukan praktik terapi psikoanalisa sejalan dengan orientasi terapi yang populer pada jamannya.⁴

⁴Adi W. Gunawan, "Memahami Ego State", Memahami Ego State, 21 Juli 2010. Diakses pada tanggal 10 Februari 2018 pada pukul 15:00.
<http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

Manusia adalah makhluk unik. Eksistensinya menjadi sumber permasalahan dan pertanyaan yang tidak pernah rampung menggunakan akalinya maka saat itu pula pertanyaan tentang siapa, apa dan bagaimana manusia hadir mengemuka. Semua individu yang terlahir di seluruh dunia pasti memiliki *ego state* dalam diri masing-masing individu. *Ego state*, dengan kata lain sebenarnya adalah bagian dari diri kita yang aktif atau mengendalikan diri kita pada suatu saat tertentu. Ada begitu banyak *ego state* dalam diri kita sebenarnya, tetapi tidak ada satupun pakar yang bisa menentukan secara pasti. Agar mudah difahami, maka saya akan mengutip apa yang dikatakan oleh Rowan. Menurut Rowan kita punya antara empat sampai Sembilan “diri” atau ”bagian” yang masing-masing adalah tema besar yang menaungi “sub-diri”. Masing-masing ”diri” mempunyai kehidupan, fungsi, kepribadian dan tugas masing-masing. Mereka saling terhubung antara satu dengan lainnya.⁵

Sejak lahirnya ilmu psikologi pada akhir abad 18, kepribadian selalu menjadi salah satu topik bahasan yang penting. Psikologi lahir sebagai ilmu yang berusaha memahami tentang kepribadian.⁶ Kepribadian merupakan hal yang pasti dimiliki setiap individu untuk mengetahui seberapa kualitas *attitudenya*. Pada dasarnya manusia adalah makhluk biologis. Semua individu di dunia memiliki kepribadian yang dipengaruhi oleh *instinct* dan berbagai *reflex* bawaan sejak lahir dalam mencapai tujuan

⁵*Ibid.* <http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

⁶Alwisol, “*Psikologi Kepribadian*”, (UMM Press Malang: 2016), hlm 1

hidupnya. Teori psikologi kepribadian bersifat deskriptif dalam wujud penggambaran organisasi tingkah laku secara sistematis dan mudah difahami. Tidak ada tingkah laku yang terjadi begitu saja tanpa alasan pasti ada faktor-faktor anteseden, sebab-musabab, pendorong, motivator, sasaran-tujuan dan atau latar belakangnya. Jika dilihat dari aspek fisik, dewasa awal merupakan masa dimana individu mencapai performa fisik yang paling puncak dan paling sehat.⁷ Aspek sosial-emosional pada masa dewasa awal ditandai dengan tahap *intimacy versus isolation*.⁸

Berdasarkan perspektif psikologi Islam, gangguan kepribadian adalah serangkaian perilaku manusia yang menyimpang dari fitrah asli yang murni, bersih dan suci, yang telah ditetapkan oleh Allah SWT sejak zaman azali.⁹ Gangguan tersebut dapat menyebabkan rusaknya jiwa sehingga jiwa menjadi kosong, hati akan mati, walaupun secara fisik terlihat gagah dan sehat. Individu yang mengalaminya akan mengalami kekosongan kalbu, gelisah, gersang dan tidak dapat menikmati kehidupannya.¹⁰

Kepribadian adalah ranah kajian psikologi pemahaman tingkah laku - pikiran - perasaan - kegiatan manusia, memakai sistematik, metoda

⁷ Jhon W Santrock, *Adolescence, Perkembangan Remaja*, (Jakarta : Erlangga, 2004), hlm. 112

⁸ *Ibid*, hlm. 113

⁹ H. Abdul Mujib, "*Kepribadian dalam psikologi Islam*", (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2007), hlm. 13

¹⁰ *Ibid*, hlm. 14

dan rasional psikologik. Pemahaman dengan memakai sistematik, metoda dan rasional disiplin ilmu yang lain, seperti ilmu ekonomi, biologi atau sejarah, bukan teori psikologi kepribadian. Teori psikologi kepribadian itu mempelajari individu secara spesifik siapa dia, apa yang dimilikinya dan apa yang dikerjakannya. Analisis terhadap selain individu (misalnya kelompok, bangsa, binatang atau mesin) berarti memandang mereka sebagai individu, bukan sebaliknya. Kepribadian adalah bagian jiwa yang membangun keberadaan manusia menjadi satu kesatuan, tidak terpecah-belah dalam fungsi-fungsi. Memahami kepribadian berarti memahami aku, diri, self, atau memahami manusia seutuhnya. Hal terpenting yang harus diketahui berkaitan dengan pemahaman kepribadian adalah bahwa pemahaman itu sangat dipengaruhi paradigma yang dipakai sebagai acuan untuk mengembangkan teori itu berbeda-beda, yang mempengaruhi secara sistemik seluruh pola pemikirannya tentang kepribadian manusia.¹¹

Kepribadian sendiri memiliki beberapa definisi, yaitu suatu kebulatan yang terdapat aspek-aspek jasmaniah dan rohaniah. Bersifat dinamis dalam hubungan dengan lingkungan. Wataknya unik atau khas dan dipengaruhi oleh faktor dari dalam dan luar. Menurut Allport, kepribadian adalah organisasi dinamik dari suatu sistem psikofisik dalam diri individu yang dapat memberikan corak yang khas dalam caranya menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sedangkan menurut Pervin dan John, kepribadian mewakili karakteristik individu yang terdiri dari pola-

¹¹ Alwisol, "*Psikologi Kepribadian*", (UMM Press Malang: 2016), hlm 2

pola pikiran, perasaan dan perilaku yang konsisten. Dalam pembelajarannya, Psikologi Kepribadian menyoroti beberapa hal. Diantaranya yaitu struktur dan dinamika kepribadian. Struktur Kepribadian merupakan integrasi dari sifat-sifat dan sistem-sistem yang menyusun kepribadian. Sedangkan dinamika kepribadian adalah studi mengenai komponen-komponen motivasional dan emosional dari kepribadian.¹²

Ego state, menurut Watkins dan Watkins adalah sebuah sistem perilaku dan pengalaman yang terorganisir yang elemen-elemennya saling terhubung melalui beberapa prinsip yang sama tapi saling dipisahkan oleh batas-batas yang dapat ditembus (*permeabilitas*) hingga derajat kedalaman dan fleksibilitas tertentu.¹³ *Ego state* umumnya tercipta saat seseorang masih kecil atau di usia muda. Namun dalam diri klien juga bisa ditemukan *ego state* janin, bayi, anak kecil, remaja, dewasa, atau orang tua. *Ego state* juga mempunyai jenis kelamin pria dan wanita. *Ego state* ini bisa ada dalam diri baik klien pria maupun wanita. Dengan kata lain, dalam diri seorang wanita bisa ada *ego state* berjenis kelamin baik pria maupun wanita, mulai yang usia muda hingga yang tua. Demikian juga dalam diri seorang pria. Masing-masing *ego state* biasanya mempunyai nama atau panggilan yang digunakan untuk berkomunikasi baik dengan

¹² Alwisol, "*Psikologi Kepribadian*", (UMM Press Malang: 2016), hlm 2

¹³ Adi W. Gunawan, "*Memahami Ego State*", Memahami Ego State, 21 Juli 2010. Diakses pada tanggal 10 Februari 2018 pada pukul 15:00.
<http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

sesama *ego state*, dalam bentuk komunikasi internal, maupun dengan pihak luar melalui komunikasi eksternal.¹⁴

Begitu banyak *ego state* dalam diri individu. Tak ada satupun pakar yang bisa menentukan secara pasti. Ini juga bergantung pada teori masing-masing pakar itu. *Transactional Analysis* (TA) yang dikembangkan oleh Eric Berne mengatakan dalam diri setiap individu ada lima "diri". *gestalt therapy*, yang dikembangkan oleh Frederick Perls berdasar *psychodrama*-nya Jacob Moreno, tidak menetapkan suatu jumlah tertentu. *voice dialogue* dan *psychosynthesis* mengatakan kita punya banyak "diri". Carl Jung juga mengatakan hal yang sama, tidak diketahui secara pasti ada berapa banyak "diri" dalam diri setiap individu.¹⁵

Pada abad ke-18, keahlian para dukun untuk berubah menjadi roh binatang ataupun peristiwa kerasukan dianggap sebagai fenomena seseorang yang mempunyai kepribadian ganda. Kasus Eberhardt Gmelin (1791) dianggap sebagai kasus kepribadian ganda pertama yang dilaporkan, walaupun sebelumnya pernah terjadi peristiwa amnesia yang menyerupai gejala kepribadian ganda yang dilaporkan pada tahun 1664.¹⁶

Adapun hasil *smith therapy* yang pernah konselor berikan, bahwa menurut pernyataan salah satu individu *ego state* bahwa *labeling* orang

¹⁴*Ibid.* <http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

¹⁵*Ibid.* <http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

¹⁶Wikipedia bahasa Indonesia, "*gangguan Identitas Disosiatif*", Gangguan Kepribadian, 31 Maret 2010. Diakses pada tanggal 28 Mei 2018 pukul 23:15. https://id.wikipedia.org/wiki/Gangguan_identitas_disosiatif

aneh bermula pada saat dirinya dipandang berbeda dengan kawan sebayanya yang perilakunya dianggap minoritas. Teori *labeling* mengatakan bahwa makin sering dan makin banyak orang yang memberikan label kepadanya, orang atau kelompok tersebut akan menyerupai bahkan dapat menjelma menjadi label yang diberikan kepadanya. Reaksi ini muncul karena seseorang yang diberi label merasa terkurung dalam label yang diberikan kepadanya.¹⁷ *Labeling* merupakan suatu teori yang muncul akibat reaksi masyarakat terhadap perilaku seseorang yang dianggap menyimpang.¹⁸ Seseorang yang dianggap menyimpang kemudian dicap atau diberi label oleh lingkungan sosialnya.¹⁹ Pada tahun 1812, Benjamin Rush, yang juga dijuluki sebagai Bapak Psikiatri Amerika, mengoleksi kasus-kasus gangguan disosiatif dan kepribadian ganda. Dia menulis buku psikiatri pertama tentang gangguan kepribadian ganda berjudul "Pertanyaan Medis dan Pengamatan dari Penyakit Kejiwaan" (asli dalam bahasa Inggris: "*Medical Inquiries and Observations Upon Diseases of the Mind*"), teorinya mengatakan bahwa gangguan kepribadian ganda terjadi karena kerusakan hubungan pada 2 hemisfer otak. Pada akhir abad ke-19, Eugene Azam, seorang profesor bedah tertarik pada hipnosis, menerbitkan sejumlah laporan tentang Felida

¹⁷R. Harry Hikmat, 2001. *Strategi Pemberdayaan Masyarakat*. Bandung: Humaniora Utama Press (HUP), hlm. 20

¹⁸Monde Ariezta, "*Labeling*", Labeling, 16 Maret 2018. Diakses pada 28 Mei 2018 pukul 23:00. <http://mondeariezta.id/labeling/>

¹⁹T. R. Nitibaskara, 1994. *Psikologi Hukum*, Jakarta: Jayabaya University, hlm. 95

X, Felida X lahir pada tahun 1843, kehilangan ayahnya pada masa bayi dan masa kanak-kanak hidup dengan pengalaman yang menyakitkan. Felida X memiliki 3 kepribadian dimana kepribadian 1 adalah kepribadian normalnya dan 2 lagi kepribadian lainnya yang abnormal. Pierre Janet melaporkan beberapa kasus kepribadian ganda pada akhir abad ke-19 dan abad ke-20 awal, seperti kasus Leonie, Lucie, Rose, Marie, dan Marceline. Pada era 1880-1920, banyak konferensi medis internasional yang membahas tentang disosiasi. Jean-Martin Charcot memperkenalkan gagasannya tentang disosiatif, dia mengatakan bahwa "gegar" (*shock*) pada saraf mengakibatkan berbagai kondisi neurologis yang abnormal. Kasus kepribadian ganda pertama yang pernah diselidiki secara ilmiah adalah kasus Clara Norton Fowler pada tahun 1906. Pada tahun 1987, istilah gangguan kepribadian majemuk (*Multiple Personality Disorder* disingkat MPD) pada DSM II mulai digantikan menjadi gangguan disosiatif (*Dissociative disorder*) pada DSM III. Pada tahun 1989, Frank W. Putnam menerbitkan buku "*Diagnosis and Treatment of Multiple Personality Disorder*" dan pada tahun yang sama Colin A. Ross mencatat dan menerbitkan penelitian gangguan kepribadian majemuk: Diagnosis, Ciri-ciri Klinis, dan Pengobatannya (judul asli dalam bahasa Inggris: "*Multiple Personality Disorder: Diagnosis, Clinical Features, and Treatment*"). Era baru dimulai kembali pada tahun 1994 saat diterbitkannya DSM-IV gangguan ini berganti nama menjadi gangguan identitas disosiatif (*Dissociative Identity Disorder*). Di Indonesia istilah-istilah ini menjadi

lebih dikenal semenjak diterbitkan buku yang diangkat dari kisah nyata dan menjadi banyak terjual (*best-seller*) pada tahun 2000an. Buku yang bercerita tentang penderita-penderita gangguan identitas disosiatif diantaranya: Sybil, Karen dan Billy.²⁰

Labeling adalah pemberian cap dalam penyimpangan perilaku individu atau kelompok.²¹ Dampak negatif dari perilaku *labelling* adalah individu akan selalu menganggap dirinya aneh mereka awalnya tidak menyadari apa yang salah dalam dirinya terutama setelah menemukan konflik, tidak dapat titik terang dalam konflik tersebut dan akhirnya individu tak dapat menerima atas apapun yang terjadi pada dirinya ketika konflik itu terjadi dan berlalu.²²

Dari kasus pelabelan kepribadian ganda ada aspek fisik, saat satu *ego state* tampil dan aktif maka individu akan mengalami perubahan fisik yang nyata. Bila *ego state* mempunyai sifat percaya diri maka saat ia tampil dan aktif individu juga akan tampil percaya diri, berdiri tegak, berbicara dengan suara yang tegas dan pandangan mata penuh keyakinan. Bila *ego state* mengidap suatu penyakit tertentu maka saat ia tampil dan

²⁰Wikipedia bahasa Indonesia, “*gangguan Identitas Disosiatif*”, Gangguan Kepribadian, 31 Maret 2010. Diakses pada tanggal 28 Mei 2018 pukul 23:15.
https://id.wikipedia.org/wiki/Gangguan_identitas_disosiatif

²¹Pambudi Handoyo, *Dampak Labelling Pada Mantan Napi: Pengangguran Atau Pencuri Muyassaroh* (Surabaya : Jurnal Paradigma. Volume 02 Nomor 03, 2014), hlm. 2

²²*Ibid*, hlm. 1

aktif penyakitnya akan muncul di fisik individu.²³ Mahasiswa sebutan orang yang sedang menempuh pendidikan level tinggi di sebuah perguruan tinggi yang terdiri atas instansi, akademi bahkan universitas yang sering kita dengar. Mahasiswa sebagai pelajar, pekerja bahkan penerus generasi bangsa.²⁴

Dalam observasi lapangan selama di sekitar kampus IAIN Tulungagung, peneliti menemukan dua kasus individu *ego state*. Kasus pertama yang dialami oleh Si A hal itu berdampak pada individu yang mengalami *introjection of significant other*. Latar belakang *ego state* yang dialami Si A tercipta ketika ia berada di bangku sekolah. Dengan ciri-ciri fisik maupun psikis yang meliputi tidak bisa tidur, tidak mempunyai nafsu makan jika ia belum menyerap *energy* positif dari sang ibu atau tempat yang mengandung *energy* positif. Jika ia sudah ditransfer *energy* positif maka ia dapat bisa bergerak dan memulai kegiatan normal. Tetapi Si A merasa lemah ketika terbentur oleh *energy* lain yang lebih kuat dari dirinya.

Kasus kedua dialami oleh Si Z, mahasiswa IAIN Tulungagung. Kejadian *ego state* yang dialami Si Z berawal saat ia merantau ke Jawa menyusul kakaknya dan saudara yang lain untuk mencari ilmu di sebuah pesantren di Jawa, Si Z tidak satu daerah dengan saudara bahkan kakak

²³ Adi W. Gunawan, "*Ego State dan Fisiologi*", Memahami Ego State, 21 Juli 2010. Diakses pada tanggal 10 Februari 2018 pada pukul 15:00. <http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

²⁴ Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *Mahasiswa*

kandungnya. Si Z mencari ilmu di sebuah pesantren di daerah Kediri. Sebenarnya ia ingin kembali ke asalnya karna ia merasa tidak betah jika jauh dari sang ibu tetapi sang ibu ingin Si Z mencari ilmu di pesantren Jawa sama dengan kakaknya. Kini sang kakak sudah tidak tinggal di Jawa lagi karna sudah tamat belajar di pesantren Jawa. Hari demi hari Si Z merasakan kerinduan yang sangat pada sang ibu tetapi Si Z belum sanggup kembali ke kampung halaman karena Si Z merasa belum pantas dan belum memiliki apa-apa (banyak ilmu). Hal ini membuat *ego state* Si Z tercipta.

Dari kedua kasus diatas, perubahan *ego state* pada individu memiliki dampak negatif kepada fisik maupun psikis, seperti halnya kecemasan, hingga sampai pada kepribadian ganda. Dari hasil penelitian yang dilakukan, peneliti menemukan bahwa terdapat individu yang mampu bangkit atas tekanan perubahan kepribadian. Hal tersebut terjadi karena mendapat dukungan diri sendiri dan dukungan lingkungan sekitar, serta individu selalu berfikir positif atas kejadian yang dialami. Karna individu beranggapan bahwa semua adalah takdir Tuhan, sehingga individu bisa merubah kepribadian *ego state* dengan melakukan terapi ringan di sekitar kampus IAIN Tulungagung dan mencoba hidup normal. Kemampuan merubah dan beradaptasi dari yang dialami itu disebut perubahan *ego state*.

Perubahan merupakan keadaan yang berubah atau peralihan masa yang dimiliki individu ketika di dapatkan pada berbagai keadaan yang memengaruhi, terlebih mampu membimbing dirinya dengan beradaptasi

dengan lingkungan sosial maupun fisik. Perubahan ini dapat terlihat ketika individu didalam sistem sosial, moral, pola, perilaku dalam kelompok masyarakat.²⁵

Perubahan merupakan syarat utama untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh para individu *ego state* yang berkepribadian ganda. Dari penjelasan berbagai teori dan kasus diatas, peneliti ingin mengetahui proses perubahan dalam mencapai tahap-tahap untuk mengatasi *labeling* kepribadian ganda terhadap individu berkepribadian ganda. Oleh karena itu peneliti mengangkat judul skripsi dalam menjalankan tugas akhir yaitu “Perubahan *Ego State: Study* Individu Berkepribadian Ganda di IAIN Tulungagung”.

B. FOKUS MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka peneliti menetapkan rumusan masalah yang terkait dengan penelitian ini guna menjawab segala permasalahan yang ada. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apa saja faktor-faktor yang membuat perubahan *ego state* saat *smith therapy* yang dialami individu kepribadian ganda?
2. Seperti apakah proses perubahan *ego state* setelah mengalami *smith therapy* pada individu berkepribadian ganda?

²⁵ Wikipedia bahasa Indonesia, “*perubahan*”, Perubahan, 26 Desember 2017. Diakses pada tanggal 28 Mei 2018 pukul 23:15. <https://id.wikipedia.org/wiki/Perubahan>

3. Bagaimana pengaruh *smith therapy* yang diberikan pada subjek terhadap perubahan *ego state* yang dialami individu berkepribadian ganda?

C. TUJUAN PENELITIAN

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengidentifikasi Faktor-faktor perubahan *ego state* disaat tertentu yang dialami individu kepribadian ganda saat *smith therapy* pada subjek mahasiswa IAIN Tulungagung.
2. Untuk mengidentifikasi Proses perubahan Ego State pada Individu Berkepribadian Ganda setelah melakukan *smith therapy* pada mahasiswa IAIN Tulungagung.
3. Untuk mengidentifikasi pengaruh *smith therapy* perubahan *ego state* yang dialami individu berkepribadian ganda mahasiswa IAIN Tulungagung.

D. BATASAN PENELITIAN

Batasan penelitian merupakan pembatas masalah yang membatasi sebuah penelitian. Agar pembahasan dalam penelitian ini lebih terarah dan fokus, sesuai dengan rumusan masalah, peneliti membatasi penelitian sebagai berikut :

1. Peneliti hanya mengkaji tentang perubahan *ego state: study* individu berkepribadian ganda.
2. Lokasi penelitian bertempat disekitar kampus IAIN Tulungagung.

E. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini, hasil yang akan dicapai diharapkan akan membawa manfaat bagi penulis, pembaca dan lembaga, khususnya individu *ego state* berkepribadian ganda serta peneliti selanjutnya, guna menambah wawasan dalam ilmu pengetahuan.

Adapun manfaat yang dimaksud sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi kajian khazanah keilmuan Tasawuf dan psikoterapi khususnya psikologi kepribadian, psikologi sosial dan menambah wawasan baru bagi pembaca tentang perubahan *ego state* dari individu berkepribadian ganda.

2. Secara Praktis

a. Bagi perubahan *ego state* individu berkepribadian ganda

Sebagai bahan identifikasi dalam diri individu dengan ciri-ciri awal yang dialami perubahan *ego state* individu awam yang teridentifikasi kepribadian ganda. Dengan seperti ini individu tak perlu mencemaskan keadaan psikisnya ketika sedang di terpa konflik yang membuat diri individu menjadi orang lain. Juga sebagai bahan pertimbangan dalam mengambil keputusan yang berhubungan masalah kepribadian dengan memperbaiki problema yang sedang dihadapi pembaca khususnya.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mempermudah peneliti selanjutnya dalam penelitian *ego state* selanjutnya dan menambah pemahaman tentang individu *ego state*.

F. Penegasan Istilah

Tujuan penegasan istilah dalam rumusan ini adalah untuk menghindari kesalah pahaman dan memudahkan dalam memahami penelitian yang akan dilaksanakan. Dalam penelitian ini penegasan istilah yang digunakan yaitu penegasan konseptual dan penegasan operasional.

1. Penegasan Secara Konseptual

Penegasan konseptual adalah definisi yang diambil dari pendapat atau teori dari pakar sesuai dengan tema yang diteliti.²⁶ Penegasan konseptual dibutuhkan agar definisi dari teori yang digunakan dalam penelitian tidak menyimpang dari definisi yang sudah ada.

Adapun penegasan konseptual pada teori yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

a. Perubahan

Perubahan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), berarti beranjak, berpindah atau berbeda dari keadaan yang semula. Tanpa perubahan tidak ada pertumbuhan dan tidak ada dorongan namun dengan berubah terjadi ketakutan, kebingungan, kegagalan

²⁶Tim Penyusun, Pedoman Penyusunan Skripsi Program Strata Satu (S1) Tahun 2015, (Tulungagung: Institut Agama Islam Negeri, 2015), hlm. 19

dan kegembiraan. Perubahan pertama dalam pengetahuan cenderung dapat mudah dibuat akibat dari membaca buku atau mendengarkan. Perubahan sosial secara etimologi adalah pembedaan atau pengelompokan para anggota. Sedangkan secara terminologi, setiap perubahan yang tak terulang dari sistem sebagai satu kesatuan.²⁷

Sehingga dapat dikatakan bahwa perubahan merupakan kondisi yang berubah dari keadaan semula dan dapat menyesuaikan diri karena beradaptasi sesuai keadaan apapun. Istilah perubahan banyak digunakan dalam kehidupan karena sebagian besar hal yang terjadi bersifat dinamis. Perubahan terjadi karena adanya pengaruh baik dari luar maupun dari dalam yang membuat kondisi suatu hal menjadi berubah kearah yang positif.

b. Ego State :

Ego state, menurut Watkins dan Watkins, adalah sebuah sistem perilaku dan pengalaman yang terorganisir yang elemen-elemennya saling terhubung melalui beberapa prinsip yang samatetapi saling dipisahkan oleh batas-batas yang dapat ditembus (permeabilitas) hingga derajat kedalaman dan fleksibilitas tertentu.²⁸

²⁷ Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *Perubahan*

²⁸ Adi W. Gunawan, "*Ego State dan Fisiologi*", Memahami Ego State, 21 Juli 2010. Diakses pada tanggal 10 Februari 2018 pada pukul 15:00. <http://www.adiwgunawan.com/articles/understanding-ego-state>

Sehingga dapat disimpulkan bahwa *ego state* perilaku dan pengalaman individu yang terorganisir elemennya dan saling terhubung oleh (*permeabilitas*) hingga derajat kedalaman dan fleksibilitas tertentu.

c. Individu :

Individu dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), secara etimologi :orang seorang, pribadi (terpisah dari yang lain), tindakan yang demikian itu berarti mengutamakan kepentingan belakan. Sedangkan menurut *terminology*: organisme yang hidupnya berdiri sendiri, secara fisiologi ia bersifat bebas (tidak mempunyai hubungan organik dengan sesamanya).²⁹

Sehingga dapat disimpulkan bahwa individu adalah seorang pribadi dan memiliki pengalaman hidup yang berliku, privasi, harga diri bahkan memiliki kepentingan pribadi atas jalan hidupnya sendiri dengan beragam konflik tertentu.

d. Kepribadian Ganda :

Kepribadian ganda atau *alter ego*, hal ini merupakan hampir seluruh individu memiliki dua kesadaran yang eksis dalam tubuh seseorang yang tak ada satupun pakar yang bisa menentukan secara pasti. Kepribadian ganda atau gangguan identitas disosiatif adalah kondisi di mana seorang individu memiliki dua atau lebih kepribadian yang berbeda antara satu dengan yang lainnya.

²⁹Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *Individu*

Umumnya gangguan ini disebabkan oleh kondisi serius, di mana realitas pengalaman dan bahkan identitas seseorang tampaknya mengalami disintegrasi. Selama menjalani kehidupan kita dari hari ke hari, biasanya sepenuhnya menyadari siapa diri kita dan memiliki pengetahuan secara umum tentang berbagai identitas orang lain yang kita kenal.

Sehingga dapat dikatakan bahwa, kepribadian ganda kondisi dimana individu tengah mengalami berbagai jenis gangguan seperti berubah persepsi secara temporer seperti kehilangan sensasi realitas diri sendiri, bahkan tentang sensasi dunia luar telah menghilang, entah sesuatunya berubah baik maupun sebaliknya.³⁰

2. Penegasan Secara Oprasional

- a. Perubahan *ego state study* individu berkepribadian ganda di IAIN Tulungagung

Maksud dari judul penelitian perubahan *ego state: study* individu berkepribadian ganda di IAIN Tulungagung adalah suatu desain penelitian fenomenologi dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang meneliti tentang proses perubahan *ego state* dari individu berkepribadian ganda antara alam bawah sadar dengan alam sadar (dunia nyata) setelah *smith therapy* yang diberikan koselor pada subjek mahasiswa IAIN Tulungagung agar individu

³⁰V. Mark Durand-David H. Barlow, *Intisari Psikologi Abnormal Edisi Keempat : Gangguan Disosiatif-Gangguan Depersonalisasi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006), hlm. 246

berkepribadian ganda bisa merubah antara *ego state* yang negatif ke dalam *ego state* positifnya.

G. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Untuk memperoleh pembahasan yang sistematis dan konsisten serta dapat menunjukkan gambaran yang utuh dalam penelitian ini, maka peneliti akan menyusun dengan sistematika sebagai berikut: Bagian awal penelitian berisi tentang halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan dosen pembimbing, keaslian, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar table, daftar gambar, daftar lampiran, transliterasi dan abstrak. Bagian isi terdiri dari enam bab, yaitu :

Bab I Pendahuluan, terdiri dari Latar belakang pemilihan judul, fokus penelitian yang akan diteliti, tujuan diadakannya penelitian, batasan penelitian, manfaat penelitian, penegasan istilah dan sistematika penelitian.

Bab II Tinjauan Pustaka, terdiri dari pembahas teori yang melandasi permasalahan penelitian serta penjelasan secara teoritis yang diterapkan dalam penelitian. Dalam bab ini juga dibahas kajian fokus, paradiqma penelitian, penelitian terdahulu dan kerangka berfikir.

Bab III Metode Penelitian, terdiri dari jenis penelitian, sumber data, lokasi penelitian, kehadiran peneliti, teknik pengumpulan data, instrument penelitian, analisis data, pengecekan keabsahan temuan dan tahap-tahap penelitian.

Bab IV Hasil Penelitian, pada bab ini peneliti menuangkan semua hasil yang didapatkan dari wawancara dengan individu *ego state* berkepribadian ganda setelah melakukan terapi ringan di IAIN Tulungagung.

Bab V Pembahasan, pembahasan yang diuraikan oleh peneliti ini merupakan penjabaran dari hasil penelitian yang dianalisis dan disesuaikan dengan teori-teori yang ada pada bab sebelumnya.

Bab IV Penutup, kesimpulan merupakan hasil akhir dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mulai dari awal hingga akhir sehingga mendapatkan hasil. Sedangkan saran merupakan suatu masukan yang diberikan demi lebih baiknya subjek penelitian dan lainnya.

Daftar Pustaka

Lampiran-lampiran