BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu umumnya memiliki perilaku dan kebiasaan yang dipertahankan. Terdapat aspek yang beragam pada perilaku dan kebiasaan ini, seperti dalam hal kebersihan, kerapian, kesehatan, pekerjaan, dan lain-lain. Kebiasaan yang dilakukan oleh individu didorong oleh pikiran yang timbul. Apabila pikiran ini bersifat irasional, terus berulang dan terus menganggu maka bukan tidak mungkin akan berdampak pada aktivitas sehari-hari hingga menimbulkan kecemasan bagi individu. Pikiran yang mengganggu dapat menjadi permasalahan yang dikategorikan sebagai gangguan jika individu tersebut tidak dapat mengendalikannya. Pikiran yang mengganggu dan terus berulang ini memengaruhi individu tidak hanya dengan menghabiskan sebagian besar waktu mereka, tetapi juga menyebabkan tekanan yang nyata serta gangguan fungsional.[1] Gangguan fungsional ini berpengaruh terhadap keseharian individu dalam menjalankan aktivitas.

Pikiran irasional yang mengganggu dan menimbulkan kecemasan ini terkait dengan gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan dapat menyebabkan individu mencoba menghindari situasi yang memicu atau memperburuk gejala. Terdapat

[1] Khafifah Ali, "Obsessive Compulsive Disorder (OCD)," *Obsessive Compulsive Disorder* 3 (forthcoming).

beberapa jenis gangguan kecemasan, salah satu bentuk gangguannya adalah *Obsessive Compulsive Disorder* (OCD) yaitu gangguan kecemasan saat seseorang memiliki keinginan, sensasi, atau ide yang tidak diinginkan dan berulang yang menguasai pikirannya (obsesi). Untuk meredakan kecemasan yang timbul dari obsesi ini, individu merasa perlu melakukan upaya atau tindakan tertentu yang dilakukan secara berulang kali (kompulsi).[2] Maka diagnosa OCD ini berupa pikiran obsesi yang disertai tindakan kompulsi sebagai upaya individu dengan OCD untuk mengurangi kecemasan.

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-V (DSM V) menyebutkan bahwa *Obsessive Compulsive Disorder* (OCD) merupakan pikiran, desakan, atau gambaran yang berulang dan terus-menerus yang dialami, pada suatu waktu selama gangguan, sebagai sesuatu hal yang mengganggu, tidak diinginkan, dan yang pada sebagian besar individu menyebabkan kecemasan atau tekanan yang nyata.[3] OCD berupa gangguan mental kronis yang ditandai dengan pikiran obsesif dan perilaku kompulsif.

Pikiran obsesif adalah pikiran yang tidak diinginkan, berulang, dan mengganggu yang menyebabkan kecemasan dan *distress*. Perilaku kompulsif adalah perilaku berulang yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan yang

---

[2] Muhamad Ansorullah, Pembatalan Perkawinan Akibat Penyakit *Obsessive Compulsive Disorder* (Ocd Menurut Madzhab Syafi'i, Madzhab Hanafi Dan Uu Di Indonesia (Studi Putusan Nomor 312/Pdt.G/2022/Pa.Bgr) , (2024).

[3] *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders: Dsm-5*, 5th Ed (Washington: American Psychiatric Association, 2013).

disebabkan oleh pikiran obsesif. Gangguan kecemasan ini merupakan salah satu gangguan kepribadian yang dapat muncul dikarenakan *distress*.[4] *Distress* adalah stress negatif yang timbul ketika indivitu tidak mampu melalui tekanan atau tantangan yang dihadapi, ditandai dengan perasaan tidak nyaman, cemas, dan gelisah, yang jika berkelanjutan dapat merusak kesehatan mental yang merupakan kebalikan dari *eustress*.

Sebelumnya OCD termasuk dalam gangguan kecemasan *Anxiety Disorder*, tetapi sekarang dianggap menjadi suatu gangguan dengan kekhususan tersendiri.[5] OCD menjadi peringkat keempat dari gangguan jiwa setelah fobia, gangguan penyalah-gunaan zat dan gangguan depresi berat. Berdasarkan data dari Lembaga Kesehatan Mental Nasional tahun 2016, prevalansi dari OCD pada populasi umum yaitu 2- 3%, pada sepertiga pasien berusia 20 tahun, umumnya pada laki-laki sekitar 19 tahun dan perempuan sekitar 22 tahun.[6] OCD yang terjadi pada remaja umumnya lebih banyak dialami oleh laki-laki.[7] Hal ini disebabkan multifaktorial mencakup faktor biologi, faktor perilaku dan faktor psikososial.[8]

---

[4] Rahmawati, Bangun Yoga Wibowo, Wika Hardika Legiani, Studi Deskriptif Orang Dengan Obsesive Compulsive Disorder Dan Hubungan Interpersonal Dalam Keluarga," Vol. 2, No.1, (2019)

[5] Sefti Rohana, Tri Hastono, And Sunggito Oyama, "Sistem Pakar Diagnosa Gangguan Obsessive Compulsive Disorder (Ocd) Menggunakan Metode Forward Chaining Berbasis Web" 11, No. 1 (2022).

[6] National Institute Of Mental Health, "Obsessive-Compulsive Disorder," Www.Nimh.Nih.Gov, 2016. Https://Www.Nimh.Nih.Gov/Health/Topics/Obsessivecompulsive-Disorder- Ocd/Index.Shtml.

[7] Warih Andan Puspitosari, "Terapi Kognitif Dan Perilaku Pada Gangguan Obsesif Kompulsif" 9, No. 2 (2009).

[8] Sadock B.J. And Sadock V.A.(Eds), 2000, Kaplan And Sadock's Comprehensive Textbook Of Psychiatry, 7thed, Lippincott Williams And Wilkins, Philadelphia.

Pasien dengan diagnosa OCD mengalami kendala untuk mengendalikan pikiran yang mengganggu disertai adanya perilaku ritualistik yang dilakukan penderita sebagai cara untuk mengurangi kecemasan atau ketakutannya sehingga menimbulkan penderitaan dan disfungsi yang signifikan dalam kehidupannya sehari-hari.[9] Sehingga individu dengan OCD merasakan ketidaknyamanan dalam kesehariannya disebabkan gejala OCD yang dialami.

Individu yang mengalami OCD juga diketahui sering menutupi gejala mereka, rasa malu membuat mereka berusaha untuk menyembunyikan gejala mereka sehingga menyebabkan keterlambatan diagnosa dan pengobatan.[10] Proses mendiagnosa *Obsessive Compulsive Disorder* yang dimiliki seseorang membutuhkan bantuan profesional. [11] Peran psikolog menjadi penting dalam proses diagnosa hingga pemulihannnya, terlebih jika gejala OCD ini berdampak terhadap keseharian dan kualitas hidup individu.

Penelitian dengan judul *Perceived Quality Of Life In Obsessive-Compulsive Disorder: Related Factors* pada tahun 2006, menyebutkan bahwa individu yang mengalami *Obsessive Compulsive Disorder* juga merasa terkucil dan memiliki

---

[9] Nurul Nafi'atin, Studi Kasus Pada Orang Yang Menunjukan Gejala *Obsessive Compulsif Disorder* Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, (2021), N.D.

[10] I. Heyman, E. Fombonne, H. Simmons, T. Ford, H. Meltzer, And R. Goodman, "Prevalence Of Obsessive-Compulsive Disorder In The British Nationwide Survey Of Child Mental Health," Br. J. Psychiatry, Vol. 179, No. Oct., Pp. 324– 329,2001, Doi: 10.1192/Bjp.179.4.324.

[11] L. Syafaatul And Hamidah, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Obsessive Compulsive Disorder Pada Remaja Putri Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder," J. Psikol. Klin. Dan Kesehat. Ment., Vol. 6, Pp. 71–80, 2017

kualitas hidup yang lebih negatif karena masalah sosial, emosional dan kesehatan mentalnya.[12] Individu dengan OCD memiliki kekhawatiran terjadi penolakan dan penghakiman atas perilakunya.[13] Hal lain yang membuat mereka sering menyembunyikan gejala dan kondisi mereka pada orang lain adalah karena adanya stigma yang mengatakan OCD sebagai penyakit mental.[14] Mereka berjuang melawan pikiran dan perasaan yang mengganggu.

Penelitian terkait OCD oleh Nurul Nafi'atin yang berjudul "Studi Kasus pada Orang yang Menunjukan Gejala *Obsessive Compulsif Disorder*" tahun 2021, terhadap dua orang subjek yang tengah mengalami gejala-gejala *Obsessive Compulsive Disorder*. Melalui wawancara dan observasi, diketahui bahwa orang dengan OCD mempunyai pemikiran-pemikiran irasional yang disadari namun tidak dapat dikontrol individu tersebut. Perilaku tersebut dipengaruhi oleh pembiasaan-pembiasaan melalui proses belajar yang didapatkan subjek dari pola asuh keluarga serta lingkungan sekitar. Kedua subjek merasa bahwa perilaku OCD sangat berpengaruh terhadap terhambatnya aktivitas yang dilakukan dalam kehidupan

[12] Beatriz Rodriguez-Salgado Et Al., "Perceived Quality Of Life In Obsessive-Compulsive Disorder: Related Factors," *Bmc Psychiatry* 6, No. 1 (December 2006): 20, Https://Doi.Org/10.1186/1471-244x-6-20.

[13] Belloch, A., Del Valle, G., Morillo, C., & Carrio, C. (2009). To Seek Advice Or Not To Keep Advice About The Problem: The Help-Seeking Dilemma For Obsessive Compulsive Disorder. Social Psychiatry And Psychiatric Epidemiology. Doi: 10.1007/S00127-008-0423-0

[14] Saragih, Adawiyah, Rancang Bangun Sistem Pakar Mendiagnosa Penyakit *Obsessive Compulsive Disorder* Dengan Metode Dempster Shafer, Jurnal Ilmiah Informatika- Vol. 8 No. 02, (2020)

sehari-hari subjek.[15] Dari penelitian ini diketahui bahwa salah satu faktor OCD adalah proses pola asuh. OCD juga diketahui dapat berpengaruh pada aktivitas keseharian. Sehingga seorang pasien OCD membutuhkan suatu penanganan dan cara yang dapat membuat kualitas hidupnya lebih baik. Hasil dari penelitian terdahulu ini berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan terkait hasil data pendahuluan dan wawancara.

Peneliti melakukan wawancara pendahuluan kepada ibu Ade Fitri Rahmah, M.Psi.,Psikolog, seorang psikolog di Poliklinik Psikologi RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin. Berdasarkan wawancara bersama psikolog, ada pasien yang melakukan konsultasi, yaitu MNK, seorang laki-laki berusia 22 tahun yang merupakan mahasiswa semester akhir di salah satu Universitas di Banjarmasin. Ia diketahui mengalami kecemasan dan cenderung tidak dapat mengendalikan pikiran serta perilakunya yang berulang.

Perilaku kompulsif yang muncul saat ini pada diri MNK seperti mematikan kompor berkali-kali, melakukan pengecekan secara berulang pada saklar lampu dan stop kontak, serta berkali-kali mengunci pintu dan membuat tanda pada tangannya sampai ia merasa sakit supaya merasa yakin. Perilaku kompulsif ini kerap muncul ketika MNK akan ke luar meninggalkan rumah. Di pikirannya yang mengganggu seperti ketakutannya akan terjadi kebakaran jika kompor tetap menyala saat ia pergi.

[15] Nurul Nafi'atin, Studi Kasus Pada Orang Yang Menunjukan Gejala *Obsessive Compulsif Disorder* Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, (2021), N.D.

Jika pikiran-pikiran seperti itu datang saat ia berada di luar rumah, ia biasanya akan berpikir akibatnya seberapa besar akan merugikan orang lain. Pikiran-pikiran negatif tersebut muncul sehingga membuat kecemasan dan ketakutannya datang kembali.

MNK mengalami diagnosa OCD saat ia duduk di kelas 2 SMA dan saat itu ketakutannya adalah mengenai kematian orang lain. Berdasarkan rekam medis dan konseling bersama psikolog, MNK sejak kecil diasuh oleh nenek yang sangat perfeksionis. Apa-apa yang ia lakukan cenderung disalahkan dan selalu diancam dengan ancaman akan ditinggalkan. Saat itu MNK masih kecil dan takut dengan ancaman-ancaman neneknya jika ia melakukan sesuatu hal dengan sembarang dan tidak sesuai dengan standar dari sudut pandang neneknya. Keadaan itu berlanjut hingga neneknya meninggal saat MNK SMA.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Nafi'atin bahwa perilaku orang dengan OCD dapat dipengaruhi oleh pembiasaan-pembiasaan melalui proses belajar yang didapatkan subjek dari pola asuh keluarga serta lingkungan sekitar. Perilaku MNK juga sejalan seperti halnya yang disampaikan sebelumnya dalam DSM V, bahwa OCD ditandai dengan adanya pikiran obsesif yang tidak diinginkan secara berulang dan terus-menerus disertai dengan perilaku kompulsif.[16]

[16] Rahmah Ade Fitri, Psikolog Klinis, Banjarmasin, 21 Agustus 2024

Begitu pula dengan DAP, seorang perempuan yang saat ini berkuliah di salah satu perguruan tinggi negeri di Banjarmasin. Ia merupakan salah satu pasien di Poliklinik Psikologi RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin yang diketahui telah didiagnosa OCD oleh psikolog. Berdasarkan informasi yang disampaikan psikolog, bahwa sejak kecil ada pembiasaan pengasuhan orangtua di mana DAP terlalu banyak dikontrol dan diatur harus sesuai standar orang tuanya. Perilaku kompulsi yang muncul adalah terkait keinginan untuk meraih kesempurnaan dan kesesuaian menurut standar diri DAP, seperti dalam hal kebersihan dan ibadah. Pikiran irasional juga muncul berulang dan menimbulkan kecemasan terhadap ketidaksempurnaan, sehingga untuk mereduksi rasa cemasnya, DAP kerap melakuan perilaku berulang yang menurutnya sebagai tindakan untuk menjadi sempurna sesuai standar yang dirinya buat. Ada perasaan was-was, gelisah, dan tidak tenang jika tidak segera melakukan pengulangan. Hal ini membuatnya lelah dan lambat dalam melakukan semua aktivitas.

Berbeda dengan seorang perempuan dewasa awal berinisial ZW, seorang karyawati di RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada psikolog yang menanganinya, saat ZW mengerjakan tugasnya dalam bekerja ia kerap melakukannya secara berulang-ulang dikarenakan merasa hasil pekerjaannya kurang tepat sehingga menghambatnya melakukan aktivitas lain.

Berdasarkan data wawancara pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada psikolog di Poli Psikologi RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin, diketahui bahwa MNK, DAP, dan ZW mendapatkan diagnosa OCD oleh psikolog di RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin dengan gejala seperti pikiran irasional yang muncul berulang yang menghasilkan kecemasan. Sehingga untuk mereduksi rasa cemas tersebut menyebabkan perilaku berulang pada pasien. Semua subjek telah melakukan konsultasi psikologi sebelum mendapat diagnosa.

Wawancara pendahuluan terhadap psikolog yang menangani pasien dengan OCD ini menunjukkan bahwa OCD berdampak terhadap keseharian pasien terlebih saat mereka harus melakukan tindakan kompulsi sebagai reaksi dari pikiran obsesifnya. OCD berpengaruh pada semua aspek kualitas hidup individu dan berhubungan dengan tingkat keparahannya.[17] Penderita diagnosa OCD cenderung melakukan pengulangan atau fiksasi dalam menyelesaikan segala sesuatu atau tugas dengan sempurna dan benar, sehingga ia memiliki tingkat kecemasan yang luar biasa dan berfikir sangat detail, memiliki pola pervasif dengan keteraturan dan perfeksionisme.[18] Hal ini kemudian berdampak pada bagaimana individu dengan OCD menjalani kehidupan dan kesehariannya.

---

[17] Jane L. Eisen Et Al., "Impact Of Obsessive-Compulsive Disorder On Quality Of Life," *Comprehensive Psychiatry* 47, No. 4 (July 2006): 270–75, Https://Doi.Org/10.1016/J.Comppsych.2005.11.006.

[18] Pieter, H. Z., Janiwarti, B & Saragih, Ns.M. 2011. Pengantar Psikopatologi Untuk Keperawatan. Jakarta : Kencana

OCD dapat memberikan dampak signifikan terhadap kehidupan individu, termasuk bagaimana ia memandang dirinya sendiri, hubungan interpersonal, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Hubungan interpersonal pasien dengan diagnosa OCD seringkali buruk karena sifat keras kepala dan menuntut agar segala sesuatu dilakukan dengan cara mereka. Akhirnya seseorang yang mengalami diagnosa OCD merasa tidak bahagia, tidak memiliki waktu untuk bersenang-senang, selalu cemas hingga melupakan hal-hal kecil.[19] Hal ini dapat membuat mereka sulit untuk fokus pada hal positif tentang diri mereka sendiri.

Penting bagi individu dengan diagnosa OCD untuk lebih mengapresiasi dirinya sendiri dan mulai mencintai diri, termasuk kekurangan yang dimiliki agar tidak hanya fokus pada gangguan yang dialami dan tidak hanya fokus pada kekurangannya. Mencintai diri sendiri atau *self love* adalah suatu bentuk apresiasi terhadap diri sendiri yang sifatnya dinamis, tumbuh dari tindakan yang mendukung pertumbuhan fisik, psikologis, dan spiritual.[20] Adanya *self love* sebagai cara untuk membantu pasien dengan OCD untuk fokus pada hal-hal positif yang ada pada dirinya dengan pendekatan psikologi positif.

Self love merupakan sikap kebaikan terhadap diri sendiri yang dapat dipelajari dan diperdalam. Individu yang telah menerapkan *self love* akan berusaha untuk

[19] Hartini Mudarsa, "Dampak Gangguan Obsesif Kompulsif Disorder Pada Aktivitas Perkuliahan" 1, No. 1 (2021).

[20] Khoshaba (2012), Self-Love Dalam Perspektif Islam (Menjaga Kesehatan Mental Dan Mengoptimalkan Potensi, Yogyakarta, Uin. 45

memahami dan menghadapi dirinya sendiri, menerima kekuatan dan kekurangan diri sendiri, serta mau untuk merawat dirinya sendiri dan membentuk hubungan yang sehat secara sadar dan aktif.[21]

Self love atau mencintai diri sendiri merupakan salah satu bentuk harga diri yang sangat penting dalam pembentukan kesehatan mental. Mencintai diri sendiri bukan hanya tentang menghargai diri sendiri, tetapi juga tentang memperlakukan diri dengan baik dan percaya pada diri. Para cendekiawan China mempercayai bahwa *self love* tidak hanya merawat tubuh dengan baik, menghargai reputasi yang dimiliki dengan memperhatikan struktur kata-kata yang akan diucapkan, tetapi juga menghargai dan menghormati tubuh, karakter, kemampuan, posisi, serta masa depan diri sendiri. *Self love* juga mempunyai arti menahan diri. Dalam pandangan tersebut, individu yang mencintai diri sendiri tidak akan melakukan sesuatu yang membahayakan tubuh, termasuk juga tidak akan merusak reputasi yang dimiliki.[22] Maka individu yang memiliki *self love* akan menjaga dirinya sendiri dan memperlakukan diri dengan baik.

Self love merupakan faktor penting dalam kesehatan mental dan kesejahteraan hidup. Mencintai diri sangat berpengaruh terhadap bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Penerapan *self love* sangat penting bagi kehidupan

---

[21] Henschke, E., & Sedlmeier, P. (2021). What Is Self-Love? Redefinition Of A Controversial Construct. *The Humanistic Psychologist* .Advance Online Publication. Http://Dx.Doi.Org/10.1037/Hum0000266

[22] Li Ming Xue Et Al., "*A Qualitative Exploration Of Chinese Self-Love*," *Frontiers In Psychology* 12 (March 29, 2021): 585719, Https://Doi.Org/10.3389/Fpsyg.2021.585719.

karena *self love* sendiri bisa membantu menjaga kesehatan mental dan menurunkan resiko gangguan pada kondisi psikologis. *Self love* menjadikan seseorang lebih mudah berdamai dengan diri tanpa perlu terus-menerus membanding-bandingkan diri dengan orang lain.[23] *Self love* dapat membantu seseorang untuk lebih mudah menerima diri sendiri dan tidak terlalu terobsesi dengan perbandingan sosial. Ketika seseorang mencintai dirinya sendiri, ia cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dan lebih mampu menghargai kelebihan dan kekurangan diri, tanpa merasa tertekan untuk selalu memenuhi standar orang lain.

Ketika individu mampu mencintai diri sendiri, mereka cenderung lebih mampu mengelola emosi negatif dan tidak terjebak dalam siklus pikiran obsesif yang merugikan. Maka terasa perlu sekali penerapan *self love* dengan tujuan dapat membantu individu dengan diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder* untuk lebih mengenal dirinya, menyayangi dirinya, percaya diri, dan dapat membuat mereka menghindari untuk melakukan perilaku berisiko.[24] Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik meneliti lebih lanjut dengan penelitian yang berjudul "**Gambaran *Self Love* pada Pasien dengan Diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder* di RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin**."

---

[23] Anissa Khumairoh Et Al., "*Self Love* Pada Remaja SMA," *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Sosial, Politik Dan Humaniora* 3, No. 1 (January 12, 2024): 215–21, Https://Doi.Org/10.55606/Jurrish.V3i1.2476.

[24] Elsa Nadia Rani Et Al., "Pentingnya *Self Love* Serta Cara Menerapkannya Dalam Diri," *Science And Education Journal (Sicedu)* 1, No. 2 (October 30, 2022): 480–86, Https://Doi.Org/10.31004/Sicedu.V1i2.70.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti merumuskan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *self love* pada pasien dengan diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder*?
2. Faktor apa saja yang mempengaruhi *self love* pada pasien dengan diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder*?

C. Tujuan Penelitian

1. Mendeskripsikan gambaran *self love* pada pasien dengan diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder*.
2. Mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi *self love* pada pasien dengan diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder*.

D. Signifikansi Penelitian

Signifikansi dalam penelitian ini dapat dilihat dalam dua aspek, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini dapat menambah kajian literatur tentang gambaran *self love* pada individu atau pasien yang mengalami gangguan mental seperti OCD. Dengan memahami bagaimana gambaran *self love* berperan dalam pengalaman OCD, kita dapat memperkaya pemahaman kita tentang dinamika gangguan ini.

2. Manfaat Praktis

   Penelitian tentang gambaran *self love* pada pasien OCD memiliki potensi untuk memberi masukan bagi tenaga kesehatan untuk intervensi

psikologis berbasis *self love* dalam meningkatkan kualitas hidup individu dengan gangguan ini. Dengan memahami gambaran *self love* pada pasien dengan OCD, kita dapat mengembangkan intervensi yang lebih efektif, meningkatkan kesadaran masyarakat, dan menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi pasien dengan diagnosa OCD.

a. Bagi Pasien dengan diagnosa OCD

Dalam peningkatan pada pemahaman diri, pasien dapat mengenali pola hubungan antara pikiran obsesif, tindakan kompulsif, dan gambaran *self love* pada diri mereka. Hasil penelitian dapat memberikan kontribusi bagi pasien agar lebih memahami dirinya dan terhadap gangguan yang dideritanya. Pemahaman positif ini bisa membuat pasien lebih bersemangat untuk menumbuhkan *self love*, meningkatkan kualitas hidupnya, serta bisa menjalani kehidupan sebagai individu yang lebih sehat dan bahagia.

b. Bagi Peneliti

Adanya penelitian ini dapat memberikan kontribusi berupa deskripsi terkait gambaran *self love* pasien dengan diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder*. Setiap proses penelitian ini dapat meningkatkan keterampilan penelitian dan analisis data peneliti.

E. Batasan Istilah

Untuk mengindari kesalahan dalam penafsiran atau menggambarkan maksud yang terkandung dalam judul penelitian, maka peneliti memaparkan beberapa istilah berikut:

1. *Self love*

   Menurut Erich Fromm dari bukunya yang berjudul *The Art of Loving*, cinta diri bukan suatu hal yang salah, cinta diri sendiri merupakan kebajikan, sebab kita sendiri merupakan objek dari cinta.[25] Kita objek dari perasaan-perasaan dan sikap kita.[26] Rasa cinta terhadap diri sendiri pada pasien OCD melalui penerimaan diri yang positif, penghargaan terhadap diri sendiri, dan sikap positif terhadap diri sendiri, yang dicerminkan dalam pikiran, perasaan, dan perilaku sehari-hari.

   Self love yang dimaksud dalam penelitian ini adalah gambaran rasa cinta terhadap diri sendiri pada pasien OCD yang akan digali melalui proses wawancara dengan mengacu pada aspek *self love* yang dikemukakan oleh Mutiwaseka yaitu *self-awareness* (kesadaran diri), *self-esteem* (harga diri), *self-worth* (penilaian diri) dan *self-care* (perawatan diri).[27]

2. Pasien dengan Diagnosa *Obsessive Compulsive Disorder*

---

[25] "Erich-Fromm_The-Art-Of-Loving.Pdf," n.d.

[26] Nyimas Safirna Salsabila Wiharja, "Konsep Cinta Diri Menurut Erich Fromm," (2020) N.D.

[27] Mutiwaseka, S.-L. (2019, November 12). Self-Love. Psychology Today. Retrieved December 30, 2020,From Https://Www.Psychologytoday.Com/Us/Blo G/The-Upside-Things/201911/Self-Love

Individu yang telah didiagnosa mengidap OCD oleh psikolog atau profesional kesehatan mental yang kompeten, berdasarkan kriteria diagnostik *dalam Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-V). Dibuktikan dengan rekam medis pasien yang menunjukkan diagnosa OCD. Pasien atau penderita OCD mengalami kesulitan untuk mengendalikan pikiran yang mengganggu disertai adanya perilaku ritualistik yang dilakukan sebagai cara untuk mengurangi kecemasan atau ketakutannya sehingga menimbulkan rasa terganggu dan ketidaknyamanan dalam menjalani kehidupannya sehari-hari.

Gangguan ini ditandai dengan kemunculan pikiran obsesif (berulang dan terus-menerus) yang bersifat mengganggu sampai menyebabkan kesulitan dan kecemasan pada diri pasien. OCD adalah gangguan mental yang ditandai dengan pikiran-pikiran yang tidak diinginkan dan berulang (obsesi) yang menyebabkan kecemasan intens. Untuk mengurangi kecemasan ini, penderita OCD sering melakukan tindakan berulang (kompulsi). Pikiran obsesif dan perilaku kompulsif oleh sebagian besar pasien muncul sebagai suatu rangkaian sehingga gangguan ini disebut sebagai *Obsessive Compulsive Disorder*.[28]

Dalam penelitian ini, subjek yang akan diteliti adalah individu yang telah mendapatkan diagnosa mengidap diagnosa OCD oleh tenaga profesional

[28] Sawitri Supardi Sadarjoen Et Al., "Pedoman Nasional Pelayanan Psikologi Klinis," Penerbit Ipk Indonesia, (2021), N.D.

atau psikolog yang dibuktikan dengan surat pernyataan diagnosa berupa rekam medis dari psikolog klinis.

F. Penelitian Terdahulu

Sebagai bahan perbandingan serta menghindari anggapan kesamaan pada penelitian ini, maka peneliti mencantumkan hasil-hasil penelitian terdahulu sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Nurul Nafi'atin yang berjudul "Studi Kasus pada Orang yang Menunjukan Gejala *Obsessive Compulsive Disorder*" tahun 2021, merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan pada dua subjek yang sedang mengalami gejala-gejala OCD. Sumber data yang digunakan adalah sumber data primer dan sumber data sekunder. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang dengan OCD memiliki pemikiran-pemikiran irasional yang disadari namun tidak dapat dikontrol individu tersebut. Perilaku tersebut dipengaruhi oleh pembiasaan-pembiasaan melalui proses belajar yang didapatkan subjek dari pola asuh keluarga serta lingkungan sekitar. Kedua subjek merasa bahwa perilaku OCD sangat berpengaruh terhadap terhambatnya aktivitas yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari

subjek.[29] Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti terdapat pada subjek dan lokasi penelitian berbeda serta tidak menganalisis terkait gambaran *self love* pada diri subjek. Adapun persamaannya terdapat pada variabel yang digunakan sama yaitu *Obsessive Compulsive Disorder*.

2. Penelitian oleh Rahmawati, Bangun Yoga Wibowo, dan Wika Hardika Legiani yang berjudul "Studi Deskriptif Orang dengan *Obsesive Compulsive Disorder* dan Hubungan Interpersonal dalam Keluarga" tahun 2019. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif berbentuk deskriptif phenomenologi. Populasi yang diambil dengan karakteristik responden OCD dan anggota keluarga responden, sampelnya berjumlah 2 orang responden dan keluarganya secara *purposive sampling.*

   Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat masalah bagi pasangan orang dengan OCD dan ada beberapa keluhan yang menimbulkan permasalahan hubungan interpersonal dengan pasangan. Perilaku yang dianggap menimbulkan masalah bagi pasangan saat perilaku OCD muncul seperti responden memaksakan orang lain melakukan perbuatan yang sama yang dianggapnya benar.[30] Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan

[29] Nurul Naf'atin, Studi Kasus Pada Orang Yang Menunjukan Gejala *Obsessive Compulsif Disorder* Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, (2021), N.D.

[30] Rahmawati, Bangun Yoga Wibowo, Wika Hardika Legiani, Studi Deskriptif Orang Dengan Obsesive Compulsive Disorder Dan Hubungan Interpersonal Dalam Keluarga," Vol. 2, No.1, (2019)

dilakukan peneliti terdapat pada subjek dan lokasi penelitian berbeda serta metode penelitian yang digunakan metode deskriptif phenomenologi kualitatif, penelitian ini juga tidak menganalisis terkait gambaran *self love* pada diri subjek. Adapun persamaannya terdapat pada variabel yang digunakan sama yaitu *Obsessive Compulsive Disorder*.

3. Penelitian oleh Sherlia Nailus Salamah dan Nurul Lail Rosyidatul Muámmaroh yang berjudul "Pengendalian Diri pada Penderita OCD" tahun 2021. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penderita OCD memiliki karakteristik yang berbeda, sehingga menyebabkan perilaku dan pengendalian diri yang dilakukan berbeda pula. Setiap perilaku pengendalian diri dapat dikategorikan ke dalam beberapa aspek

   Dari tiga aspek pengendalian diri yang umum dilakukan oleh subjek penelitian adalah aspek kontrol perilaku. Di mana subjek lebih mampu mengendalikan gangguannya dengan cara memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan menjadi sesuatu yang tetap bisa dilakukan. Oleh karena itu, penderita OCD lebih mudah melakukan aktivitas sehari-hari.[31] Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti terdapat pada subjek dan lokasi penelitian berbeda serta tidak menganalisis terkait gambaran

[31] Sherlia Nailus Salamah, "Pengendalian Diri Pada Penderita Ocd," *Psikodinamika - Jurnal Literasi Psikologi* 1, No. 1 (April 20, 2021): 41–56, Https://Doi.Org/10.36636/Psikodinamika.V1i1.552.

self love pada diri subjek. Adapun persamaannya terdapat pada variabel yang digunakan sama yaitu *Obsessive Compulsive Disorder*.

4. Penelitian oleh Cherise Ventresca, Debora Basaria dan Untung Subroto yang berjudul "Gambaran Kontrol Diri pada Penderita *Obsessive Compulsive Disorder* di Masa Pandemi Covid-19" tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan subjek penelitian ini terdiri dari 3 orang penderita OCD jenis *cleaning* berusia 20-40 tahun yang berdomisili di Jabodetabek. Berdasarkan hasil penelitian, dari 3 aspek yang terkandung dalam kontrol diri hanya 1 aspek yang dipenuhi oleh ketiga subjek dalam penelitian ini, yaitu kontrol kognitif.

   Ketiga subjek dalam penelitian ini memenuhi aspek kontrol kognitif dengan melakukan *self-reassurance*, mempertimbangkan dampak dari perilaku kompulsi, dan mengevaluasi sisi positif dari situasi yang sedang mereka hadapi. Sedangkan 2 aspek kontrol diri lainnya, yaitu kontrol perilaku hanya dipenuhi oleh 1 dari 3 orang subjek dan kontrol keputusan hanya dipenuhi oleh 2 dari 3 orang subjek.[32] Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti terdapat pada subjek dan lokasi penelitian berbeda serta metode tidak menganalisis terkait gambaran *self love* pada diri subjek. Adapun persamaannya terdapat pada variabel yang digunakan sama yaitu *Obsessive Compulsive Disorder*.

[32] Cherise Ventresca, Debora Basaria, And Untung Subroto, "Gambaran Kontrol Diri Pada Penderita *Obsessive Compulsive Disorder* Di Masa Pandemi Covid-19" 6, No. 2 (N.D.).

5. Penelitian oleh Elsa Nadia Rani, Irgiano Sulistiawan, Resky Dwi Yunita, Rizqi Alif Ifsyaussalam, Vera Ariyani, dan Yoga Dwi Wijaya yang berjudul "Pentingnya *Self love* Serta Cara Menerapkannya dalam Diri" tahun 2022. Jenis jenelitian ini adalah studi fenomenologi kualitatif deskriptif. Subjeknya adalah remaja wanita usia 18-22 tahun yang aktif sebagai pengguna Instagram di Kelurahan Teratai, Kec. Muara Bulian. Teknik mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah observasi menentukan informan yang tepat dan wawancara mendalam sampai dokumentasi.

   Diketahui bahwa beberapa remaja di sana menunjukkan kurangnya motivasi dan komitmen untuk mengikuti setiap kegiatan yang dilaksanakan oleh pihak Minomartani, banyak menggunakan waktu untuk bermain gadget, tidak percaya diri, merokok, mengonsumsi alkohol, adanya remaja yang melakukan seks pranikah hingga melakukan pernikahan dini yang semua termasuk dalam jenis perilaku beresiko yang berpotensi memberikan dampak buruk buat para remaja. Penyebab para remaja melakukan hal-hal negatif yang dapat merugikan diri sendiri tersebut, salah satunya disebabkan karena kurang mencintai diri sendiri.

   Dari fenomena-fenomena yang ada di masyarakat, maka terasa perlu sekali penerapan *self love* diberikan dengan tujuan dapat membantu para remaja lebih mengenal dirinya, menyayangi dirinya, percaya diri, dan dapat membuat

mereka menghindari untuk melakukan perilaku berisiko.[33] Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti selain dari lokasi penelitian adalah tidak adanya pembahasan subjek dengan diagnosa OCD. Dan persamaannya terdapat pada variabel yang digunakan sama yaitu *self love.*

Adapun penelitian yang dirancang ini akan mengisi gap penelitian yang belum ada, dikarenakan di Indonesia sendiri belum ada yang meneliti terkait gambaran *self love* dengan subjek merupakan orang yang didiagnosa *Obsessive Compulsive Disorder* langsung oleh tenaga profesional seperti psikolog. Penelitian ini akan menjadi penelitian pertama yang membahas gambaran *self love* dan pengaruhnya pada orang dengan diagnosa OCD.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan yaitu berupa gambaran dan informasi mengenai penelitian yang akan dilakukan dan dibahas pada tiap-tiap bab. Penulisan skripsi ini mencakup 5 bab, yaitu:

Bab I meliputi pendahuluan, meliputi latar belakang masalah yang berjudul Gambaran *Self Love* pada Pasien dengan *Diagnosa Obsessive Compulsive Disorder* di RSUD Sultan Suriansyah Banjarmasin, adanya rumusan masalah, tujuan

[33] Elsa Nadia Rani Et Al., "Pentingnya *Self Love* Serta Cara Menerapkannya Dalam Diri," *Science And Education Journal (Sicedu)* 1, No. 2 (October 30, 2022): 480–86, Https://Doi.Org/10.31004/Sicedu.V1i2.70.

penelitian, manfaat penelitian, batasan istilah, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II meliputi landasan teori yang berkaitan dengan variabel yang akan diteliti, memuat tentang konsep *self love,* definisi *self love*, aspek-aspek *self love*, manfaat menerapkan *self love*, faktor yang memengaruhi *self love*, karakteristik individu yang memiliki rasa *self love*, *self love* dalam psikologi Islam, cara islami mencintai diri, definisi OCD, OCD dalam pandangan psikologi Islam, kriteria diagnostik OCD dari DSM-V, faktor-faktor yang mempengaruhi OCD, dampak OCD terhadap kehidupan, dan cara penanganan OCD, serta kerangka penelitian.

Bab III meliputi metode penelitian, yang terdiri dari jenis penelitian, lokasi penelitian, objek dan subjek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab IV meliputi paparan dan pembahasan data penelitian, berisi tentang gambaran umum, pelaksanaan penelitian, hasil penelitian dan pembahasan yang terkait dengan masalah-masalah dalam penelitian ini, temuan penelitian, dan keterbatasan penelitian.

Bab V merupakan bab terakhir dalam penelitian yang berisi simpulan dan rekomendasi, baik itu untuk subjek penelitian, instansi terkait dan penelitian selanjutnya.