

Gejala Gangguan Psikologis

Memahami Ciri Adanya Gangguan Mental Pada Manusia

Editor: **Indra Majid** (Psikoterapis)

www.psikoterapis.com

Gangguan Psikologis adalah gangguan dalam cara berpikir (cognitive), kemauan (volition), emosi (affective), perilaku (psychomotor). Dari berbagai penelitian dapat dikatakan bahwa Gangguan Psikologis adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental.

Keabnormalan tersebut dibagi ke dalam dua golongan yaitu: Gangguan Saraf (Neurosis) dan Gangguan Jiwa (Psikosis). Keabnormalan terlihat dalam berbagai macam gejala yang terpenting diantaranya adalah: ketegangan (tension), rasa putus asa, murung, gelisah, cemas, perilaku kompulsif, histeria, rasa lemah, tidak mampu mencapai tujuan, takut, pikiran-pikiran negatif dan sebagainya.

Banyak sekali jenis gangguan dalam cara berpikir (cognitive). Untuk memudahkan memahaminya para ahli mengelompokkan kognisi menjadi 6 bagian yaitu: sensasi, persepsi, perhatian, ingatan, asosiasi pikiran kesadaran. Masing-masing memiliki kelainan yang beraneka ragam.

Contoh gangguan kognisi pada persepsi yaitu: merasa mendengar bisikan untuk melakukan sesuatu atau halusinasi melihat hantu sementara orang lain yang normal tidak melihatnya. Orang tradisional mungkin menganggap hal ini sebagai gangguan setan, tapi sebenarnya ini adalah gangguan psikologis.

Contoh gangguan kemauan: pasien memiliki kemauan yang lemah susah membuat keputusan atau memulai tingkah laku. Pasien susah sekali bangun pagi, mandi, merawat diri sendiri sehingga terlihat kotor, bau dan acak-acakan. Banyak sekali jenis gangguan kemauan ini mulai dari sering mencuri barang yang mempunyai arti simbolis sampai melakukan sesuatu yang bertentangan dengan yang diperintahkan.

Contoh gangguan emosi: pasien merasa senang, gembira yang berlebihan (Waham kebesaran). Pasien merasa sebagai orang penting, sebagai raja, pengusaha, orang kaya, titisan raja dsb. Tetapi di lain waktu ia bisa merasa sangat sedih, menangis, tak berdaya (depresi) sampai ada ide ingin mengakhiri hidupnya.

Contoh gangguan psikomotor : Hiperaktivitas, pasien melakukan pergerakan yang berlebihan naik ke atas genteng, berlari, berjalan maju mundur, meloncat-loncat, melakukan apa-apa yang tidak disuruh atau menentang apa yang disuruh, diam lama tidak bergerak atau melakukan gerakan aneh. Berdasarkan gejala-gejala yang muncul Gangguan Psikologis kemudian dikelompokkan menjadi beberapa jenis.

Di sini, saya menjelaskan beberapa gejala atau ciri gangguan psikologis. Ebook singkat ini saya susun untuk memberi Anda sebuah wawasan tentang berbagai tanda terjadinya gangguan mental pada manusia. Apabila Anda menemukan salah gejala gangguan psikologis pada diri Anda, keluarga atau sahabat, maka mungkin lebih baik Anda memutuskan untuk menjalani terapi sebelum menjadi lebih parah.

Mengingkari keberadaan gangguan psikologis hanya akan membuat Anda tambah menderita dan bisa menyebabkan gangguan itu semakin parah. Dan layaknya sebuah penyakit, gangguan psikologis yang sudah parah menjadi sulit diobati atau bahkan tidak bisa diobati.

Tidak semua gangguan mental / gangguan psikologis butuh terapi. Ada gangguan mental yang bisa sembuh sendirinya seiring berjalannya waktu. Namun jika gangguan itu berlangsung selama sehari-hari, berbulan-bulan atau bertahun-tahun sehingga menghambat perkembangan diri Anda, maka sudah saatnya Anda mencari bantuan dari psikoterapi untuk mengatasi masalah Anda.

Rangkuman Gejala Gangguan Psikologis

Dalam ebook singkat ini, saya membahas berbagai gejala gangguan psikologis (disebut juga gangguan mental, gangguan jiwa atau psikopatologi) dalam berbagai aspek psikologi manusia yang meliputi:

1. Kesadaran dan kognisi
2. Emosi / Perasaan
3. Perilaku Motorik
4. Proses Berpikir
5. Persepsi / Penginderaan
6. Pembicaraan dan Kemampuan Berbahasa
7. Tilikan dan Daya Nilai Sosial

1. Gejala Gangguan Psikologis Pada KESADARAN & KOGNISI

A. Gejala Gangguan Mental Pada Kesadaran

Kesadaran adalah suatu kondisi kesiapan mental individu dalam menanggapi rangsang dari luar maupun dari dalam. Gangguan kesadaran seringkali merupakan pertanda kerusakan organik pada otak. Terdapat berbagai tingkatan kesadaran, yaitu:

1. Kompos mentis: adalah suatu derajat optimal dari kesiapan mental individu dalam menanggapi rangsang dari luar maupun dari dalam dirinya. Individu mampu memahami apa yang terjadi pada diri dan lingkungannya serta bereaksi secara memadai.
2. Apatia: adalah suatu derajat penurunan kesadaran, yakni individu berespon lambat terhadap stimulus dari luar. Orang dengan kesadaran apatis tampak tak acuh terhadap situasi disekitarnya.

3. Somnolensi: adalah suatu keadaan kesadaran menurun yang cenderung tidur. Orang dengan kesadaran somnolen tampak selalu mengantuk dan bereaksi lambat terhadap stimulus dari luar.
4. Sopor: adalah derajat penurunan kesadaran berat. Orang dengan kesadaran sopor nyaris tidak berespon terhadap stimulus dari luar, atau hanya memberikan respons minimal terhadap perangsangan kuat.
5. Koma: adalah derajat kesadaran paling berat. Individu dalam keadaan koma tidak dapat bereaksi terhadap rangsang dari luar, meskipun sekuat apapun perangsangan diberikan padanya.
6. Kesadaran berkabut: suatu perubahan kualitas kesadaran yakni individu tidak mampu berpikir jernih dan berespon secara memadai terhadap situasi di sekitarnya. Seringkali individu tampak bingung, sulit memusatkan perhatian dan mengalami disorientasi.
7. Delirium: suatu perubahan kualitas kesadaran yang disertai gangguan fungsi kognitif yang luas. Perilaku orang yang dalam keadaan delirium dapat sangat berfluktuasi, yaitu suatu saat terlihat gaduh gelisah lain waktu nampak apatis. Keadaan delirium sering disertai gangguan persepsi berupa halusinasi atau ilusi. Biasanya orang dengan delirium akan sulit untuk memusatkan, mempertahankan dan mengalihkan perhatian (3 P terganggu)
8. Kesadaran seperti mimpi (Dream like state): adalah gangguan kualitas kesadaran yang terjadi pada serangan epilepsi psikomotor. Individu dalam keadaan ini tidak menyadari apa yang dilakukannya meskipun tampak seperti melakukan aktivitas normal. Perlu dibedakan dengan tidur berjalan (sleep walking) yang akan tersadar bila diberikan perangsangan (dibangunkan), sementara pada dream like state penderita tidak bereaksi terhadap perangsangan.
9. Twilight state: keadaan perubahan kualitas kesadaran yang disertai halusinasi. Seringkali terjadi pada gangguan kesadaran oleh sebab gangguan otak organik. Penderita seperti berada dalam keadaan separuh sadar, respons terhadap lingkungan terbatas, perilakunya impulsif, emosinya labil dan tak terduga.

B. Gejala Gangguan Mental Pada Kognisi

Adalah kemampuan untuk mengenal/mengetahui mengenai benda atau keadaan atau situasi, yang dikaitkan dengan pengalaman pembelajaran dan kapasitas intelegensi seseorang. Termasuk dalam fungsi kognisi adalah; memori/daya ingat, konsentrasi/perhatian, orientasi, kemampuan berbahasa, berhitung, visual-spatial, fungsi eksekutif, abstraksi dan taraf intelegensi.

Gejala Gangguan Mental Pada Perhatian / Konsentrasi:

Adalah usaha untuk mengarahkan aktivitas mental pada pengalaman tertentu. Gangguan perhatian meliputi ketidakmampuan memusatkan perhatian, mempertahankan perhatian ataupun mengalihkan perhatian. Pada gangguan kesadaran khususnya pada delirium ketiga ranah perhatian tersebut terganggu. Terdapat beberapa jenis gangguan perhatian/konsentrasi, yaitu:

1. Distraktibilitas: adalah ketidakmampuan individu untuk memusatkan dan mempertahankan perhatian. Konsentrasinya sangat mudah teralih oleh berbagai stimulus yang terjadi disekitarnya. Lazim ditemui pada gangguan cemas akut dan keadaan manik.
2. Inatensi selektif: adalah ketidakmampuan memusatkan perhatian pada obyek atau situasi tertentu, biasanya situasi yang membangkitkan kecemasan. Misalnya seorang dengan fobia tidak mampu memusatkan perhatian pada obyek atau situasi yang memicu fobianya.
3. Kewaspadaan berlebih: adalah pemusatan perhatian yang berlebihan terhadap stimulus eksternal dan internal sehingga penderita tampak sangat tegang.

Gejala Gangguan Mental Pada Orientasi

Orientasi adalah kemampuan individu untuk mengenali obyek atau situasi sebagaimana adanya. Dibedakan atas orientasi personal/orang, yaitu kemampuan untuk mengenali orang yang sudah dikenalnya. Orientasi ruang/spatial, yaitu kemampuan individu untuk mengenali tempat dimana ia berada. Orientasi waktu, yaitu kemampuan individu untuk mengenali secara tepat waktu dimana individu berada. Sesuai dengan ranah yang terganggu maka dibedakan gangguan orientasi orang, tempat dan waktu. Gangguan orientasi sering terjadi pada kerusakan organik di otak.

Gejala Gangguan Mental Pada Memori / Daya Ingat

Memori adalah proses pengelolaan informasi, meliputi perekaman – penyimpanan – dan pemanggilan kembali. Terdapat beberapa jenis gangguan memori/daya ingat, yaitu:

1. Amnesia: adalah ketidakmampuan untuk mengingat sebagian atau seluruh pengalaman masa lalu. Amnesia dapat disebabkan oleh gangguan organik di otak, misalnya; pada kontusio serebri. Namun dapat juga disebabkan faktor psikologis misalnya pada gangguan stres pasca trauma individu dapat kehilangan memori dari peristiwa yang sangat traumatis. Berdasarkan waktu kejadian, amnesia dibedakan menjadi:
 - a. Amnesia anterograd, yaitu apabila hilangnya memori terhadap pengalaman/informasi setelah titik waktu kejadian. Misalnya; seorang pengendara motor yang mengalami kecelakaan, tidak mampu mengingat peristiwa yang terjadi setelah kecelakaan.
 - b. Amnesia retrograd, yaitu hilangnya memori terhadap pengalaman/informasi sebelum titik waktu kejadian. Misalnya, seorang gadis yang terjatuh dari atap dan mengalami trauma kepala, tidak mampu mengingat berbagai peristiwa yang terjadi sebelum kecelakaan tersebut.
2. Paramnesia: Sering disebut sebagai ingatan palsu, yakni terjadinya distorsi ingatan dari informasi/pengalaman yang sesungguhnya. Dapat disebabkan oleh faktor organik di otak misalnya pada demensia. Namun dapat juga disebabkan oleh faktor psikologis misalnya pada gangguan disosiasi. Beberapa jenis paramnesia, antara lain:

- a. Konfabulasi: adalah ingatan palsu yang muncul untuk mengisi kekosongan memori. Biasa terjadi pada orang dengan demensia.
- b. Deja Vu: adalah suatu ingatan palsu terhadap pengalaman baru. Individu merasa sangat mengenali suatu situasi baru yang sesungguhnya belum pernah dikenalnya.
- c. Jamais Vu: adalah kebalikan dari Deja Vu, yaitu merasa asing terhadap situasi yang justru pernah dialaminya.
- d. Hiperamnesia: adalah ingatan yang mendalam dan berlebihan terhadap suatu pengalaman e. Screen memory: adalah secara sadar menutupi ingatan akan pengalaman yang menyakitkan atau traumatis dengan ingatan yang lebih dapat ditoleransi
- e. Letologica: adalah ketidakmampuan yang bersifat sementara dalam menemukan kata kata yang tepat untuk mendeskripsikan pengalamannya. Lazim terjadi pada proses penuaan atau pada stadium awal dari demensi.

Berdasarkan rentang waktu individu kehilangan daya ingatnya, dibedakan menjadi:

1. Memori segera (immediate memory): adalah kemampuan mengingat peristiwa yang baru saja terjadi, yakni rentang waktu beberapa detik sampai beberapa menit
2. Memori baru (recent memory): adalah ingatan terhadap pengalaman/informasi yang terjadi dalam beberapa hari terakhir
3. Memori jangka menengah (recent past memory): adalah ingatan terhadap peristiwa yang terjadi selama beberapa bulan yang lalu.
4. Memori jangka panjang: adalah ingatan terhadap peristiwa yang sudah lama terjadi (bertahun tahun yang lalu)

2. Gejala Gangguan Psikologis Pada EMOSI / PERASAAN

Emosi adalah suasana perasaan yang dihayati secara sadar, bersifat kompleks, melibatkan pikiran, persepsi dan perilaku individu. Secara deskriptif fenomenologis emosi dibedakan antara mood dan afek.

Gejala Gangguan Mental Pada Mood

Mood adalah suasana perasaan yang bersifat pervasif dan bertahan lama, yang mewarnai persepsi seseorang terhadap kehidupannya.

1. Mood eutimia: adalah suasana perasaan dalam rentang normal, yakni individu mempunyai penghayatan perasaan yang luas dan serasi dengan irama hidupnya.
2. Mood hipotimia: adalah suasana perasaan yang secara pervasif diwarnai dengan kesedihan dan kemurungan. Individu secara subyektif mengeluhkan tentang kesedihan dan kehilangan semangat. Secara obyektif tampak dari sikap murung dan perilakunya yang lamban.
3. Mood disforia: menggambarkan suasana perasaan yang tidak menyenangkan. Seringkali diungkapkan sebagai perasaan jenuh, jengkel, atau bosan.

4. Mood hipertimia: suasana perasaan yang secara perfasif memperlihatkan semangat dan kegairahan yang berlebihan terhadap berbagai aktivitas kehidupan. Perilakunya menjadi hiperaktif dan tampak enerjik secara berlebihan.
5. Mood eforia: suasana perasaan gembira dan sejahtera secara berlebihan.
6. Mood ekstasia: suasana perasaan yang diwarnai dengan kegairahan yang meluap luap. Sering terjadi pada orang yang menggunakan zat psikostimulansia
7. Aleksitimia: adalah suatu kondisi ketidakmampuan individu untuk menghayati suasana perasaannya. Seringkali diungkapkan sebagai kedangkalan kehidupan emosi. Seseorang dengan aleksitimia sangat sulit untuk mengungkapkan perasaannya.
8. Anhedonia: adalah suatu suasana perasaan yang diwarnai dengan kehilangan minat dan kesenangan terhadap berbagai aktivitas kehidupan.
9. Mood kosong: adalah kehidupan emosi yang sangat dangkal,tidak atau sangat sedikit memiliki penghayatan suasana perasaan. Individu dengan mood kosong nyaris kehilangan keterlibatan emosinya dengan kehidupan disekitarnya. Keadaan ini dapat dijumpai pada pasien skizofrenia kronis.
10. Mood labil: suasana perasaan yang berubah ubah dari waktu ke waktu. Pergantian perasaan dari sedih, cemas, marah, eforia, muncul bergantian dan tak terduga. Dapat ditemukan pada gangguan psikosis akut.
11. Mood iritabel: suasana perasaan yang sensitif, mudah tersinggung, mudah marah dan seringkali bereaksi berlebihan terhadap situasi yang tidak disenanginya.

Gejala Gangguan Mental Pada Afek

Afek adalah respons emosional saat sekarang, yang dapat dinilai lewat ekspresi wajah, pembicaraan, sikap dan gerak gerik tubuhnya (bahasa tubuh). Afek mencerminkan situasi emosi sesaat.

1. Afek luas: adalah afek pada rentang normal, yaitu ekspresi emosi yang luas dengan sejumlah variasi yang beragam dalam ekspresi wajah, irama suara maupun gerakan tubuh, serasi dengan suasana yang dihayatinya.
2. Afek menyempit: menggambarkan nuansa ekspresi emosi yang terbatas. Intensitas dan keluasan dari ekspresi emosinya berkurang, yang dapat dilihat dari ekspresi wajah dan bahasa tubuh yang kurang bervariasi.
3. Afek menumpul: merupakan penurunan serius dari kemampuan ekspresi emosi yang tampak dari tatapan mata kosong, irama suara monoton dan bahasa tubuh yang sangat kurang.
4. Afek mendatar: adalah suatu hendaya afektif berat lebih parah dari afek menumpul. Pada keadaan ini dapat dikatakan individu kehilangan kemampuan ekspresi emosi. Ekspresi wajah datar, pandangan mata kosong, sikap tubuh yang kaku, gerakan sangat minimal, dan irama suara datar seperti 'robot'.
5. Afek serasi: menggambarkan keadaan normal dari ekspresi emosi yang terlihat dari keserasian antara ekspresi emosi dan suasana yang dihayatinya.

6. Afek tidak serasi: kondisi sebaliknya yakni ekspresi emosi yang tidak cocok dengan suasana yang dihayati. Misalnya seseorang yang menceritakan suasana duka cita tapi dengan wajah riang dan tertawa tawa.
7. Afek labil: Menggambarkan perubahan irama perasaan yang cepat dan tiba-tiba, yang tidak berhubungan dengan stimulus eksternal.

3. Gejala Gangguan Psikologis Pada PERILAKU MOTORIK

Perilaku adalah ragam perbuatan manusia yang dilandasi motif dan tujuan tertentu serta melibatkan seluruh aktivitas mental individu. Perilaku merupakan respons total individu terhadap situasi kehidupan. Perilaku motorik adalah ekspresi perilaku individu yang terwujud dalam ragam aktivitas motorik. Berikut ini diuraikan berbagai ragam gangguan perilaku motorik yang lazim dijumpai dalam praktek psikiatri, yaitu:

1. Stupor Katatonik: penurunan aktivitas motorik secara ekstrim, bermanifestasi sebagai gerakan yang lambat hingga keadaan tak bergerak dan kaku seperti patung. Keadaan ini dapat dijumpai pada skizofrenia katatonik
2. Furor katatonik: suatu keadaan agitasi motorik yang ekstrim, kegaduhan motorik tak bertujuan, tanpa motif yang jelas dan tidak dipengaruhi oleh stimulus eksternal. Dapat ditemukan pada skizofrenia katatonik, seringkali silih berganti dengan gejala stupor katatonik.
3. Katalepsi: adalah keadaan mempertahankan sikap tubuh dalam posisi tertentu dalam waktu lama. Individu dengan katalepsi dapat berdiri di atas satu kaki selama berjam-jam tanpa bergerak. Merupakan salah satu gejala yang bisa ditemukan pada skizofrenia katatonik.
4. Flexibilitas cerea: keadaan sikap tubuh yang sedemikian rupa dapat diatur tanpa perlawanan sehingga diistilahkan seluwes lilin.
5. Akinesia: menggambarkan suatu kondisi aktivitas motorik yang sangat terbatas, pada keadaan berat menyerupai stupor pada skizofrenia katatonik.
6. Bradikinesia: perlambatan gerakan motorik yang biasa terjadi pada parkinsonisme atau penyakit parkinson. Individu memperlihatkan gerakan yang kaku dan kehilangan respons spontan.

4. Gejala Gangguan Psikologis Pada PROSES BERPIKIR

Gejala gangguan mental pada proses berpikir adalah sebagai berikut:

1. Proses pikir primer: terminologi yang umum untuk pikiran yang dereistic, tidak logis, magis; secara normal ditemukan pada mimpi, tidak normal seperti pada psikosis
2. Gangguan bentuk pikir/ arus pikir: asosiasi longgar: gangguan arus pikir dengan ide-ide yang berpindah dari satu subyek ke subyek lain yang tidak berhubungan sama sekali; dalam bentuk yang lebih parah disebut inkohrensia.
3. Inkohrensia: pikiran yang secara umum tidak dapat kita mengerti, pikiran atau kata keluar bersama-sama tanpa hubungan yang logis atau tata bahasa tertentu hasil disorganisasi pikir

4. Flight of Ideas / lompat gagasan: pikiran yang sangat cepat, verbalisasi berlanjut atau permainan kata yang menghasilkan perpindahan yang konstan dari satu ide ke ide lainnya; ide biasanya berhubungan dan dalam bentuk yang tidak parah, pendengar mungkin dapat mengikuti jalan pikirnya.
5. Sirkumstansial: pembicaraan yang tidak langsung sehingga lambat mencapai point yang diharapkan, tetapi seringkali akhirnya mencapai point atau tujuan yang diharapkan, sering diakibatkan keterpakuan yang berlebihan pada detail dan petunjuk-petunjuk.
6. Tangensial: ketidakmampuan untuk mencapai tujuan secara langsung dan seringkali pada akhirnya tidak mencapai point atau tujuan yang diharapkan.

5. Gejala Gangguan Psikologis Pada ISI PIKIR

Di sini yang terganggu adalah buah pikirannya atau keyakinannya dan bukan cara penyampaiannya. Dapat berupa miskin isi pikir, waham, obsesi, fobia, dan lain-lain.

1. **Kemiskinan Isi Pikir** yaitu pikiran yang hanya menghasilkan sedikit informasi dikarenakan ketidakjelasan, pengulangan yang kosong, atau frase yang tidak dikenal.
2. **Waham atau Delusi** yaitu satu perasaan keyakinan atau kepercayaan yang keliru, berdasarkan simpulan yang keliru tentang kenyataan eksternal, tidak konsisten dengan intelegensia dan latar belakang budaya pasien, dan tidak bisa diubah lewat penalaran atau dengan jalan penyajian fakta. Jenis-jenis waham:
 - a. Waham bizarre: keyakinan yang keliru, mustahil dan aneh (contoh: makhluk angkasa luar menanamkan elektroda di otak manusia)
 - b. Waham sistematis: keyakinan yang keliru atau keyakinan yang tergabung dengan satu tema/kejadian (contoh: orang yang dikejar-kejar polisi atau mafia)
 - c. Waham nihilistik: perasaan yang keliru bahwa diri dan lingkungannya atau dunia tidak ada atau menuju kiamat
 - d. Waham somatik: keyakinan yang keliru melibatkan fungsi tubuh (contoh: yakin otaknya meleleh)
 - e. Waham paranoid: termasuk di dalamnya waham kebesaran, waham kejaran/persekutorik, waham rujukan (reference), dan waham dikendalikan.
 - Waham kebesaran: keyakinan atau kepercayaan, biasanya psikotik sifatnya, bahwa dirinya adalah orang yang sangat kuat, sangat berkuasa atau sangat besar.
 - Waham kejaran (persekutorik): satu delusi yang menandai seorang paranoid, yang mengira bahwa dirinya adalah korban dari usaha untuk melukainya, atau yang mendorong agar dia gagal dalam tindakannya. Kepercayaan ini sering dirupakan dalam bentuk komplotan yang khayali, dokter dan keluarga pasien dicurigasi bersama-sama berkomplot untuk merugikan, merusak, mencederai, atau menghancurkan dirinya.

- Waham rujukan (delusion of reference): satu kepercayaan keliru yang meyakini bahwa tingkah laku orang lain itu pasti akan memfitnah, membahayakan, atau akan menjahati dirinya.
 - Waham dikendalikan: keyakinan yang keliru bahwa keinginan, pikiran, atau perasaannya dikendalikan oleh kekuatan dari luar. Termasuk di dalamnya:
 1. thought withdrawal: waham bahwa pikirannya ditarik oleh orang lain atau kekuatan lain
 2. thought insertion: waham bahwa pikirannya disisipi oleh orang lain atau kekuatan lain
 3. thought broadcasting: waham bahwa pikirannya dapat diketahui oleh orang lain, tersiar di udara
 4. thought control: waham bahwa pikirannya dikendalikan oleh orang lain atau kekuatan lain
 5. waham cemburu: keyakinan yang keliru yang berasal dari cemburu patologis tentang pasangan yang tidak setia
 6. erotomania: keyakinan yang keliru, biasanya pada wanita, merasa yakin bahwa seseorang sangat mencintainya
3. **Obsesi:** satu ide yang tegar menetap dan seringkali tidak rasional, yang biasanya dibarengi satu kompulsi untuk melakukan suatu perbuatan, tidak dapat dihilangkan dengan usaha yang logis, berhubungan dengan kecemasan.
 4. **Kompulsi:** kebutuhan dan tindakan patologis untuk melaksanakan suatu impuls, jika ditahan akan menimbulkan kecemasan, perilaku berulang sebagai respons dari obsesi atau timbul untuk memenuhi satu aturan tertentu.
 5. **Fobia:** ketakutan patologis yang persisten, irasional, berlebihan, dan selalu terjadi berhubungan dengan stimulus atau situasi spesifik yang mengakibatkan keinginan yang memaksa untuk menghindari stimulus tersebut. Beberapa contoh di antaranya:
 - a. Fobia spesifik: ketakutan yang terbatas pada obyek atau situasi khusus (contoh takut pada laba-laba atau ular)
 - b. Fobia sosial: ketakutan dipermalukan di depan publik seperti rasa takut untuk berbicara, tampil, atau makan di depan umum
 - c. Akrofobia: ketakutan berada di tempat yang tinggi
 - d. Agorafobia: ketakutan berada di tempat yang terbuka
 - e. Klaustrofobia: ketakutan berada di tempat yang sempit
 - f. f.Ailurofobia: ketakutan pada kucing
 - g. Zoofobia: ketakutan pada binatang
 - h. Xenofobia: ketakutan pada orang asing
 - i. Fobia jarum: ketakutan yang berlebihan menerima suntikan

6. Gejala Gangguan Psikologis Pada PERSEPSI

Persepsi adalah sebuah proses mental yang merupakan pengiriman stimulus fisik menjadi informasi psikologis sehingga stimulus sensorik dapat diterima secara sadar. Beberapa contoh gangguan persepsi:

1. Depersonalisasi: satu kondisi patologis yang muncul sebagai akibat dari perasaan subyektif dengan gambaran seseorang mengalami atau merasakan diri sendiri (atau tubuhnya) sebagai tidak nyata atau khayali (asing, tidak dikenali)
2. Derealisasi: perasaan subyektif bahwa lingkungannya menjadi asing, tidak nyata
3. Ilusi: satu persepsi yang keliru atau menyimpang dari stimulus eksternal yang nyata
4. Halusinasi: persepsi atau tanggapan palsu, tidak berhubungan dengan stimulus eksternal yang nyata; menghayati gejala-gejala yang dikhayalkan sebagai hal yang nyata. Jenis-jenis halusinasi:
 - f. halusinasi hipnagogik: persepsi sensorik keliru yang terjadi ketika mulai jatuh tertidur, secara umum bukan tergolong fenomena patologis
 - g. halusinasi hipnapompik: persepsi sensorik keliru yang terjadi ketika seseorang mulai terbangun, secara umum bukan tergolong fenomena patologis
 - h. halusinasi auditorik: persepsi suara yang keliru, biasanya berupa suara orang meski dapat saja berupa suara lain seperti musik, merupakan jenis halusinasi yang paling sering ditemukan pada gangguan psikiatri
 - i. halusinasi visual: persepsi penglihatan keliru yang dapat berupa bentuk jelas (orang) atau pun bentuk tidak jelas (kilatan cahaya), sering kali terjadi pada gangguan medis umum
 - j. halusinasi penciuman: persepsi penghidu keliru yang seringkali terjadi pada gangguan medis umum
 - k. halusinasi pengecap: persepsi pengecap keliru seperti rasa tidak enak sebagai gejala awal kejang, seringkali terjadi pada gangguan medis umum
 - l. halusinasi taktil: persepsi perabaan keliru seperti phantom limbs (sensasi anggota tubuh teramputasi), atau formikasi (sensasi merayap di bawah kulit)
 - m. halusinasi somatik: sensasi keliru yang terjadi pada atau di dalam tubuhnya, lebih sering menyangkut organ dalam (juga dikenal sebagai cenesthetic hallucination)
 - n. halusinasi liliput: persepsi keliru yang mengakibatkan obyek terlihat lebih kecil (micropsia)

7. Gejala Gangguan Psikologis Pada TILIKAN

Tilikan adalah kemampuan seseorang untuk memahami sebab sesungguhnya dan arti dari suatu situasi (termasuk di dalamnya dari gejala itu sendiri). Dalam arti luas, tilikan sering disebut sebagai wawasan diri, yaitu pemahaman seseorang terhadap kondisi dan situasi dirinya dalam konteks realitas sekitarnya. Dalam arti sempit merupakan pemahaman pasien terhadap penyakitnya. Tilikan terganggu artinya kehilangan kemampuan untuk memahami kenyataan obyektif akan kondisi dan situasi dirinya. Jenis-jenis tilikan:

1. Tilikan derajat 1: penyangkalan total terhadap penyakitnya
2. Tilikan derajat 2: ambivalensi terhadap penyakitnya
3. Tilikan derajat 3: menyalahkan faktor lain sebagai penyebab penyakitnya
4. Tilikan derajat 4: menyadari dirinya sakit dan butuh bantuan namun tidak memahami penyebab sakitnya
5. Tilikan derajat 5: menyadari penyakitnya dan faktor-faktor yang berhubungan dengan penyakitnya namun tidak menerapkan dalam perilaku praktisnya
6. Tilikan derajat 6 (sehat): menyadari sepenuhnya tentang situasi dirinya disertai motivasi untuk mencapai perbaikan.

Itulah rangkuman gejala-gejala gangguan psikologis yang terjadi pada manusia. Semoga pengetahuan singkat ini berguna untuk Anda.