

Analisis Pendekatan Komunikasi Interpersonal Psikolog dengan Pasien Psikosis

Shulbi Muthi Sabila Salayan Putri

Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Widya Mataram

Email Penulis: shulbi.muthi@gmail.com

ABSTRAK

Komunikasi merupakan proses yang sangat khusus, dan berarti dalam hubungan antar manusia dan pengalaman ilmu untuk menolong sesama, memerlukan kemampuan khusus dan kepedulian sosial yang besar. Komunikasi juga merupakan proses kompleks yang melibatkan perilaku dan memungkinkan individu untuk berhubungan dengan orang lain dan sekitarnya. Dalam penelitian ini, penulis mencoba menganalisis komunikasi antar individu lewat perspektif psikologi bagaimana pesan yang disampaikan menjadi stimulus yang menimbulkan respon bagi individu yang lain, bagaimana lambang-lambang dapat bermakna dan bisa mengubah perilaku orang lain.

Penelitian ini, memfokuskan pada pendekatan komunikasi interpersonal yang dilakukan psikolog dengan pasien penderita depresi. Dalam hal ini psikolog dituntut untuk mampu menurunkan kemampuan berkomunikasi ketika melakukan interaksi dengan pasien sehingga psikolog dapat memposisikan dirinya dan dapat berpikir dengan perspektif yang sama, serta dapat memberikan umpan balik yang tepat. Metode penelitian yang dilakukan yaitu metode kualitatif deskriptif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pendekatan komunikasi interpersonal yang dibangun oleh psikolog sehingga komunikasi dapat berlangsung secara efektif.

Kata Kunci: Depresi, Komunikasi Interpersonal, Psikologi,

Analysis Approach Communication Interpersonal Psychologist with Disorder Depression Patients

ABSTRACT

Communication is a special process, and it means that in human relations and the experience of helping others, it requires special abilities and great social care. Communication is also a complex process that involves behavior and allows individuals to relate to other people and their surroundings. In this study, the author tries to analyze the communication between individuals through a psychological perspective on how the message conveyed becomes a stimulus that creates a response for other individuals, how symbols can be meaningful and can change the behavior of others.

This study focuses on the interpersonal communication approach conducted by psychologists with patients with depression. In this case, psychologists are required to be able to reduce their ability to communicate when interacting with patients so that psychologists can position themselves and can think from the same perspective, and can provide appropriate feedback. The research method used is a descriptive qualitative method. The purpose of this study is to determine the interpersonal communication approach built by psychologists so that communication can take place effectively.

Key Word: *Depression, Interpersonal Communication, Psychologist*

Published: September 2020

ISSN: 2622-5476 (cetak), ISSN: 2655-6405 (online) Website: <https://jurnal.amikom.ac.id/index.php/pikma>

PENDAHULUAN

Tingginya kasus gangguan kejiwaan di seluruh dunia menjadi perhatian khusus para pemangku kepentingan yang terkait dengan kebijakan kesehatan mental. Pada tahun 2014, WHO menetapkan Living with Schizophrenia sebagai tema hari kesehatan mental sedunia yang diperingati tiap tanggal 12 Oktober. Tema ini dipilih karena Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang paling lazim terjadi dan memiliki prevalensi global cukup tinggi, yaitu 0.7-1% dari total populasi seluruh dunia (World Federation of Mental Health (WFMH), 2014). Referensi lain menyebutkan rentang 0.5-2% dari total populasi global sebagai prevalensi Skizofrenia di dunia (Davey, 2008). WFMH sebagai bagian dari WHO, menyatakan bahwa kasus Skizofrenia tidak dapat lagi dilihat secara individual, namun harus diintervensi dalam skala makro/sistem. Skizofrenia, gangguan psikotik, dan gangguan neurotik umumnya terjadi karena tekanan yang berasal dari keluarga ataupun masyarakat.

Oleh karena itu, pengetahuan praktis mengenai gangguan jiwa berat tersebut selayaknya juga dipahami oleh masyarakat. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (Balai Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013) menunjukkan angka prevalensi gangguan

jiwa berat di Indonesia 1.7 permil, artinya ada sekitar 1.7 kasus gangguan jiwa berat di antara 1000 orang penduduk Indonesia. Gangguan jiwa berat adalah gangguan jiwa yang ditandai dengan terganggunya kemampuan menilai realitas dan tilikan diri (*insight*) yang buruk. Gejala yang menyertai gangguan ini antara lain berupa halusinasi, wahan, gangguan proses pikir dan kemampuan berpikir, dan tingkah laku aneh seperti katatonik. Skizofrenia dan gangguan psikotik adalah contoh dari gangguan jiwa berat yang lazim terjadi di masyarakat. Orang yang mengalami gejala psikotik disebut dengan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).

Proses komunikasi merupakan sebuah kebutuhan yang tidak dapat dipungkiri oleh kita sebagai makhluk sosial. Komunikasi akan semakin efektif jika disadari dengan rasa pengertian, keterbukaan, empati, dan kepercayaan antara sesama peserta komunikasi. Jika setiap individu memahami betul unsur-unsur yang terkandung didalamnya. Unsur-unsur yang dimaksud ialah sumber (*source*), pesan (*message*), saluran (*channel*), penerima (*receiver, audience*), pengaruh (*effect*) dan umpan balik (*feedback*). Dalam proses komunikasi perubahan sikap dalam diri penerima (*receiver*) penting adanya karena hal itu sebagai pembuktian bahwa komunikasi

telah berjalan efektif meski prosesnya berjalan secara tatap muka atau tidak.

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara dua orang atau lebih secara tatap muka yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun non verbal (Suranto, 2011: 03). Adapun komunikasi ini dapat dilaksanakan antara psikolog dan pasiennya, khususnya psikolog yang menangani permasalahan gangguan emosional/depresi.

Gangguan Depresi

Gangguan emosional/depresi meliputi ketidakpuasan dengan karakteristik, kemampuan, dan prestasi diri; hubungan yang tidak efektif terhadap peristiwa kehidupan dan tidak terjadi pertumbuhan personal (Videbeck, 2008: 04). Gangguan depresi dalam psikologi bukanlah perasaan sedih yang berlangsung sesaat saja, melainkan merupakan perasaan sedih dan merasa tidak berarti secara terus menerus. Hal ini juga dapat disertai dengan kurangnya keinginan untuk melakukan kegiatan yang sebelumnya dirasa menyenangkan. Depresi merupakan suatu penyakit yang kompleks dan melibatkan fisik dan mental. Gangguan depresi bukanlah pertanda dari kelemahan seseorang atau suatu kondisi yang dapat diusir begitu saja dengan keinginan dan kemauan yang kuat. Orang-orang dengan

gangguan depresi tidak dapat keluar dari situasi yang dialami dengan sendirinya. Menangani masalah depresi, seringkali memerlukan bantuan medis profesional dari psikolog maupun psikiater, hal ini berguna untuk mengidentifikasi masalah yang sebenarnya terjadi, dan penanganan seperti apa yang sesuai untuk kondisi yang dialami, umumnya pendekatan penanganan kondisi ini perlu dilakukan secara holistik, baik melalui pengobatan juga psikoterapi. Melihat kondisi pasien maka timbulah sebuah pertanyaan tentang bagaimana sebenarnya para psikolog melakukan pendekatan komunikasi terhadap pasien yang memiliki kondisi emosional yang tidak stabil, psikologis yang tidak kondusif dan pola pikir yang dipenuhi dengan gangguan-gangguan agar pasien mau mengikuti arahan dari terapis (psikolog). Semisal, bagaimana psikolog mengajak pasien depresi berinteraksi dengan orang lain. Atau bagaimana psikolog mempersuasi pasien untuk mengikuti arahnya. Upaya peneliti agar proses dan hasil penelitian ini dapat dipahami secara komprehensif, maka dari permasalahan di atas maka penulis tertarik untuk menuangkannya menjadi sebuah penelitian yang dilakukan terhadap terapis/psikiater yang menangani pasien depresi. Penelitian berjudul “analisis pendekatan komunikasi interpersonal psikolog dengan pasien

penderita depresi bertujuan untuk menganalisis kasus penanganan pasien dengan gangguan depresi yang pada akhirnya diharapkan terciptanya pola/metode guna pemulihan kesadaran serta kesehatan mental pasien yang ditangani.

Mengacu pada latar belakang masalah peneliti tertarik untuk mengambil garis merah dari sebuah permasalahan yang terjadi, sebagai berikut

1. Bagaimana proses pendekatan komunikasi interpersonal yang dilakukan psikolog pada pasien *depresi*?
2. Apa hambatan- hambatan yang ditemui terapis pada saat berkomunikasi dengan pasien *depresi*?

Adapun tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti ialah untuk mengetahui dan memahami bagaimana proses maupun teknis komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh psikolog ketika menghadapi sekaligus menangani pasien *depresi* hingga akhirnya dapat mengikuti arahan dari terapis bahkan terciptanya komunikasi efektif dan interaksi yang kondusif.

Komunikasi Interpersonal

Seluruh kehidupan manusia tidak dapat dilepaskan dari komunikasi. Oleh karena itu, semua kegiatan yang dilakukan

manusia secara potensial tidak dapat terlepas dari komunikasi. Komunikasi antar pribadi adalah “Komunikasi antara dua orang dimana terjadi kontak langsung dalam bentuk percakapan”. Komunikasi ini bisa berlangsung secara berhadapan muka (*face to face*) bisa juga melalui sebuah medium, umpamanya telepon. Ciri khas komunikasi interpersonal ini adalah sifatnya yang dua arah atau timbal balik Effendy (2003: 60). Secara umum komunikasi dapat diartikan sebagai “Suatu proses pertukaran makna antara orang-orang yang saling berkomunikasi”. Pengertian proses mengacu pada perubahan dan tindakan (*action*) yang berlangsung terus menerus. Komunikasi antar pribadi juga merupakan suatu pertukaran dalam proses tersebut, adalah kesamaan pemahaman diantara orang-orang yang berkomunikasi terhadap pesan-pesan yang digunakan dalam proses komunikasi, Komunikasi interpersonal sebagai proses pengiriman dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau diantara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika.

Konsep komunikasi interpersonal dapat digunakan dalam komunikasi terapis dengan pasien *depresi*. Faktor kedekatan akan melibatkan unsur ikatan emosional antar psikolog dengan pasien yang ditanganinya. Ikatan emosional dapat

dibentuk dengan adanya perhatian dari terapis dan kepercayaan diri pasien terhadap terapisnya, dan juga dalam lingkungan keluarga. Kedekatan dalam keluarga dapat dilakukan dengan melibatkan hubungan saling ketergantungan diantara anggota keluarga melalui situasi komunikasi yang bersifat terbuka dan dialogis.

Setiap komunikasi yang dilakukan pasti memiliki tujuan dan makna tersendiri. Untuk apa dan untuk siapa komunikasi itu dilakukan. Oleh karena itu ada pula tujuan komunikasi interpersonal menurut Joseph A. Devito terdiri atas 4 makna yakni:

1. Menyangkut penemuan diri (*personal discovery*). Dimana dengan berkomunikasi kita mampu lebih baik dalam memahami diri sendiri dan orang lain yang kita ajak berbicara.
2. Tujuan kita berkomunikasi adalah berhubungan dengan orang lain, membina dan memelihara hubungan dengan orang lain.
3. Dalam perjumpaan antar pribadi sehari-hari kita berusaha mengubah sikap dan perilaku orang lain
4. Kita menggunakan banyak komunikasi untuk bermain dan

menghibur diri. (A. Devito, 1997: 29-32)

Fungsi Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal memiliki potensi yang dapat digunakan untuk memenuhi tujuan-tujuan dari proses komunikasi tersebut.

Dalam komunikasi interpersonal menurut Joseph A Devito memiliki fungsi-fungsi yang dijadikan sebagai proses perolehan atau pencapaian dari tujuan, dan fungsi komunikasi antar pribadi, yaitu:

1. Mendapatkan Informasi, salah satu alasan kita terlibat dalam komunikasi interpersonal adalah agar kita dapat memperoleh pengetahuan tentang orang lain. Teori Penetrasi Sosial mengatakan bahwa kita mencoba untuk mendapatkan informasi tentang orang lain sehingga kita dapat berinteraksi dengan mereka secara lebih efektif.
2. Membangun Pemahaman Konteks, dalam komunikasi interpersonal untuk membantu lebih memahami apa seseorang mengatakan dalam konteks tertentu. Kata-kata yang diucapkan dapat berarti berbagai hal yang sangat tergantung pada bagaimana mereka mengatakan atau dalam konteks apa. Isi pesan merujuk ke permukaan tingkat

makna dari pesan dan hubungan Pesan dilihat bagaimana pesan dikatakan. Keduanya akan dikirim secara bersamaan, tetapi masing-masing mempengaruhi arti yang ditugaskan untuk komunikasi.

3. Membangun Identitas, komunikasi interpersonal adalah untuk membangun identitas. Peran kita bermain dalam hubungan kita membantu kita membangun identitas.
4. Kebutuhan interpersonal, dalam komunikasi interpersonal karena kita perlu untuk mengekspresikan dan menerima kebutuhan interpersonal.

Ada beberapa komponen dalam proses komunikasi yaitu; sumber'komunikator, proses encoding, pesan/informasi, media, komunikasin, proses decoding, umpan balik/feedback, dampak , dan gangguan. Beberapa komponen tersebut memiliki keterkaitan antara satu sama lain. Adapun beberapa syarat yang harus dimiliki oleh komunikator agar proses komunikasi dapat berjalan efektif. Pertama, komunikator dalam hal ini terapis diharapkan memiliki kredibilitas yang tinggi bagi komunikannya (pasien). Kedua, memiliki keterampilan komunikasi yang baik. Ketiga, mempunyai pengetahuan luas. Keempat, memiliki kemampuan untuk

melakukan perubahan sikap/menambah pengetahuan pada diri sendiri.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penyampaian pesan/komunikasi yang dilakukan harus efektif, sehingga tercapainya tujuan-tujuan. Maka dari itu, *pertama*, pesan yang disampaikan harus memenuhi beberapa syarat, yaitu; pesan berisikan hal-hal umum dan mudah dipahami oleh komunikan, bukan soal-soal yang hanya dipahami oleh seseorang atau kelompok tertentu. *Kedua*, pesan yang disampaikan tidak samar-samar. Jika menggunakan perumpamaan diusahakan contohnya senyata mungkin, agar tidak ditafsirkan menyimpang dari yang dikehendaki. Bahasa yang juga jelas, sederhana, dan cocok untuk komunikan. Secara kodrati manusia tak ingin mendengarkan dan melihat hal-hal yang tidak menyenangkan dari dirinya. Oleh karena itu, setiap pesan diusahakan agar bermakna positif dan juga seimbang sesuai dengan kemampuan komunikasi untuk menfasirkan pesan tersebut.maka dari itu komunikator dalam hal ini terapis harus mengenal situasi dan kondisi sasaran/komunikan.

Penulis dapat memahami bahwa bentuk pesan yang disampaikan dapat disesuaikan dengan kondisi dan tujuan dari komunikasi itu sendiri. Jika tujuan dari komunikasi tersebut hanya ingin memberikan informasi layaknya tayangan-

tayang di media massa yang secara massif disampaikan kepada khalayak, maka pesan yang disampaikan cenderung bersifat informatif. Akan tetapi, jika proses komunikasi bertujuan untuk merubah sisi psikomotorik seseorang maka yang digunakan ialah bentuk komunikasi persuasif.

Penelitian Terdahulu

Peneliti mencoba menelusuri penelitian-penelitian terdahulu yang dianggap relevan dengan tema penelitian. Hasil penelusuran akan digunakan sebagai pemetaan posisi penelitian dalam tema yang akan diteliti.

Penelitian pertama dilakukan oleh Muhammad Salahuddin (2009) yang berjudul “Peran Keluarga Terhadap Proses Penyembuhan Pasien Gangguan Jiwa (Studi Kasus di Yayasan Dian Atma Jaya Lawang, Kabupaten Lawang). Dalam penelitian ini peneliti tersebut ingin meneliti bagaimana peran keluarga untuk ikut serta mempertahankan ataupun menyembuhkan pasien gangguan hal ini dilatar belakangi oleh banyaknya pasien yang setelah kembali dipulangkan dari rumah sakit ke rumah tinggal, penyakit kejiwaannya kembali kambuh karena banyak keluarganya yang menolak kehadiran pasien tersebut dan factor penolakan inilah yang membuat pasien kembali terpuruk dari akhirnya jiwanya terguncang kembali.

Penelitian kedua, dilakukan oleh Putri Rachmania(2011) yang berjudul Pola Komunikasi Dokter Terhadap Pasien Dalam Proses Penyembuhan Di Klinik Makmur Jaya. Dalam penelitian ini , peneliti tersebut ingin mengetahui pola komunikasi seperti apa yang digunakan oleh seorang dokter non psikiatri terhadap pasien non psikiatri agar pesan kesehatan yang lebih banyak menggunakan istilah asing bisa tersampaikan dengan baik kepada pasien sehingga problem kesehatan pasien dapat terpecahkan dengan baik. (Salahuddin, 2009).

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh penulis menitik beratkan pada proses komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh psikolog pada pasien depresi yang hasil akhirnya diharapkan terciptanya pola-pola komunikasi interpersonal baru upaya komunikasi dan interaksi yang dilakukan berlangsung efektif dan kondusif.

METODOLOGI

Paradigma penelitian ialah sebagai “ *basic belief system or world view that guides the investigator , not only in choices of methode but in ontologically and epistemologically fundamental ways* “ yang artinya bahwa paradigma ialah system keyakinan dasar atau cara memandang dunia ynung membimbing peneliti, tidak hanya dalam pemilihan

metode, tetapi juga cara-cara fundamental yang bersifat ontologis dan epistemologis. Penelitian ini menggunakan paradigma klasis. Dimana paradigma ini bersifat objektif, dimana data hasil pengamatan sesuai dengan apa yang terjadi di lapangan. Setelah itu di analisis dan diolah se natural mungkin sesuai dengan realitas yang ada.

Instrumen dalam penelitian ialah hasil wawancara mendalam, dan juga observasi dimana saat itu peneliti akan mengumpulkan informasi, foto-foto lalu setelah data tersebut terkumpul maka akan dianalisa sesuai dengan sudut pandang dari objek penelitian dan menggambarkan proses tersebut secara ekspresif dan menarik.

Alasan mengapa peneliti menggunakan pendekatan ini karena hasil penelitian ingin diketahui secara menyeluruh, mendalam, faktual, sistematis dan akurat agar tujuan dapat tercapai dan rumusan masalah dapat terpecahkan. Jenis penelitian yang dilakukan ialah analisis kasus lapangan atau (*field research*). Peneliti berupaya untuk menggunakan *single case analysis*.

Metode ini dinilai cocok karena dapat dilihat dari rumusan masalah yang telah disusun dan mengangkat unsur bagaimana sebuah kasus itu terjadi di dunia sosial. Masalah utama ialah mengenai gangguan pasien depresi namun

yang menjadi fokus penelitian adalah orang yang ada disekitar pasien tersebut seperti terapis(psikolog).

Metode ilmiah untuk mengumpulkan data dalam bentuk pengamatan, pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang sedang diteliti, dilakukan melalui observasi. Observasi bukan kegiatan yang mudah karena mengandung hal-hal yang pelik; pertama tidak ada pengamatan dua orang sama. Betapapun dilatih, pengamatan dua orang selalu saja perbedaan.

Kedua, mengadakan pengamatan bukan proses pasif dimana kita hanya mencatat apa yang terjadi seperti halnya dengan kamera, seakan akan kita berada diluar dan terpisah dari dunia yang kita amati. Mengadakan observasi adalah proses aktif.

Penelitian ini dilakukan secara tatap muka sebanyak 2 kali dengan seorang konsultan psikolog dan 1 kali secara virtual pada tanggal 30 Juli 2020 dikarenakan kondisi pasca pandemi yang masih mengharuskan kami mengurangi kontak fisik.

Oleh karena itu dalam penelitian ini, penulis bertindak sebagai instrumen pengumpulan data. Pengamatan dilakukan terhadap lingkungan kehidupan tempat tinggal atau tempat kerja subjek dalam penelitian ini. Lingkungan yang

dimaksud adalah sebagai non verbal codes, seperti, tempat bekerja dan pemilihan lainnya yang dapat memberikan banyak informasi mengenai subjek yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seperti yang telah dijelaskan dalam bab pendahuluan, bahwa berbagai pertanyaan yang muncul dalam penelitian ini akan dicari jawaban penelitiannya dengan menggunakan metode kualitatif melalui pendekatan analisis kasus.

Penelitian ini dilakukan secara tatap muka sebanyak 2 kali dengan seorang konsultan psikolog dan 1 kali secara virtual dikarenakan kondisi pasca pandemi yang masih mengharuskan kami mengurangi kontak fisik. Proses komunikasi yang dilakukan oleh terapis dan pasiennya ini merupakan proses komunikasi interpersonal, karena proses komunikasi dilakukan oleh dua orang dan berlangsung karena adanya pendekatan yang dilakukan oleh terapis pada pasien penderita depresi.

Praktiknya, keterampilan komunikasi interpersonal adalah sebuah kemampuan yang penting untuk melakukan komunikasi secara efektif dengan orang lain. Kemampuan ini merupakan ukuran dari kualitas seseorang dalam berkomunikasi interpersonal yang meliputi pengetahuan tentang komunikasi non verbal, seperti keterbukaan, kedekatan

fisik. Ada tujuh keterampilan yang dipertimbangkan untuk menciptakan komunikasi interpersonal yang efektif yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap positif (*positiveness*) kebersatuan (*immediacy*), manajemen interaksi (*interaction management*), daya ekspresi (*expressiveness*) dan orientasi kepada orang lain (*other-interaction*).

Pada bagian ini akan dibahas temuan penelitian yang meliputi cerita serta pengalaman Informan dan bagaimana informan melakukan pendekatan interpersonal dengan pasiennya. Kemudian metode-metode yang dilakukan oleh informan sebagai terapis akan diolah menjadi satu kesatuan yang akan menjadikan suatu pola dan hasil penelitian yang akan di analisis lebih dalam melalui pendekatan analisis kasus dengan tujuh keterampilan dari komunikasi interpersonal yang meliputi keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap positif (*positiveness*) kebersatuan (*immediacy*), manajemen interaksi (*interaction management*), daya ekspresi (*expressiveness*) dan orientasi kepada orang lain (*other-interaction*).

Penelitian dilakukan pada seorang Konsultan Psikolog berinisial GY yang telah menekuni profesinya sejak tahun 1997 dan melakukan praktik di klinik psikologi sejak tahun 2001 sebagai konselor/terapis hingga saat ini. GY

mendirikan klinik psikologi yang berada di Kota Bandung dan membuka beberapa cabang klinik di kota lain yang dikelola oleh beberapa teman-teman tim lainnya yang juga berprofesi sebagai konsultan psikolog. Pengalaman GY sebagai psikolog selama 19 tahun diakui sangat disenanginya. Dirinya merasa memiliki kebahagiaan tersendiri disaat dapat membantu banyak pasien dalam menemukan solusi dari berbagai permasalahan yang penderita hadapi terlebih ketika mereka (pasien) dapat menyadari masalahnya dan kemudian menemukan jalan keluarnya.

“Saya jadi psikologi sejak tahun 1997 tapi praktek di klinik psikologi baru tahun 2001 sebagai terapis/psikolog. Perasaan atau pengalaman saya menjadi psikolog dalam menangani berbagai kasus psikologi menurut saya sangat menyenangkan karena bisa membantu banyak orang dalam membimbing mereka menemukan solusi dari permasalahan yang mereka hadapi dan jika mereka dapat menyadari masalahnya dan menemukan jalan keluar dari permasalahan mereka, bagi saya adalah sebuah kebahagiaan tersendiri.”

Praktek psikolog yang ditekuni oleh GY diakui memiliki banyak pelajaran dalam mengenal berbagai macam karakter individu dalam menghadapi permasalahan dalam hidup tiap individu.

“...dengan berpraktek sebagai psikolog ,saya sendiri memiliki banyak pengalaman mengenal berbagai macam karakter individu dan bagaimana mereka menghadapi berbagai masalah dalam hidupnya”

Begitupun komunikasi menjadi elemen penting dan utama untuk menyamakan frekuensi psikolog dengan kliennya. Komponen komunikasi interpersonal seperti keterbukaan, rasa positif kesamaan, dukungan dan empati dilakukan oleh psikolog selama masa penanganan pasien penderita depresi. Adapun teknik atau metode yang dilakukan dalam proses pendekatan interpersonal.

Proses pendekatan interpersonal diawal dengan klien yang dibuat nyaman dengan terapis, seperti memulai pembicaraan yang ringan kemudian memperhatikan dengan sedikit memuji atau apa saja yang membuat klien merasa di perhatikan dan di hargai oleh lawan bicaranya, yang kemudian setelah klien merasa nyaman timbullah kedekatan yang tidak berjarak di antara terapis dengan pasiennya. Sehingga ketika metode tersebut telah dilakukan maka terapis dapat mulai dengan menanyakan perasaan pasien saat ini, lalu muncul keterbukaan antara terapis dengan klien yang akan menciptakan rasa nyaman untuk berkomunikasi dengan lawan bicaranya. dari keterbukaan dan rasa percaya tersebut maka pasien akan lebih mudah mengungkapkan apa yg mereka rasakan dan pikirkan sehingga komunikasi akan lebih lancar dan terapis, dalam hal ini

psikolog akan lebih mudah menggali permasalahan pasien.

Komunikasi sangat penting dalam proses perbaikan emosi/suasana hati pasien lewat konseling, dimana konseling adalah suatu proses komunikasi antara psikolog dan klien dalam mencapai tujuan konseling, sehingga peranan komunikasi menjadi utama dan vital dalam suatu proses konseling di karenakan seluruh proses penyembuhan klien menggunakan komunikasi baik verbal maupun non verbal.

“Untuk berkomunikasi dengan klien yang paling utama adalah kita harus menyamakan frekuensi kita dengan klien dulu artinya kita harus membuat klien merasa nyaman dulu dengan kita ,bisa dengan memulai obrolan obrolan ringan dulu ,memperhatikan dengan sedikit memuji spt pilihan warna bajunya atau apa saja yg membuat klien merasa di perhatikan dan di hargai oleh kita dan setelah klien merasa nyaman dan tidak ada jarak di antara kita maka kita bisa mulai dengan menanyakan perasaannya saat ini ...kalau klien sudah merasa nyaman berkomunikasi dengan kita maka mereka akan lebih mudah mengungkapkan apa yg mereka rasakan dan pikirkan sehingga komunikasi akan lebih lancar dan kita akan lebih mudah menggali permasalahan mereka”

Adapun Metode metode lain yang di pakai oleh GY dalam proses terapi klien dengan menggunakan metode *energy psychology* dalam proses terapi yaitu suatu metode yang menggunakan energi tubuh klien dalam proses penyembuhan klien, mulai dari pembersihan emosi emosi

negatif yang menjangkau alam bawah sadar klien, proses penyadaran dan penerimaan dan melancarkan aliran energi tubuh klien sehingga klien lebih cepat merasa nyaman baik fisik maupun perasaannya.

Proses terapi energi psychologi ini juga di gabungkan dengan proses hipnoterapi yg juga menggunakan komunikasi alam bawah sadar yang membimbing klien mencapai frekuensi alfa atau tetanya sehingga klien mampu menemukan ingatan ingatan alam bawah sadarnya yg sengaja ia lupakan. Dan selama pengalaman menggunakan metode ini proses penyembuhan klien lebih cepat dan efektif.

*“Saya, sejak tahun 2012 mulai menggunakan metode *energy psychologi* dalam proses terapi yaitu suatu metode yang menggunakan energi tubuh klien dalam proses penyembuhan klien...mulai dari pembersihan emosi emosi negatif...yang menjangkau alam bawah sadar klien ,proses penyadaran dan penerimaan dan melancarkan aliran energi tubuh klien sehingga klien lebih cepat merasa nyaman baik fisik maupun perasaannya. Proses terapi energi psychologi ini juga di gabungkan dengan proses hipnoterapi yg jg menggunakan komunikasi alam bawah sadar yg membimbing klien mencapai frekuensi alfa atau teta nya sehingga klien mampu menemukan ingatan ingatan alam bawah sadarnya yg sengaja ia lupakan.”*

Namun adapula hambatan komunikasi yang terjadi dalam proses

penyembuhan pasien penderita depresi adalah

1. Klien kurang bisa mengkomunikasikan perasaannya dengan tepat
2. Klien menutupi perasaannya dengan mengatakan hal sebaliknya
3. Klien mengatakan bahwa dia baik baik saja dan tidak ada yang salah biasanya yang membawa klien berkonsultasi adalah keluarga.
4. Klien memproyeksikan perasaannya pada orang lain.
5. Kurangnya waktu untuk konsultasi di setiap sesi sehingga kadang ada klien yang merasa kurang puas karena harus terhenti untuk di lanjutkan ke sesi berikutnya.
6. Klien yang terlalu banyak bicara pada hal-hal yang bukan berkaitan dengan masalahnya.
7. Klien yang tidak mau bicara sama sekali sehingga membutuhkan waktu untuk bisa menggali masalahnya.

Namun, semua hambatan tersebut bagi terapis/psikolog adalah suatu tantangan dan menuntut kreatifitas.



Gambar 1. Proses wawancara dengan narasumber

GYpun mengutarakan pendapatnya mengenai tingginya kasus penderita gangguan jiwa yang dari tahun ke tahun selalu meningkat hal ini di sebabkan oleh berbagai faktor baik dari kualitas mental individu sendiri yang di mulai dari proses pengasuhan dan pendidikan yang di terimanya sejak dini akan membentuk kualitas fisik dan mental seseorang, kemudian pengalaman pengalaman negatif yang di alami oleh seseorang juga akan sangat berpengaruh pada muncul atau tidaknya gangguan mental pada seseorang, selain itu faktor lingkungan yang memberikan tekanan juga akan sangat berpengaruh,

Kemudian faktor informasi dan teknologi juga dapat memberikan pengaruh negatif pada seseorang yang juga bisa menyebabkan munculnya masalah emosi dan perilaku. Sehingga, dengan banyaknya faktor luar dan kualitas mental yang kurang kokoh pada seseorang selama masa pertumbuhan dan perkembangannya dapat menyebabkan banyaknya muncul

masalah masalah emosional dan perilaku saat ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dan penelitian sesuai dengan permasalahan dan tujuan dari peneliti, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Komunikasi interpersonal terapis dalam proses penyembuhan pasien sangat diperlukan, karena dari komunikasi itulah terapis dapat mengetahui permasalahan yang diderita pasien, dan dari komunikasi juga terapis membantu proses penyembuhan.
2. Diawali dengan menjalin hubungan baik atau rapport yang baik terlebih dahulu agar pasien merasa nyaman menceritakan keluh kesahnya, karena jika sudah tahu apa permasalahan yang diderita pasien, psikolog bisa mengambil tindakan untuk pemulihan pasien tersebut.
3. Terapis memberikan dukungan, saran, serta motivasi agar pasien dapat pulih kembali dan merasa masih ada yang peduli dengannya, karena sebenarnya pasien yang mengidap gangguan depresi ini sangat membutuhkan dukungan, mau itu dukungan keluarga, lingkungan, dan dukungan lainnya.

4. Komunikasi yang harusnya didapat pasien pastinya komunikasi yang sehat, tidak di anjurkan untuk menjudge pasien atau mengkritiknya, tetapi harusnya lebih mengarah kesaran atau motivasi.

DAFTAR PUSTAKA

- AW, Suranto, *Komunikasi Interpersonal*, Yogyakarta: Graha ILMU , 2011
- Effendy, Onong Uchjana , *Ilmu Teori dan Filsafat Komunikasi*, Bandung:PT.Cipta Aditya Bakti
- Bungen, Burhan. 2006.*Analisis Data Kualitatif*. Jakarta : PT.Raja Grafindo Persada.
- Dagun, Save M. 1990. *Psikologi Keluarga*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Devito. Joseph A. 1997. *Komunikasi Antar Manusia (Alih Bahasa : Agus Maulana)*. Jakarta : Professional Books.
- Halgin, Richard P dan Whitbourne,Susan Kraus. *Abnormal Pyschology: Clinical Perspective On Psychology Disorder*,New York:McGraw Hill, 2007
- Muhammad Salahuddin, *Peran Keluarga Terhadap Proses Penyembuhan Pasien Gangguan Jiwa* (Malang: Fakultas Psikologi UIN) 2009
- Putri Rachmania, *Pola Komunikasi Dokter Terhadap Pasien Dalam Proses Penyembuhan di Klinik Makmur Jaya*(Jakarta FIDKOM UIN, 2011)
- Videbeck Sheila.L. Buku Ajar Keperawatan: *Psychiatric Mental Health Nursing*, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran, 2008