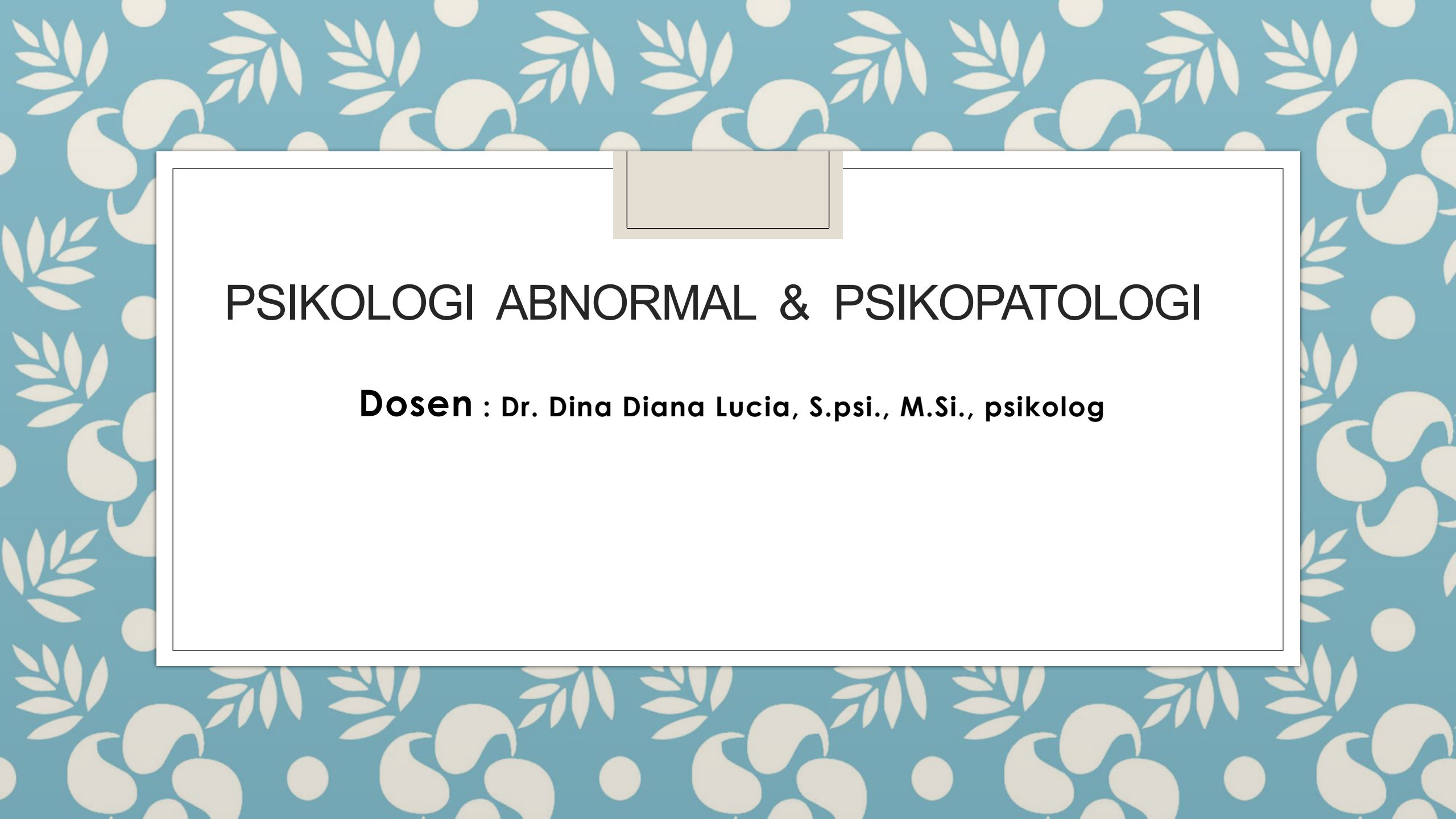


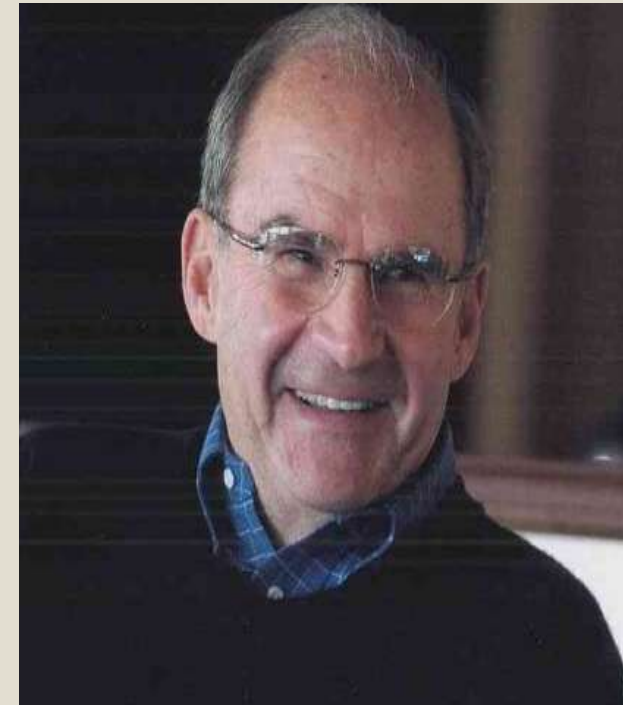
# PSIKOLOGI ABNORMAL & PSIKOPATOLOGI

**Dosen : Dr. Dina Diana Lucia, S.psi., M.Si., psikolog**

# PARADIGMA

Robert Friedrichs

- Paradigma merupakan sekumpulan tata nilai yang membentuk pola pikir seseorang sebagai sebuah titik tolak pandangannya dan membentuk suatu citra subjektif seseorang terhadap realita. Sehingga bisa menentukan cara menangani realita tersebut.



# PARADIGMA

## Baker

- “Seperangkat aturan yang menetapkan atau mendefinisikan batas-batas; dan menjelaskan bagaimana sesuatu harus dilakukan dalam batas-batas tersebut untuk berhasil.”



## PARADIGMA BIOLOGIS

- Secara umum, paradigma biologis menjelaskan bahwa gangguan psikologis berakar pada faktor biologis, terutama **struktur otak, neurotransmitter, dan faktor genetik**. Paradigma biologis ini menekankan bahwa **psikopatologi bukan hanya akibat pikiran/lingkungan**, tetapi juga dipengaruhi oleh dasar biologis.
- Menurut Davison & Neale (2001), paradigma biologis menekankan 5 aspek utama:

# **1. Genetika**

- Faktor keturunan mempengaruhi kerentanan seseorang terhadap gangguan mental.
- Studi keluarga, kembar, dan adopsi digunakan untuk memahami peran gen dalam psikopatologi.

## **2. Kelainan Struktur dan Fungsi Otak**

- Gangguan pada area tertentu otak (misalnya korteks prefrontal, sistem limbik) berhubungan dengan gejala psikologis.
- Contoh: skizofrenia sering dikaitkan dengan pembesaran ventrikel otak.

### **3. Neurotransmitter**

- Ketidakseimbangan zat kimia otak seperti serotonin, dopamin, GABA, norepinefrin.
- Misalnya:  
depresi → kekurangan serotonin & norepinefrin,  
skizofrenia → kelebihan dopamin.

## **4. Sistem Endokrin & Hormon**

- Hormon stres (kortisol) berhubungan dengan kecemasan dan depresi.
- Gangguan tiroid juga dapat mempengaruhi mood dan energi.

## **5. Model Kerentanan-Stres (Diathesis-Stress Model)**

- Genetik memberikan kerentanan (diathesis), tetapi faktor lingkungan/stres menjadi pemicu munculnya gangguan.

## Paradigma Psikoanalitik

- Paradigma ini berakar dari teori **Sigmund Freud** dan dikembangkan lebih lanjut. Intinya, **gangguan psikologis muncul karena konflik ketidak sadaran dalam diri individu**, terutama yang berhubungan dengan dorongan biologis, pengalaman masa kanak-kanak, dan dinamika intrapsikis, yaitu :

# 1. Struktur Kepribadian (Freud)

- **Id** → dorongan instingtual (prinsip kesenangan).
- **Ego** → pengendali realistis (prinsip realitas).
- **Superego** → moral & norma sosial.  
👉 Gangguan muncul bila terjadi konflik antara ketiganya.

## **2. Mekanisme Pertahanan Ego**

- Cara ego melindungi diri dari kecemasan/konflik.
- Contoh:
  - Represi → menekan pengalaman traumatis.
  - Proyeksi → menyalahkan orang lain.
  - Denial → menyangkal realitas.
  - Sublimasi → menyalurkan dorongan tidak diterima ke arah positif.

### **3. Tahap Perkembangan Psikoseksual**

- Freud: oral, anal, falik, laten, genital.
- Fixasi / konflik pada tahap tertentu → gejala psikopatologi saat dewasa.
  - Misalnya: fixasi anal → perfeksionis atau keras kepala.

## **4. Konsep Tak Sadar**

- Pikiran bawah sadar berisi dorongan, trauma, dan konflik masa lalu.
- Gejala abnormal sering merupakan simbolisasi konflik tak sadar.

## **5. Peran Masa Kanak-Kanak**

- Pengalaman awal, khususnya hubungan dengan orang tua, sangat memengaruhi kesehatan mental.
- Trauma atau pola asuh yang buruk → kerentanan psikologis.

**Paradigma psikoanalitik** menekankan bahwa psikopatologi muncul dari konflik intrapsikis yang tidak disadari, pengalaman masa kanak-kanak, serta penggunaan mekanisme pertahanan ego, dan terapi diarahkan untuk menyadarkan serta menyelesaikan konflik tersebut.

## Paradigma Belajar / Behavioristik

- Paradigma ini berangkat dari pandangan bahwa **perilaku abnormal adalah hasil dari proses belajar yang keliru**. Fokusnya bukan pada pikiran atau konflik tidak sadar, tetapi pada **perilaku yang dapat diamati dan hubungan stimulus–respon**.

## 1. Prinsip Dasar

- Semua perilaku (normal maupun abnormal) dipelajari melalui pengalaman.
- Perilaku maladaptif dapat **dipelajari** dan juga bisa **dihapus/dimodifikasi**.

## **2. Jenis Belajar dalam Psikopatologi**

- A. Kondisioning Klasik (Pavlov, Watson) : anjing – saliva - daging
- B. Kondisioning Operan (Skinner) : tikus – menekan tuas - makanan
- C. Belajar Observasional (Bandura) : “bobo doll (perilaku nak yang agresif meniru perilaku ortu

## **A. Kondisioning Klasik (Pavlov, Watson)**

- Perilaku terbentuk melalui asosiasi stimulus.
- Contoh: fobia → anak digigit anjing (stimulus menakutkan) → semua anjing jadi ditakuti.

## **B. Kondisioning Operan (Skinner)**

- Perilaku dipengaruhi konsekuensi (reward & punishment).
- Perilaku abnormal bisa dipertahankan karena mendapat penguatan.
- Contoh: anak sakit pura-pura agar diperhatikan → perilaku terus muncul.

## **C. Belajar Observasional (Bandura)**

- Individu meniru perilaku orang lain (modeling).
- Contoh: anak meniru orang tua yang cemas → ikut berkembang perilaku cemas.

### 3. Faktor Pemelihara

- **Reinforcement** (positif/negatif) mempertahankan perilaku abnormal (anak tantrum dan mendapatkan perhatian)
- **Avoidance learning** → fobia bertahan karena orang terus menghindari situasi menakutkan.

## **Paradigma Behavioristik**

Paradigma behavioristik menekankan bahwa **psikopatologi adalah perilaku maladaptif yang dipelajari melalui kondisioning, penguatan, atau peniruan, dan dapat diubah dengan teknik belajar yang sesuai.**

## **Paradigma Diathesis–Stress**

- Paradigma ini menjelaskan bahwa **gangguan psikologis muncul akibat interaksi antara faktor kerentanan (diathesis) dengan stres lingkungan**

# **1. Diathesis (Kerentanan)**

- Faktor bawaan / predisposisi biologis & psikologis yang membuat seseorang rentan.
- Bisa berupa :
  - Genetik
  - Struktur/fungsi otak
  - Pola kepribadian
  - Trauma masa kecil

## **2. Stres (Pemicu Lingkungan)**

- Peristiwa atau kondisi eksternal yang menekan individu.
- Misalnya: kehilangan orang tercinta, perceraian, kemiskinan, konflik sosial, pekerjaan penuh tekanan.

### 3. Interaksi

- Diathesis **tidak otomatis** menyebabkan gangguan → perlu **stresor** agar gejala muncul.
- Semakin besar kerentanan → semakin sedikit stres yang diperlukan untuk memicu gangguan.

## 4. Implikasi

- Tidak ada satu faktor tunggal yang menyebabkan gangguan mental.
- **Kombinasi biologis + lingkungan** sangat menentukan.

Contoh:

- Seseorang dengan gen predisposisi skizofrenia mungkin sehat → tetapi jika mengalami stres berat (misalnya penggunaan narkoba, konflik keluarga), gejala skizofrenia bisa muncul.

## Paradigma diathesis – stress

Paradigma diathesis–stress menekankan bahwa **psikopatologi adalah hasil interaksi antara kerentanan (biologis/psikologis) dengan stresor lingkungan**, sehingga pendekatan penanganan harus mempertimbangkan keduanya.

**THANK**

**YOU**



