

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap individu dalam dunia ini tentu mengharapkan kehidupan yang normal dan nyaman dalam masyarakat dimana dirinya tinggal. Pembentukan hubungan dan komunikasi merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mewujudkan hal tersebut. Individu harus mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan masyarakatnya untuk dapat membangun hubungan tersebut. Namun hal ini menjadi sesuatu yang berbeda dan dapat dikatakan berat bagi individu yang memiliki masalah tersendiri pada dirinya. Salah satunya adalah bagi mereka yang mengalami sebuah gangguan kesehatan mental yaitu Gangguan Bipolar.

Gangguan Bipolar atau penyakit gangguan bipolar adalah suatu penyakit gangguan suasana hati (*mood*) atau perasaan yang sangat ekstrim dengan dua kutub depresi (perasaan sedih berlebihan) dan mania (perasaan bahagia berlebihan) yang mengganggu keberfungsian sosial individu dan merupakan pemicu kuat upaya bunuh diri penderitanya. Penyakit ini termasuk penyakit otak yang menyebabkan perubahan-perubahan yang tidak biasa pada suasana hati, energi, aktivitas, dan kemampuan untuk melakukan tugas-tugas harian. Perasaan mereka mudah naik dan turun secara berlebihan atau ekstrim bila dibandingkan manusia normal pada umumnya.¹

¹ WHO. 2013. Mental Health Journals: Bipolar Disorder. *Washington DC: WHO Publications.*

Berdasarkan data dari WHO pada tahun 2016, di dunia sendiri hampir sekitar 35 juta orang terkena depresi dan hampir 60 juta orang yang terkena bipolar. Sedangkan untuk di Indonesia sendiri berdasarkan data dari Bipolar Care Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 2% masyarakat Indonesia mengalami bipolar atau setara dengan 72.860 orang. Gangguan Bipolar ini rata-rata terjadi pada individu usia 20 tahun, meskipun dapat pula terjadi pada awal masa anak-anak hingga pertengahan usia 40 tahun.²

Gangguan kesehatan mental bipolar ini merupakan sesuatu yang tidak seharusnya dipandang sebelah mata. Para penderita gangguan bipolar merupakan mereka yang sulit untuk menjalankan peran dan fungsi sosialnya disebabkan adanya perubahan sifat yang mendadak tersebut. Terlebih lagi, penderita gangguan bipolar juga sangat rentan memiliki resiko bunuh diri.³ Sehingga dari hal tersebut dapat dikatakan jika kesehatan mental seseorang juga merupakan suatu hal yang penting untuk diperhatikan. Kondisi mental seseorang tidak dapat disamaratakan pada setiap individu karena hal ini berkaitan dengan masalah kesehatan mental yang masih sangat perlu untuk disosialisasikan sebab kurangnya pengetahuan masyarakat.

Berkaitan dengan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gangguan kesehatan mental, kondisi saat ini yang terjadi adalah masih banyak stigma negatif yang hadir di masyarakat mengenai gangguan bipolar ini sendiri. Persoalan stigma

² Keliat, Budi A. & Nasution Riska A. 2019. Peran Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Gangguan Bipolar. *Tesis*. Universitas Indonesia. hlm. 4

³ Banfatin, Franky F. 2013. Identifikasi Peningkatan Keberfungsian Sosial Dan Penurunan Risiko Bunuh Diri Bagi Penderita Gangguan Kesehatan Mental Bipolar Disorder Di Kota Medan Melalui Terapi Pendampingan Psikososial. *Welfare State*. hlm. 4

negatif ini dapat dilihat dari survei yang dilakukan *Depression and Bipolar Support Alliance* (DBSA) terhadap 1.200 responden Amerika mengenai pandangan awam terhadap individu dengan bipolar. Hasilnya menyatakan banyak orang masih perlu diberikan pemahaman mengenai gangguan kesehatan mental bipolar. Satu dari empat orang menyatakan hal-hal negatif tentang individu dengan bipolar. Sebanyak 18 persen menyatakan individu dengan bipolar tak tidak seperti orang pada umumnya. Lalu, 19 persen mengatakan semestinya mereka tak memiliki anak. Ada 26 persen responden yang mengaku dapat mengenali individu dengan gangguan bipolar di tempat kerjanya. Sebanyak 29 persen mengatakan individu dengan gangguan bipolar tidak menjalani kehidupan normal (berperilaku aneh) saat diobati. Lalu, ada dua pertiga responden yang meyakini bipolar sebagai perilaku atau kebiasaan buruk yang melekat pada individu.

Hal ini tentu sangat disayangkan kerana keluarga dan lingkungan sekitar sangat berperan untuk membuat individu dengan gangguan bipolar bisa berdamai dengan kondisinya. Jika tidak, mereka bisa merasa menghadapi masalahnya sendirian, dan tak menutup kemungkinan mencoba keluar dari kondisinya dengan cara yang keliru. Misalnya menenangkan diri dengan zat-zat adiktif. Hal ini seperti sebuah pengalaman yang dimiliki seseorang dengan gangguan bipolar yang memanfaatkan ganja untuk mengurangi kecemasannya mengenai penerimaan sosial bagi dirinya termasuk bersosialisasi.⁴

⁴ Aleem, Ashley, dkk. 2012. *Healthy Living with Bipolar Disorder*. California : International Bipolar Foundation. hlm. 43

Kesadaran akan kesehatan mental juga masih sangat minim di Indonesia. Padahal menurut data Riskesdas tahun 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia diatas 15 tahun mengalami gangguan emosional serta lebih dari 12 juta penduduk berusia diatas 15 tahun mengalami depresi.⁵ Di Indonesia sendiri bipolar mulai banyak dikenal masyarakat berawal ketika artis Marshanda mengunggah video yang cukup banyak menarik perhatian masyarakat sekitar tahun 2014 lalu. Dalam video yang dibagikannya itu dapat terlihat Marshanda mengekspresikan isi hatinya dengan perubahan-perubahan ekspresi mulai dari marah, kemudian sedih, hingga kemudian perlahan menjadi tenang yang sangat menggambarkan perubahan emosi yang sangat ekstrim. Berawal dari viralnya video tersebut, masyarakat melabeling Marshanda sebagai artis dengan perilaku yang buruk, berkepribadian ganda, gila, hingga dianggap kurang beriman dan tidak mengenal tuhan.

Tidak hanya sampai pada kasus Marshanda, sebuah penelitian menyebutkan bahwa stigma terhadap penderita gangguan mental masih sangat besar di Indonesia. Mulai dari dikucilkan oleh masyarakat hingga dianggap aib oleh keluarga sendiri. Stigma seperti itulah yang kemudian mengakibatkan individu yang mengalami gangguan bipolar ini merasa takut, semakin tertekan, dan kemudian putus asa. Terlebih lagi hadirnya stigma-stigma negatif di masyarakat mengenai gangguan bipolar membuat penyintas bipolar enggan untuk berobat dan berkonsultasi dengan ahli.⁶

⁵ Khoiriyah, Rizqiyani & H. Sarah. 2020. Kesehatan Mental Emosional Penderita Kanker Indonesia. *JKMM*. Vol.3 No.2. hlm. 165

⁶ Herdiyanto, Yohanes Kartika, dkk. 2017. Stigma Terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa Di Bali. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 8 No. 2.

Padahal jika dibiarkan kondisi bipolar ini akan menjadi semakin parah dan memungkinkan hadirnya penyakit lain hingga bunuh diri. Hal ini seperti yang diuraikan dalam buku *Healthy Living with Bipolar Disorder* jika gangguan Bipolar adalah faktor resiko utama upaya bunuh diri.⁷ Hal ini turut dikatakan oleh Ketua Seksi Bipolar dan Gangguan Mood lainnya PDSKJI (Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia), Margarita M. Maramis, yang menjelaskan jika tindakan bunuh diri sering kali terjadi saat awal munculnya gangguan dan berhubungan dengan episode depresi berat dan fase disforia agitatif khususnya setelah episode depresi berat terulang. Tercatat sebanyak 4-19% meninggal karena bunuh diri, 20-60% kasus gangguan bipolar pernah mencoba bunuh diri.⁸

Di tengah stigma negatif tersebut, para penyintas bipolar ini kemudian menjadi lebih senang menyembunyikan dirinya dan menutup diri pada orang lain. Padahal berhubungan dengan orang lain menjadi salah satu cara bagi mereka untuk mengurangi kemungkinan munculnya gangguan bipolar itu sendiri. Aktivitas-aktivitas bersama lingkungan sekitar sebenarnya bertujuan untuk memberikan dukungan bagi pengidap bipolar, sehingga diharapkan pengidap bipolar dapat saling berbagi cerita, pengetahuan, inspirasi, dan motivasi. Namun interaksi sosial penyintas bipolar ini justru menjadi terhambat oleh hadirnya stigma-stigma negatif yang dihadirkan masyarakat bahkan terkadang oleh keluarga mereka sendiri. Interaksi sosial sendiri

⁷ Aleem, Ashley, dkk. 2012. *Healthy Living with Bipolar Disorder*. California : International Bipolar Foundation. hlm. 38

⁸ Dome, Peter, dkk. 2019. Suicide Risk in Bipolar Disorder: A Brief Review. *MDPI*. 55. 403. hlm. 2

adalah hubungan timbal balik yang saling mempengaruhi antar individu-individu, individu dengan kelompok, maupun kelompok dengan kelompok. Penyintas gangguan bipolar ini memang sangat perlu untuk menjalani pengobatan, tetapi hubungan dengan lingkungan sekitar mereka juga sangat mempengaruhi. Seperti dijelaskan pada salah satu tulisan kumparan, jika selain terapi yang didampingi oleh para ahli penyintas bipolar juga perlu melakukan *self help* atau pertolongan untuk diri sendiri. Namun diluar itu semua, dukungan keluarga dan teman terdekatlah yang sangat berpengaruh bagi mereka. Hadirnya *support* dapat membuat penderita mampu berdamai dengan kondisinya.⁹ Hal serupa juga dikatakan oleh Agus Sugianto, seorang asisten peneliti CPMH UGM yang memaparkan pengalaman pribadinya sebagai seorang bipolar. Seorang penyintas bipolar yang pernah mengalami pemasangan oleh keluarganya ini mengungkapkan bahwa proses pemulihan untuk bisa menjalani kehidupan normal tidaklah mudah. Namun dukungan sosial sebagai *support system* dari keluarga dan lingkungan terdekat berperan penting dalam proses pemulihan penyintas gangguan bipolar.¹⁰

Akibat kurangnya dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat, salah satu cara yang dapat dilakukan penyintas bipolar untuk dapat terbuka dengan kondisi yang mereka alami adalah dengan bergabung dalam komunitas. Komunitas yang berisikan

⁹ Herdiyanto, Yohanes Kartika, dkk. 2017. Stigma Terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa Di Bali. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 8 No. 2.

¹⁰ Amarillys, R. Annissa Kheista & Nawangsih, Endah. 2016. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Bipolar di Komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung. *Prosiding Psikologi*. Vol. 2 No.2.

orang-orang dengan kondisi yang sama dapat menghadirkan perasaan jika mereka tidak sendiri dan memiliki orang lain yang dapat saling memberikan dukungan. Selain itu dengan bergabung dalam komunitas, individu dengan gangguan kesehatan mental juga dapat meningkatkan kesadaran untuk segera mencari bantuan medis dan aktivitas yang dapat bermanfaat bagi kondisi kesehatan mental mereka. Dari hal tersebut dapat terlihat jika komunitas dapat berperan besar dalam perbaikan kondisi hidup orang dengan gangguan kesehatan mental termasuk penyintas bipolar. Selain membantu memberikan dukungan bagi anggotanya komunitas secara tidak langsung juga dapat mulai mengurangi kehadiran stigma bagi orang dengan gangguan bipolar melalui edukasi pada masyarakat dan program-program kerja yang memperlihatkan jika orang dengan gangguan bipolar tetap dapat produktif dan menjalin hubungan yang baik di masyarakat. Komunitas juga dapat menghadirkan kegiatan-kegiatan produktif seperti kelas bakat yang dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri penyintas.¹¹

Untuk dapat menjalankan perannya dengan baik sebuah komunitas tentu harus memiliki modal. Tidak hanya berkaitan dengan modal ekonomi, komunitas juga membutuhkan modal sosial untuk dapat membantu pelaksanaan kegiatan dan program kerja yang mereka miliki. Modal sosial dapat digunakan untuk memperlancar kerja sama dengan pihak lain serta sangat dibutuhkan komunitas untuk dapat meningkatkan rasa kebersamaan dan keterikatan yang lebih tinggi di dalam komunitas itu sendiri.¹²

¹¹ Dwiyanti, Intan. A. 2019. Fungsi Komunikasi Kelompok Pada Komunitas Bipolar Care Indonesia Bandung. *Jurnal UNIKOM*. hlm. 9

¹² Kao, Yu-Hui & Sapp, Stephen G. 2020. Is social capital as a determinant of community attachment?. *Sociological Spectrum*. hlm 11

Pemanfaatan modal sosial oleh komunitas sangat berperan besar dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar. Hal ini disebabkan karena modal sosial komunitas dapat dimanfaatkan anggota untuk dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik dengan orang lain melalui berbagai macam bentuk koping yang dihadirkan dalam komunitas, pembentukan persepsi diri dan penyesuaian diri, serta kemampuan untuk berkomunikasi dan berinteraksi.¹³

Pendalaman pengkajian mengenai modal sosial komunitas dalam mengurangi stigma ini penting untuk melihat modal sosial apa saja yang dimiliki komunitas serta bagaimana pemanfaatan modal sosial tersebut untuk mengurangi stigma bagi penyintas bipolar. Pengkajian ini penting agar masyarakat dapat lebih memperhatikan dan tidak memandang sebelah mata mereka yang mengalami gangguan bipolar serta mengetahui peran komunitas bagi orang dengan gangguan bipolar. Pengkajian ini juga dapat menambah pengetahuan bagaimana kehadiran modal sosial dalam sebuah komunitas dapat dimanfaatkan untuk mengurangi stigma bagi orang dengan gangguan bipolar. Pemanfaatan modal sosial ini juga dapat menghadirkan rasa aman dan turut mendorong hadirnya perbaikan kondisi kesehatan mental bagi orang dengan gangguan bipolar itu sendiri.

Oleh karena itu pada penelitian kali ini penulis akan mencoba mengkaji modal sosial komunitas dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar pada komunitas Bipolar Care Indonesia. Pengkajian ini penting karena perhatian bagi para penyintas

¹³ Immanuel, Glorio, dkk. 2021. Pengaruh Modal Sosial Terhadap Fungsi Kognitif Pada Pasien Skizofrenia Di Rsud Dr. Soeselo. *Jurnal Health Sains*. Vol. 2, No. 8. hlm 1006

gangguan bipolar ini masih sangat sedikit diikuti dengan masih banyaknya stigma bagi orang dengan gangguan bipolar yang menjadikan mereka menutup diri sehingga mengalami kesulitan dalam kehidupan sosialnya. Sementara menurut Mechanic tugas medis hanya dapat dilaksanakan secara efektif manakala yang menjadi bahan pertimbangan bukan hanya faktor biologis saja tetapi juga faktor sosial dan psikologis.¹⁴ Sehingga perlu adanya informasi mengenai upaya untuk dapat mengurangi stigma tersebut yang dalam penelitian ini dilihat melalui modal sosial dalam komunitas. Pengkajian ini juga dirasa perlu untuk memberikan informasi mengenai gambaran kehidupan orang dengan gangguan bipolar sehingga masyarakat luas dan keluarga dari para penyintas gangguan bipolar ini diharapkan memahami dan mampu untuk juga dapat membantu mengurangi stigma yang ada di masyarakat.

1.2. Permasalahan Penelitian

Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai gangguan mental bipolar menyebabkan hadirnya stigma-stigma negatif tentang orang dengan gangguan bipolar di lingkungan sosial masyarakat. Hal ini kemudian menyebabkan penyintas gangguan bipolar menjadi merasa dikucilkan dan sulit untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Bahkan pada beberapa kasus, orang yang didiagnosis bipolar diperlakukan tidak baik oleh keluarga ataupun orang terdekat mereka. Kurangnya dukungan terhadap penyintas bipolar dari lingkungan terdekatnya ini kemudian menghadirkan terbentuknya suatu

¹⁴ Rosmalia, Dewi & Sriani, Yustiana. 2017. *Sosiologi Kesehatan*. Jakarta: PPSDAK-KEMENKES RI. hlm. 6

komunitas yang dapat memberikan dukungan tersebut bagi mereka. Dengan kesamaan kondisi dan tujuan yaitu menjadi wadah bagi penyintas bipolar agar tetap dapat mengembangkan diri dengan kondisi yang mereka miliki di tengah stigma yang ada, komunitas tentu memiliki strategi untuk mampu melakukan hal tersebut salah satunya adalah dengan memanfaatkan modal sosial.

Dari fenomena tersebut penulis ingin mengidentifikasi dan menganalisis bagaimana modal sosial komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang untuk dapat mengurangi stigma bagi penyintas bipolar agar orang dengan penyintas bipolar dapat lebih terbuka dengan kondisinya serta memiliki kehidupan yang lebih baik lagi. Subjek yang akan diteliti adalah pengurus komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang, penyintas gangguan bipolar yang menjadi anggota dari komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang serta anggota *caregiver* yang menjadi bagian dalam Bipolar Care Indonesia Tangerang. Dari uraian permasalahan penelitian tersebut, penulis merumuskan dua rumusan masalah, yaitu :

1. Apa saja bentuk stigma yang dirasakan oleh penyintas bipolar anggota komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang?
2. Apa saja modal sosial yang dimiliki komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang untuk mengurangi stigma bagi penyintas bipolar?
3. Bagaimana pemanfaatan modal sosial yang dimiliki komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar?

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengidentifikasi bentuk stigma yang dirasakan oleh penyintas bipolar anggota komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang.
2. Mengidentifikasi modal sosial yang dimiliki komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang untuk mengurangi stigma bagi penyintas bipolar.
3. Menggambarkan pemanfaatan modal sosial yang dimiliki komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang untuk mengurangi stigma bagi penyintas bipolar.

1.4. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini memberikan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang sosiologi dalam kajian sosiologi komunitas. Pembahasan modal sosial bagi dalam komunitas ini dapat digunakan untuk melihat bagaimana sebuah perkumpulan individu dengan kondisi dan masalah yang sama bersatu dan berusaha untuk memecahkan masalah mereka bersama.

a) Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman peneliti di bidang penelitian kualitatif. Selain itu, penelitian ini juga dapat memperkaya wawasan peneliti dalam melihat bagaimana bentuk serta peran modal sosial pada suatu komunitas yang dapat dimanfaatkan untuk mengurangi stigma

serta pemahaman mengenai bagaimana kehidupan penyintas gangguan bipolar sehingga lebih mampu untuk meningkatkan rasa peduli, empati serta mengayomi masyarakat.

b) Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan gambaran pada masyarakat bagaimana komunitas menjadi bagian penting bagi penyintas bipolar serta bagaimana pemanfaatan modal sosial dalam sebuah komunitas dapat mengurangi stigma bagi penyintas bipolar. Selain itu dapat juga menambah informasi tentang bagaimana kondisi penyintas gangguan bipolar sehingga masyarakat lebih memperhatikan dan tidak lagi memandang sebelah mata tentang gangguan bipolar ini serta mampu menerima kekurangan mereka dan mengayomi mereka untuk dapat terus berinteraksi dengan baik di lingkungan masyarakat.

1.5. Tinjauan Penelitian Sejenis

Pada sub bab tinjauan penelitian sejenis ini penulis akan memaparkan telaah pustaka berupa jurnal yang berkaitan dengan modal sosial komunitas dan gangguan bipolar sebagai bahan referensi. Tinjauan penelitian sejenis ini dimaksudkan untuk membantu penulis dalam proses penelitian. Dari hasil review literatur yang telah dilakukan, tinjauan penelitian sejenis ini dapat dikelompokkan menjadi beberapa bagian diantaranya yang membahas mengenai stigma-stigma yang hadir terhadap gangguan bipolar, hambatan interaksi yang dimiliki orang

dengan gangguan bipolar, pentingnya komunitas bagi orang dengan gangguan bipolar, modal sosial dalam komunitas, serta pemanfaatan modal sosial dalam komunitas.

Pertama, terkait dengan stigma-stigma yang hadir terhadap gangguan bipolar dibahas dalam studi Overton & Medina yang menjelaskan jika stigma yang dihadirkan bagi orang dengan penyakit mental adalah mereka yang berbahaya, kejam, serta tidak mampu memenuhi tanggung jawab. Hal ini selanjutnya mengakibatkan kepercayaan diri orang dengan gangguan mental merasa kurang dicintai dan merasa tidak memiliki kehidupan.¹⁵ Kemudian dibahas pula dalam studi Knifton yang dalam studinya menemukan jika di masyarakat masih banyak orang melihat penyakit bipolar sebagai suatu kegilaan yang dikaitkan dengan kepercayaan budaya dan agama seperti sebagai hukuman dari tuhan atau disebabkan oleh roh dan jin. Pandangan tersebut kemudian memunculkan rasa malu yang menyebabkan penghindaran pencarian bantuan layanan kesehatan.¹⁶

Selanjutnya juga dibahas dalam studi Kruse & Oswal menguraikan jika banyak pelajar yang memiliki gangguan mental salah satunya gangguan bipolar tidak mencari bantuan atau perawatan karena stigma yang dirasakan serta salah satu ketakutan terbesar mereka adalah bagaimana stigma akan mempengaruhi cara

¹⁵ Overton, Stacy L. & Medina, Sondra L. 2011. The Stigma of Mental Illness. *Journal of Counseling & Development*. Volume 8. Issue 2.

¹⁶ Knifton, Lee. 2012. Understanding and addressing the stigma of mental illness with ethnic minority communities. *Health Sociology Review*. Volume 21 Issue 3.

mereka diperlakukan.¹⁷ Kemudian diuraikan dalam studi Wong, dkk, jika stigma-stigma yang ada terkait dengan penyakit mental ini muncul disebabkan karena kurangnya kontak pribadi dengan penderita serta rendahnya literasi kesehatan mental.¹⁸

Kedua, terkait dengan hambatan interaksi yang dimiliki orang dengan gangguan bipolar dibahas dalam studi Cristiana dkk yang dalam hasil studinya menemukan jika orang dengan gangguan bipolar memiliki skor *Social Skills Inventory* atau kemampuan menganalisis situasi sosial yang rendah terkait dengan penilaian keterampilan percakapan, kepercayaan diri, dan keterbukaan sosial kepada orang baru atau situasi baru. Kemudian dijelaskan pula jika orang dengan gangguan bipolar cenderung lebih berhati-hati dalam melakukan kontak sosial dan merasa tidak nyaman ketika berinteraksi secara langsung.¹⁹ Hambatan lainnya dibahas dalam studi Smyth diuraikan jika gangguan regulasi diri, penurunan wawasan dan kognisi sosial serta fleksibilitas respon terhadap isyarat emosional yang terjadi secara bersamaan pada orang dengan gangguan bipolar akan disertai dengan upaya penghindaran *coping* bagi diri mereka sehingga mereka akan

¹⁷ Kruse, Allison K. & Oswal, Sushil K. 2018. Barriers to Higher Education for Students with Bipolar Disorder : A Critical Social Model Perspective. *Social Inclusion*. Volume 6. Issue 4.

¹⁸ Wong, Norman C., H., dkk. 2017. "I'm Demi and I Have Bipolar Disorder": Effect of Parasocial Contact on Reducing Stigma Toward People With Bipolar Disorder. *Communication Studies*. Volume 68 Issue 3.

¹⁹ de Almeida Rocca, C. C., dkk. 2008. Social dysfunction in bipolar disorder: pilot study. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*. Volume 42 Issue 8.

memilih untuk melakukan penarikan, isolasi, dan memendam kerahasiaan.²⁰ Selanjutnya dalam studi yang dilakukan oleh Brea dikatakan jika individu dengan penyakit mental harus mengatasi masalah lingkungan sosial yang memusuhi dirinya dengan menggunakan strategi seperti misalnya menarik diri dari interaksi dan kegiatan sosial yang membahayakan stabilitas jaringan pendukung mereka.²¹ Kemudian hambatan lainnya digambarkan dalam studi Karleen dkk yang menemukan jika beberapa seniman dengan gangguan bipolar menyatakan jika pengalaman mereka dengan penyakit mental dalam kehidupan sehari-hari membatasi kesempatan yang umumnya tersedia bagi orang lain tanpa penyakit mental. Mereka merasa jika penyakit dan pemberian label yang terkait dengan penyakit mental berdampak pada aspirasi hidup dan hubungan sosial mereka.²²

Ketiga, pentingnya komunitas bagi orang dengan gangguan kesehatan mental termasuk gangguan bipolar dibahas dalam studi Sarah Smith-Frigerio yang dalam penelitiannya memaparkan jika penciptaan modal sosial dalam komunitas dapat diidentifikasi sebagai salah satu cara untuk mengurangi masalah kesehatan mental yang dapat dibangun di tingkat mikro (kognitif), meso (interaksi sosial dalam komunitas), dan makro (kelembagaan) yang dapat memberikan dukungan bagi individu untuk mencari bantuan pemulihan dari masalah kesehatan

²⁰ Kristin, Smyth, dkk. 2020. Interpersonal functioning, support, and change in early-onset bipolar disorder: a transcendental phenomenological study of emerging adults. *Journal of Mental Health*. Latest.

²¹ Perry, Brea L. 2014. Symptoms, stigma, or secondary social disruption: Three mechanisms of network dynamics in severe mental illness. *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol. 31 Issue 1.

²² Gwinner, Karleen, dkk. 2015. A contributing life: living a contributing life as 'a person', 'an artist' and 'an artist with a mental illness'. *Health Sociology Review*. Volume 24. No. 3.

mental.²³ Kemudian dalam studi Webber dkk, dijelaskan kembali jika kelompok orang-orang yang peduli akan kesehatan mental dan secara aktif meningkatkan modal sosial bagi orang dengan gangguan kesehatan mental, sangat mendatangkan pengaruh yang besar. Melalui upaya menempatkan orang dengan gangguan kesehatan mental terus berhubungan dengan orang lain yang memiliki kesamaan kondisi mampu memberikan kekuatan yang tinggi sehingga tingkat kambuhnya gejala dapat lebih rendah.²⁴ Selanjutnya dalam studi Cassidy Smith ditunjukkan hasil temuan jika peningkatan modal sosial melalui komunitas selanjutnya akan meningkatkan pula pencarian bantuan yang efektif sehingga dapat memperkecil kehadiran stigma di masyarakat.²⁵ Dalam studi yang dilakukan oleh Anita Novianty & Noor Rochman Hadjam juga kembali dipaparkan jika seseorang yang memiliki literasi kesehatan mental yang tinggi serta sikap komunitas yang positif dapat mempengaruhi pencarian pertolongan ke penanganan profesional.²⁶

Keempat, terkait dengan bentuk modal sosial dalam komunitas dibahas dalam studi Yu-Hui Kao & Stephen G. Sapp yang menjelaskan jika keterikatan anggota dalam komunitas merupakan hasil dari hadirnya modal sosial. Modal

²³ Smith-Friggerio, S. 2019. Coping, Community and Fighting Stereotypes: An Exploration of Multidimensional Social Capital in Personal Blogs Discussing Mental Illness. *Health Communication*.

²⁴ Webber, Martin, dkk. 2015. Enhancing social networks: A qualitative study of health and social care practice in UK mental health services. *Health & Social Care in the Community*. 23. 180–189.

²⁵ Smith, Cassidy, dkk. 2020. It's a beautiful day in the neighborhood: Overcoming barriers regarding children's mental health against help-seeking via community social capital. *Community Development*.

²⁶ Novianty, Anita & Hadjam, Noor R., H. 2017. Literasi Kesehatan Mental dan Sikap Komunitas sebagai Prediktor Pencarian Pertolongan Formal. *Jurnal Psikologi*. Volume 44. Nomor 1.

sosial dalam komunitas dapat memberikan rasa keterikatan jangka panjang sehingga hubungan anggota dengan komunitas tidak mudah hilang.²⁷ Kemudian dalam studi John M. Halstead dkk disampaikan jika terdapat bukti empiris secara luas yang mendukung pernyataan Putnam jika modal sosial dapat membuat masyarakat menjadi lebih pintar, lebih sehat, lebih aman, lebih kaya, dan lebih mampu untuk memiliki kekuatan. Dalam studi ini juga disampaikan kutipan jika Putnam menjadikan modal sosial yang terdiri dari jaringan, norma, dan kepercayaan sosial sebagai ciri organisasi yang memfasilitasi koordinasi dan kerja sama untuk saling menguntungkan. Dijelaskan pula jika modal sosial dapat dimanfaatkan untuk mencapai tujuan melalui pengembangan, pemecahan masalah, serta pembentukan jaringan sosial bagi anggotanya.²⁸

Selanjutnya dalam studi Zikra Adiyofal & Mira Hasti dipaparkan jika dengan melibatkan sumber daya kepercayaan, jaringan, dan norma sebagai modal sosial komunitas dapat mempengaruhi perkembangan usaha bagi anggota komunitas. Kekompakan dalam komunitas juga hadir sebagai dampak dari pemanfaatan modal sosial sehingga komunitas dapat bertahan dan terus berkembang. Dalam studi ini dijelaskan jika hasil dari kerja kolaborasi modal sosial dapat menghasilkan energi positif seperti rasa tanggung jawab, kepedulian,

²⁷ Kao, Yu-Hui & Sapp, Stephen G. 2020. Is social capital as a determinant of community attachment?. *Sociological Spectrum*.

²⁸ Halstead, John M. 2021. Social capital and community development: Where do we go from here?. *Community Development*.

kejujuran, kerja sama, solidaritas, transparansi, serta etos kerja yang positif.²⁹ Dalam studi Suparman Abdullan disebutkan jika kekuatan modal sosial dapat menjadi pelumas yang akan memperlancar hubungan dan kerja sama sehingga harapan-harapan dapat tercapai secara efisien dan efektif. Modal sosial juga dikatakan dapat menjadi kekuatan komunitas yang disandarkan pada substansi yang dimilikinya antara lain kepercayaan, norma, dan jaringan yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Dalam studinya ini penulis juga menjabarkan jika terdapat beberapa peran modal sosial antara lain meliputi modal sosial sebagai *bonding sosial* yang menghadirkan rasa solidaritas, *bridging sosial* yang menjembatani relasi-relasi antar anggota, serta *linking sosial* yang menghubungkan dan mengoptimalkan seluruh modal sosial yang dimiliki komunitas.³⁰

Kelima, terkait dengan pemanfaatan modal sosial komunitas dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar dibahas dalam studi Glorio Immanuel dkk yang dalam hasil penelitian menemukan jika pada individu dengan modal sosial yang baik mereka dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik karena individu telah memiliki koping, persepsi dan penyesuaian yang lebih baik tentang diri dan lingkungannya.³¹ Studi lainnya yang membahas terkait dengan pentingnya

²⁹ Adiyofal, Zikra Zikra & Hasti, Mira. 2020. Modal Sosial Komunitas Rajut Bungo Rayo di Kota Padang. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan*. Vol. 3 No. 4.

³⁰ Abdullah, Suparman. 2016. Potensi Dan Kekuatan Modal Sosial Dalam Suatu Komunitas. *Socius: Jurnal Sosiologi*. Vol.12 No. 1.

³¹ Immanuel, Glorio, dkk. 2021. Pengaruh Modal Sosial Terhadap Fungsi Kognitif Pada Pasien Skizofrenia Di Rsud Dr. Soeselo. *Jurnal Health Sains*. Vol. 2, No. 8.

modal sosial dalam komunitas untuk mengurangi hadirnya stigma terdapat dalam studi Wahlbeck yang memaparkan jika upaya untuk dapat mengurangi stigma harus melibatkan interaksi dengan banyak orang yang selaras dengan kepemilikan modal sosial yang dimiliki. Memanfaatkan modal sosial untuk mempromosikan masalah kesehatan mental dikatakan dapat mencegah dan mengurangi angka bunuh diri serta gangguan kesehatan mental lainnya.³² Kemudian dalam studi Gari Hunduma dkk dijelaskan jika modal sosial yang tinggi berhubungan dengan penurunan kesehatan mental di kalangan remaja. Pencegahan dan penanganan ini sangat bergantung pada penguatan modal sosial yang hadir di lingkungan sekolah, rumah, termasuk lingkungan sekitar.³³

Selanjutnya dalam studi Sok An dkk dijelaskan jika modal sosial dalam komunitas memiliki pengaruh langsung terhadap rasa depresi serta meningkatkan hadirnya interaksi sosial. Mereka yang bergabung dalam komunitas dengan modal sosial yang tinggi relatif memiliki kondisi yang stabil dan pengurangan depresi.³⁴ Dalam studi yang dilakukan oleh Cassidy dkk dijelaskan jika modal sosial yang dimiliki komunitas dapat menunjukkan kualitas dan kuantitas interaksi dan menyediakan berbagai informasi untuk bantuan dukungan emosional, tindakan saling membantu di dalam komunitas, serta rasa kepercayaan terhadap komunitas

³² Wahlbeck, K. 2015. Public mental health: The time is ripe for translation of evidence into practice. *World Psychiatry : Official Journal of the World Psychiatric Association (WPA)*. 14. 36–42.

³³ Hunduma, Gari, dkk. 2022. High Social Capital is Associated with Decreased Mental Health Problem Among In-School Adolescents in Eastern Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *Psychology Research and Behavior Management*. 2022:15 503–516.

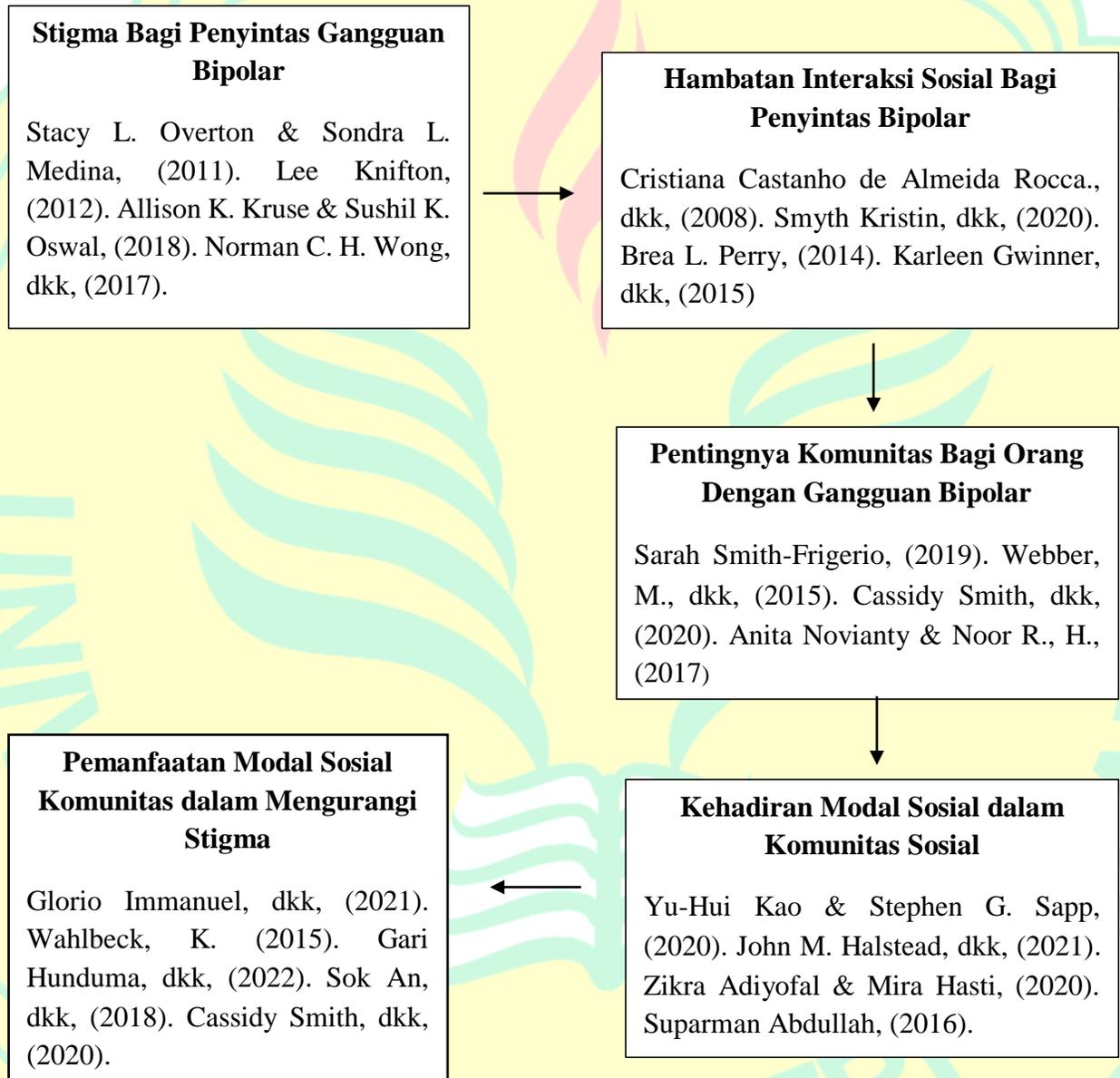
³⁴ An, Sok, dkk. 2018. Moderating Effects of Community Social Capital on Depression in Later Years of Life: A Latent Interaction Model. *Clinical Gerontologist*.

dapat meningkatkan keinginan untuk mau mencari pertolongan karena berkurangnya rasa malu, takut, dan stigma. Dengan adanya modal sosial dalam komunitas juga dapat menghilangkan stigma diri karena individu selanjutnya cenderung mengubah keyakinan mereka dan mampu menghadapi ketakutan mereka terhadap pilihan untuk datang ke pusat layanan kesehatan mental karena bertemu dengan orang-orang yang memiliki kondisi yang sama.³⁵

Dari penjabaran tinjauan penelitian sejenis yang sudah dilakukan berkaitan dengan skripsi ini, dapat secara ringkas dilihat melalui skema tinjauan penelitian sejenis berikut ini yang sudah coba penulis kelompokkan berdasarkan hasil-hasil temuan literatur yang saling berkaitan. Pengelompokan tersebut diantaranya terdiri dari stigma-stigma yang hadir terhadap gangguan bipolar, hambatan interaksi yang dimiliki orang dengan gangguan bipolar, pentingnya komunitas bagi orang dengan gangguan bipolar, bentuk modal sosial dalam komunitas, serta pemanfaatan modal sosial komunitas dalam mengurangi stigma.

³⁵ Smith, Cassidy, dkk. 2020. It's a beautiful day in the neighborhood: Overcoming barriers regarding children's mental health against help-seeking via community social capital. *Community Development*.

Skema 1.1 Tinjauan Penelitian Sejenis



Sumber: Analisis Penulis, 2023

1.6. Kerangka Konseptual

1.6.1. Gangguan Bipolar Sebagai Bentuk Masalah Sosial

Gangguan bipolar pertama kali muncul dalam literatur medis tahun 1850 an ketika melankoli dan mania yang bergantian digabungkan dalam satu kondisi. Selama beberapa tahun diagnosis ini disebut dengan gangguan manik-depresif, tetapi diubah menjadi gangguan bipolar pada tahun 1980 ketika Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental Edisi ke 3 dirilis.³⁶ Menurut *National Institute of Mental Health*, ada 27 juta orang di seluruh dunia yang memiliki gangguan bipolar. Namun angka tersebut masih dapat lebih tinggi lagi karena statistik untuk data anak-anak belum dimasukan. Gangguan bipolar biasanya berkembang pada masa remaja akhir atau dewasa awal dengan banyak orang mengalami gejala pertama di masa kecil.³⁷

Gangguan bipolar menurut *National Alliance on Mental Illness* merupakan gangguan yang menyebabkan perubahan dramatis pada suasana hati, energi, dan kemampuan kognitif seseorang. Gangguan bipolar juga dapat dikatakan sebagai penyakit otak yang menyebabkan fluktuasi yang tidak biasa dalam suasana hati seseorang.³⁸ Fluktuasi ini sangat berbeda dari perubahan suasana hati normal yang dialami banyak orang karena cairan-cairan kimia berupa dopamin dalam

³⁶ BPAC. 2014. Bipolar Disorder: Identifying And Supporting Patients In Primary Care. *Best Practice Journal*. Issue 62. hlm. 7.

³⁷ Aleem, Ashley, dkk. 2012. *Healthy Living with Bipolar Disorder*. California : International Bipolar Foundation. hlm. 16.

³⁸ *Ibid*.

otak yang tidak seimbang. Seseorang dengan gangguan bipolar umumnya memiliki perubahan suasana hati yang sangat parah dan dapat berdampak pada semua aspek kehidupan mereka termasuk pekerjaan, hubungan, sekolah, dan mungkin melibatkan penyalahgunaan zat dan upaya bunuh diri. Hal ini lah yang secara sosiologis menandakan jika gangguan bipolar merupakan salah satu bentuk dari masalah sosial. Masalah sosial sendiri menurut Soerjono Soekanto merupakan sebuah situasi yang tidak diharapkan oleh masyarakat karena dapat membahayakan atau dianggap tidak sesuai dan tidak dapat diterima oleh masyarakat.³⁹ Dijelaskan pula oleh Soerjono Soekanto jika salah satu faktor dari masalah sosial dapat disebabkan oleh faktor psikologis yang dapat berupa depresi serta gangguan kesehatan mental lainnya.

Gangguan perasaan ini dikelompokan atas dasar depresi yaitu gangguan perasaan yang diwarnai dengan perasaan sedih serta rendahnya keinginan dan mania yaitu perasaan sangat bergembira serta semangat yang berlebihan. Kedua gangguan perasaan inilah yang disebut dengan bipolar dimana *Bi* berarti dua dan *Polar* berarti kutub.⁴⁰ Perubahan suasana hati pada seorang dengan gangguan bipolar terjadi secara periodik atau selama waktu tertentu ditandai dengan hadirnya suasana hati yang sangat tinggi atau dikenal sebagai mania atau hipomania dan suasana hati yang luar biasa rendah yang dikenal dengan depresi.

³⁹ Soekanto, Soerjono. 2015. *Sosiologi Suatu Pengantar Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Raja Persada.

⁴⁰ Laurentius, M., P., & Dee, Rona. 2015. *Apakah aku bipolar ? 100 tanya jawab dengan psikiater*. Jakarta: PT Gramedia Utama. hlm. 7

Suasana hati mania digambarkan ketika seorang mengalami suasana hati yang nyata seperti kegembiraan, cepat marah atau ekspansif (keadaan euforia yang tidak normal disertai dengan delusi). Episode mania yang penuh dapat menyebabkan gangguan sosial atau pekerjaan secara nyata dan pada beberapa orang timbul delusi atau halusinasi yang menyebabkan mereka menjadi bahaya bagi diri mereka sendiri dan orang lain.⁴¹ Ketika mania bisa menyebabkan penurunan nilai dan dapat mengancam jiwa, hipomania tidak sampai menyebabkan penurunan fungsi sosial atau pekerjaan dan tidak menimbulkan bahaya. Episode hipomania dapat berlangsung dalam waktu yang lebih singkat daripada episode mania.

Episode perubahan suasana perasaan lainnya yaitu depresi. Gejala depresi ini biasanya meliputi periode panjang perasaan khawatir atau merasakan kekosongan, kehilangan minat pada aktivitas yang pernah dinikmati, merasa lelah atau penurunan, memiliki masalah konsentrasi, mengingat, dan membuat keputusan, menjadi gelisah atau mudah tersinggung, berubah pada kebiasaan makan, tidur, atau lainnya, serta memikirkan kematian atau bunuh diri atau bahkan hingga mencoba bunuh diri.⁴²

Gangguan bipolar memiliki beberapa tipe yang pada tiap tipe nya memiliki diagnosis yang berbeda-beda diantaranya terdiri dari Gangguan Bipolar I,

⁴¹ BPAC. 2014. Bipolar Disorder: Identifying And Supporting Patients In Primary Care. *Best Practice Journal*. Issue 62. hlm. 7.

⁴² Aleem, Ashley, dkk. 2012. *Healthy Living with Bipolar Disorder*. California : International Bipolar Foundation. hlm. 17.

Gangguan Bipolar II, Gangguan Siklotimik (*Cyclothymic disorder*), *Rapid Cycling*, dan Episode Campuran (*A mixed episode*).⁴³ Penyebab dari gangguan bipolar sendiri dapat terbilang cukup rumit dimana gangguan bipolar dapat hadir tidak hanya dari satu faktor. Sehingga penting untuk dipahami jika penyebab gangguan bipolar tidak hanya hadir dari pengaruh satu orang atau suatu peristiwa melainkan dapat dihadirkan dari variabel lainnya.⁴⁴ Beberapa faktor yang menjadi penyebab dari gangguan bipolar dapat disebabkan oleh faktor biologis yang disebabkan oleh kelainan dan ketidakseimbangan zat kimiawi di sel saraf yang terjadi di dalam otak, faktor genetik yang menunjukkan kemungkinan perkembangan gangguan bipolar meningkat jika orang tua atau saudara kandung seorang individu memiliki gangguan tersebut, serta faktor psikososial berupa peristiwa dalam kehidupan yang penuh tekanan akan menyebabkan perubahan dalam sel-sel pada otak maupun perubahan sinyal dalam saraf.⁴⁵

1.6.2. Stigma Bagi Penyintas Bipolar

1.6.2.1. Pengertian Stigma

Erving Goffman mendefinisikan stigma sebagai sebuah atribut baik fisik maupun sosial yang sangat mendiskreditkan atau mengurangi identitas sosial seseorang sehingga menghadirkan penerimaan yang kurang oleh masyarakat.

⁴³ BPAC. 2014. Bipolar Disorder: Identifying And Supporting Patients In Primary Care. *Best Practice Journal*. Issue 62. hlm. 8.

⁴⁴ Tracy, Natasha. 2018. *HealthyPlace's Introductory Guide to Bipolar Disorder*. HealthyPlace.com.

⁴⁵ Nofalia, Ifa & Milia, Iva. 2019. *Keperawatan Jiwa I*. Jombang: Icme Press. hlm. 129

Stigma ini adalah atribut yang sangat negatif yang dilekatkan oleh orang yang normal kepada orang-orang yang dianggap menyimpang dari ekspektasi masyarakat umum dalam konteks interaksi sosial baik secara langsung maupun tidak langsung.⁴⁶ Atribut negatif yang diberikan ini dapat berupa warna kulit, ukuran tubuh seseorang, atau sesuatu yang dapat disembunyikan namun tetap dapat didiskreditkan jika terungkap seperti catatan kriminal atau perjuangan dengan penyakit mental.

Bagi Goffman stigma adalah aspek umum kehidupan sosial yang memperumit interaksi tingkat mikro dalam kehidupan sehari-hari dimana mereka yang terstigmatisasi akan lebih waspada untuk terlibat dengan mereka yang sebenarnya tidak memberikan stigma, sementara mereka yang tidak memiliki stigma tertentu dapat meremehkan atau mencoba untuk mengabaikan individu yang terstigma.⁴⁷ Stigma juga menghasilkan jarak sosial, yang dapat didefinisikan sebagai upaya yang disengaja untuk menghindari orang lain atau mengecualikan yang lain dari interaksi sosial.⁴⁸ Dengan mengacu pada Goffman tetapi menggabungkan perhatian yang lebih luas untuk operasi kekuasaan dalam masyarakat, Link dan Phelan mendefinisikan stigma sebagai kejadian bersama yang terdiri dari empat proses: (1) memberi label pada perbedaan manusia; (2) meyakini perbedaan

⁴⁶ Goffman, Erving. *Stigma Notes On The Management Of Spoiled Identity*. Simon & Schuster Inc.,

⁴⁷ Clair, Matthew. 2018. *Stigma. Forthcoming in Core Concepts in Sociology*. Harvard University. hlm. 1.

⁴⁸ Lucas, Jeffrey W. & Phelan, Jo C. 2012. Stigma and Status: The Interrelation of Two Theoretical Perspectives. *Social Psychology Quarterly*. Vol. 75. No.4. hlm. 2.

tersebut dan menghubungkan dengan karakteristik yang tidak diinginkan; (3) memisahkan mereka yang berlabel “kami” dan “mereka”(4) hilangnya status dan diskriminasi terhadap mereka yang diberi label.⁴⁹

Berdasarkan pengertian diatas dapat dipahami jika stigma merupakan segala bentuk atribut negatif baik fisik maupun sosial yang diberikan oleh orang normal terhadap orang yang dianggap menyimpang dan tidak sesuai ekspektasi masyarakat umum dengan mengurangi identitas sosial seseorang serta mendiskualifikasikan orang itu dari penerimaan masyarakat. Atribut negatif yang terdapat dalam stigma ini selanjutnya akan mempersulit interaksi sosial baik secara langsung maupun tidak langsung bagi orang yang terstigma.

1.6.2.2. Kategori Stigma

Dalam bukunya Goffman menjelaskan terdapat tiga kategori atribut yang menjadi landasan pemberian stigma oleh masyarakat yang terdiri dari :⁵⁰

1. *Abominations of the body*

Stigma ini mengacu pada stigma yang diberikan kepada individu yang memiliki kecacatan, kelainan atau pun penyimpangan fisik lainnya yang tidak memenuhi kategori “normal”. Stigma tipe ini memandang sesuatu yang dianggap ideal adalah sesuatu yang harus dikejar oleh seluruh masyarakat. Stigma ini biasanya hadir

⁴⁹ Clair, Matthew. Op.Cit, hlm. 2.

⁵⁰ Goffman, Erving. *Sigma Notes On The Management Of Spoiled Identity*. Simon & Schuster Inc. hlm. 7.

pada orang-orang yang memiliki cacat tubuh yang kemudian diberikan julukan khusus.

2. *Blemish of individual character*

Merupakan stigma yang diberikan kepada individu yang memiliki kerusakan-kerusakan karakter individu atau seorang individu yang memiliki perbuatan tercela serta individu yang memiliki ketimpangan karakter seperti orang dengan penyakit mental. Stigma ini muncul karena adanya nilai serta norma yang melekat pada masyarakat. Goffman melihat penyakit mental merupakan suatu bagian dari penyakit masyarakat sebab muncul karena sulitnya individu dalam menyesuaikan nilai dan norma serta sulitnya individu dalam mematuhi aturan dalam masyarakat.

3. *Tribal stigma*

Merupakan stigma yang berdasarkan keanggotaan di dalam ras, etnis atau kelompok-kelompok agama tertentu yang dipandang hina oleh masyarakat secara umum. Stigma ini muncul karena adanya rasa kebencian terhadap ras, suku, dan agama tertentu.

1.6.2.3. Bentuk Stigma

Stigma sebagai atribut negatif baik fisik maupun sosial yang ada di masyarakat memiliki dua bentuk, diantaranya :⁵¹

⁵¹ Latalova, Klara, dkk. 2014. Perspectives on perceived stigma and self stigma in adult male patients with depression. *Jurnal Neuropsychiatric Disease and Treatment*. Vol. 10. hlm.2

1. *Public Stigma* (Stigma Publik)

Stigma publik adalah persepsi yang dianut oleh orang lain bahwa individu yang memiliki penyakit mental adalah mereka yang tidak diinginkan secara sosial oleh masyarakat. Persepsi ini dihadirkan oleh orang lain dalam bentuk sikap, prasangka, dan tindakan oleh keluarga pasien dan anggota komunitas mereka bahkan terkadang termasuk perawat kesehatan profesional. Tindakan-tindakan ini kemudian akan membuat mereka merasa dicap, dihakimi, ditekan dan ditolak. Persepsi ini kemudian akan menyebabkan orang yang distigmatisasi kemudian menginternalisasi prasangka dan perasaan negatif tentang diri mereka sendiri yang kemudian menghasilkan stigma diri.

2. *Self Stigma* (Stigma Diri)

Stigma diri hadir sebagai akibat dari internalisasi prasangka dan perasaan negatif yang datang dari stigma publik oleh orang yang terstigma. Stigma ini dimanifestasikan oleh penurunan harga diri dan meningkatnya depresi yang disebabkan oleh perasaan malu akibat penyakit mental yang dimilikinya. Hadirnya stigma diri ini kemudian akan membatasi interaksi sosial dan merusak fungsi pekerjaan mereka. Stigma diri ini juga selanjutnya akan berpengaruh pada pengurangan harga diri yang lebih lanjut terkait dengan usaha mencari bantuan terhadap kondisinya.

1.6.2.4. Strategi Penanganan Stigma

Menurut Goffman, stigma yang diberikan terhadap individu akan menghadirkan stigmatisasi yang selanjutnya akan membuat individu tersebut melakukan strategi dalam menghadapi stigma tersebut. Strategi tersebut antara lain sebagai berikut:⁵²

1. Teknik *Covering*

Teknik *covering* merupakan teknik dimana mereka yang terstigmatisasi sudah diketahui oleh publik dan dirinya menerima stigma tersebut sebagai bagian dari dirinya. *Covering* bertujuan untuk meminimalisir agar stigma tidak tampak jelas sehingga tidak mengganggu interaksi sosial antara pemilik stigma dengan kelompok normal.

2. Teknik *Passing*

Teknik *Passing* merupakan teknik yang upaya untuk menyamarkan atau menyembunyikan stigma dari sekelompok orang yang tidak mengetahui stigma yang dimiliki. *Passing* dilakukan dengan cara melakukan perpindahan dari satu kelompok ke kelompok yang lain, yaitu ke kelompok yang stigmanya kurang atau tidak memiliki stigma. *Passing* hanya dapat dilakukan jika pihak lain belum mengetahui tentang atribut stigma ataupun hanya sedikit pihak yang mengetahui.

⁵² Goffman, Erving. *Sigma Notes On The Management Of Spoiled Identity*. Simon & Schuster Inc. hlm. 102

1.6.3. Komunitas Sebagai Wadah Bagi Penyintas Bipolar

Konsep komunitas dalam sosiologi digunakan untuk menyatakan ide mengenai pengalaman umum dan kepentingan bersama. Selain itu dapat juga menunjukkan ide-ide solidaritas dan hubungan antara orang-orang yang memiliki karakteristik sosial dan identitas yang sama.⁵³ Komunitas juga dapat diartikan sebagai sekelompok orang yang dihubungkan dengan lokasi fisik atau dalam bentuk virtual dimana anggotanya tinggal dan berkumpul, memiliki organisasi yang mereka bentuk, serta memiliki nilai-nilai budaya dan simbol yang mereka bagikan.⁵⁴ Dalam KBBI sendiri yang disebut dengan komunitas adalah kelompok organisme (orang dan sebagainya) yang hidup dan saling berinteraksi di dalam daerah tertentu.⁵⁵

Menurut Wenger komunitas adalah sekumpulan orang yang saling berbagi masalah, perhatian atau kegemaran terhadap suatu topik dan memperdalam pengetahuan serta keahlian mereka dengan saling berinteraksi secara terus menerus. Terdapat tiga unsur penting dari komunitas itu sendiri menurut Wenger.⁵⁶

⁵³ Scott, John. 2011. *Sosiologi: The Key Concepts*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada. hlm. 55

⁵⁴ Cnaan, Ram & Milofsky, Carl. 2008. *Handbook of Community Movements and Local Organization*. US: Springer. hlm. 1.

⁵⁵ kbbi.web.id/komunitas. Diakses pada 9 Mei 2021 pukul 20.58 WIB.

⁵⁶ Wenger, Etienne, McDermott Richard A., Snyder, William. 2002. *Cultivating Communities of Practice: A Guide to Managing Knowledge*. Boston: Harvard Business School Publishing. hlm 4.

1. Ruang lingkup, merupakan dasar yang mengidentifikasi sebuah komunitas. Hal ini disebabkan karena tanpa adanya ruang lingkup maka komunitas hanya akan menjadi sekumpulan orang saja.
2. Anggota, merupakan sekumpulan orang yang saling berinteraksi dan membentuk hubungan. Jika dalam suatu komunitas terdapat anggota yang kuat, maka interaksi dan hubungan antar anggota komunitas pun akan terjalin dengan kuat pula.
3. Praktis, berkaitan dengan kerangka, ide, alat, informasi, gaya bahasa, sejarah, dan segala hal yang dibagi antar sesama anggota komunitas. Jika ruang lingkup merupakan fokus dari suatu komunitas maka praktis merupakan unsur pengetahuan spesifik yang dapat dikembangkan, disebarkan, dan dipertahankan.

Wenger juga menyebutkan jika komunitas memiliki berbagai macam bentuk dan karakteristik yang terdiri dari:⁵⁷

1. Besar atau kecil, dilihat dari jumlah anggotanya yang jika mempunyai banyak anggota dapat menjadi sub-sub bagian berdasarkan wilayah atau sub topik tertentu.
2. Berusia panjang atau berusia pendek, berkaitan dengan usia atau keberlanjutan sebuah komunitas.

⁵⁷ *Ibid.* hlm 24.

3. Terpusat atau tersebar, dilihat dari persebaran komunitas yang mempengaruhi intensitas interaksi sosial antar anggotanya.
4. Homogen atau heterogen, berkaitan dengan latar belakang sosial yang akan mempengaruhi proses penerimaan serta pembentukan kerja sama antar anggota.
5. Internal atau eksternal, berkaitan dengan bentuk kerja sama dengan bagian-bagian yang berbeda.
6. Spontan atau disengaja, berkaitan dengan keputusan individu bergabung dengan komunitas. Apakah anggota hadir secara spontan tanpa usaha pengembangan dari organisasi atautkah hadir secara disengaja yang akan menentukan formal tidaknya komunitas.
7. Tidak dikenal atau di bawah sebuah institusi, berkaitan dengan diketahui dan dikenalnya komunitas oleh masyarakat.

Mac Iver mengartikan *community* sebagai persekutuan hidup atau paguyuban dan dimaknai sebagai suatu daerah masyarakat yang ditandai dengan beberapa tingkatan pertalian kelompok sosial satu sama lain.⁵⁸ Komunitas menurut Mac Iver didasari oleh beberapa hal yaitu lokalitas atau tempat tinggal dan *sentiment community*. Menurut Mac Iver unsur-unsur dalam *sentiment community* terdiri dari .⁵⁹

⁵⁸ Mansyur, M. Cholil. 1987. *Sosiologi Masyarakat Desa dan Kota*. Surabaya: Usaha Nasional. hlm. 69

⁵⁹ Soekanto, Soerjono. 2015. *Sosiologi Suatu Pengantar Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Raja Persada. hlm 131-132.

1. Seperasaan, unsur seperasaan hadir ketika seseorang berusaha untuk mengidentifikasi dirinya menjadi bagian dari kelompok.
2. Sepenanggungan, unsur ini menggambarkan jika individu sadar akan perannya dalam kelompok sehingga dirinya mempunyai kedudukan dan tanggung jawab yang pasti dalam kehidupannya bersama kelompok.
3. Saling memerlukan, unsur saling memerlukan ini dimaksudkan dengan hadirnya ketergantungan individu terhadap komunitas meliputi kebutuhan fisik maupun kebutuhan psikologis yang harus dipenuhinya.

Menurut Montagu dan Matson terdapat sembilan konsep komunitas yang baik terdiri dari:⁶⁰

1. Setiap anggota komunitas berinteraksi berdasar hubungan pribadi dan hubungan kelompok.
2. Komunitas memiliki kewenangan dan kemampuan mengelola kepentingannya secara bertanggung jawab.
3. Memiliki viabilitas yaitu kemampuan memecahkan masalah sendiri.
4. Pemerataan distribusi kekuasaan.
5. Setiap anggota memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi demi kepentingan bersama.
6. Komunitas memberi makna pada anggota.
7. Adanya heterogenitas dan beda pendapat.

⁶⁰ Sulistiyani, Ambar Teguh. 2004. *Kemitraan dan Model-Model Pemberdayaan*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media. hlm. 81.

8. Pelayanan masyarakat ditempatkan sedekat dan secepat kepada yang berkepentingan.

9. Adanya konflik dan pengelolaan konflik.

Terdapat pula menurut Crow dan Allan yang menyebutkan jika komunitas dapat terbagi menjadi dua komponen, diantaranya:⁶¹

1. Berdasarkan lokasi atau tempat wilayah atau tempat sebuah komunitas dapat dilihat sebagai tempat dimana sekumpulan orang mempunyai sesuatu yang sama secara geografis

2. Berdasarkan minat sekelompok orang yang mendirikan suatu komunitas karena mempunyai ketertarikan dan minat yang sama seperti misalnya agama, pekerjaan, suku, ras, maupun berdasarkan adanya kelainan seksual.

Dari beberapa penjelasan terkait dengan konsep komunitas penulis dapat simpulkan jika komunitas merupakan sekumpulan orang yang memiliki kesamaan minat ataupun kebutuhan yang di dalamnya terdapat rasa saling ketergantungan dan ikatan yang kuat untuk secara bersama-sama mencapai tujuan mereka dan saling melengkapi.

Komunitas seperti yang telah dijelaskan sebelumnya memiliki empat komponen yang menjadi bagian dalam menjalankan perannya yang kompeten di masyarakat meliputi :⁶²

⁶¹ Crow, Graham & Allan, Graham. 1994. *Community Life: An Introduction to Local Social Relations*. Hemel Hempstead: Harvester Wheat Sheaf. hlm 56.

⁶² Soetomo. 2008. *Strategi-strategi Pembangunan Masyarakat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. hlm 83.

1. Mampu mengidentifikasi masalah dan kebutuhan komunitas.
2. Mampu mencapai kesepakatan tentang sasaran yang hendak dicapai dan skala prioritasnya.
3. Mampu menemukan dan menyepakati cara dan alat mencapai sasaran yang telah disepakati bersama.
4. Mampu bekerja sama secara rasional dalam bertindak mencapai sasaran.

1.6.4. Modal Sosial Komunitas dalam Mengurangi Stigma Bagi Penyintas

Bipolar

Modal sosial adalah bentukan dari hubungan yang lebih menekankan pada nilai-nilai kebersamaan dan kepercayaan baik dalam suatu komunitas maupun antar komunitas. Nilai-nilai tersebut merupakan suatu modal dalam membentuk masyarakat yang kuat dan berkepribadian, dimana saat ini sangat penting karena ketika suatu komunitas atau masyarakat dihadapi dengan suatu masalah maka akan cepat diatasi tanpa harus ada yang dirugikan. Hal ini seperti dikatakan Portes bahwa modal sosial merupakan “sesuatu yang manjur” bagi pemecahan masalah pada komunitas atau masyarakat masa kini.⁶³ Ini menandakan bahwa interaksi yang terbentuk sangat mempengaruhi perkembangan suatu komunitas tertentu termasuk di dalamnya hal pemecahan masalah, interaksi tersebut harus didasari pada nilai kepercayaan untuk

⁶³ Rahmatiah. 2017. *Relasi Sosial dalam Pengembangan Industri Kecil Menengah*. Gorontalo: Ideas Publishing.

pencapaian tujuan bersama. Modal sosial juga akan membentuk jaringan horizontal yang akan memunculkan kondisi saling menguntungkan, karena akan terjadi kerjasama dan koordinasi yang lebih baik.

Beberapa ahli telah memberikan definisi tentang modal sosial, namun ada tiga penulis yang sangat berpengaruh dalam mendefinisikan konsep modal sosial, yaitu Bourdieu, Coleman dan Putnam.⁶⁴ Bourdieu dengan marxisme lebih menitikberatkan pada soal ketimpangan akses terhadap sumber daya dan dipertahankannya kekuasaan, sedangkan Coleman lebih menekankan gagasannya pada individu yang bertindak secara rasional dalam rangka mengejar kepentingannya sendiri. Putnam juga mewarisi dan mengembangkan gagasannya tentang asosiasi aktivitas warga sebagai dasar bagi integrasi sosial dan kemakmuran. Walaupun ada sejumlah perbedaan diantara ketiganya mereka sepakat bahwa modal sosial terdiri dari hubungan-hubungan pribadi dan interaksi antar pribadi dengan nilai bersama yang diasosiasikan dengan kontak-kontak tertentu.

Teori mengenai modal sosial pertama kali dikembangkan oleh Pierre Bourdieu dan James Coleman. Konsep ini muncul ketika Bourdieu tertarik menganalisis hubungan atau relasi dominan dan hak.⁶⁵ Bourdieu menggunakan kata modal untuk menjelaskan bahwa setiap orang menggunakan relasi sosial dan budaya sebagai *'self-interested'* untuk ditukarkan dengan hal yang

⁶⁴ *Ibid.*

⁶⁵ Field, John. 2017. *Social Capital (Third edition)*. Routledge. New York.

menguntungkan. Meskipun orang-orang tidak memikirkan hubungan tersebut dapat menjadi modal, namun Bourdieu melihat bahwa relasi sosial dan budaya dapat dikembangkan menjadi asset disamping dari keberadaan modal ekonomi. Modal sosial dan budaya, keduanya dapat digunakan untuk membangun solidaritas dalam kelompok tertentu sehingga kombinasi dari keduanya dapat dikembangkan untuk menciptakan modal baru.⁶⁶ Untuk itu dalam memahami pemikiran modal sosial Bourdieu, dapat dijelaskan bahwa definisi modal sosial menurutnya adalah jumlah dari sumber daya yang dapat meningkatkan individu maupun kelompok ke tindakan yang lebih baik dalam menguasai jejaring atau relasi terlembaga yang saling mengenal mengakui keberadaan satu sama lainnya.⁶⁷

James Coleman mengartikan modal sosial sebagai struktur hubungan antar individu-individu yang memungkinkan mereka menciptakan nilai-nilai baru. Menurut Coleman, konsep modal sosial adalah sarana untuk menjelaskan bagaimana orang berusaha bekerja sama yang oleh Barbara Misztal dikemukakan bahwa teori pilihan rasional secara terus-menerus menjalankan tugas kerjasama sejalan dengan dalil individualisme dan kepentingan diri. Modal sosial memberikan pemecahan atas mengapa manusia memilih bekerjasama, bahkan ketika kepentingan paling utama terkesan dapat dipenuhi melebihi kompetisi.⁶⁸

⁶⁶ *Ibid.*

⁶⁷ *Ibid.*

⁶⁸ Rahmatiah. 2017. *Relasi Sosial dalam Pengembangan Industri Kecil Menengah*. Gorontalo: Ideas Publishing.

Fukuyama mendefinisikan modal sosial sebagai norma informal yang mendorong terjadinya kerjasama di antara dua orang atau lebih. Norma yang mengatur modal sosial bisa berasal dari norma resiprositas (hubungan timbal balik).⁶⁹ Kerjasama yang ada dalam modal sosial membentuk suatu organisasi dimana para anggotanya secara sukarela menyerahkan sebagian hak-hak individunya untuk bekerja bersama-sama mencapai suatu tujuan berdasarkan aturan-aturan yang disepakati. Kesepakatan tersebut menyebabkan setiap orang melaksanakan kewajibannya masing-masing secara bebas tanpa perlu diawasi, karena satu sama lain menaruh kepercayaan bahwa setiap orang akan melaksanakan kewajibannya. Hal tersebutlah yang disebut sebagai saling percaya (*mutual trust*). Apabila anggota kelompok mengharapkan anggota-anggotanya berperilaku jujur dan terpercaya, mereka akan saling mempercayai.⁷⁰

Modal sosial mencapai puncak ketenarannya ketika Robert Putnam menulis bukunya yang berjudul *Bowling Alone: America's Declining Social Capital*.⁷¹ Putnam mendefinisikan bahwa modal sosial merujuk pada bagian dari organisasi sosial, seperti kepercayaan, norma dan jaringan yang dapat meningkatkan efisiensi masyarakat dengan memfasilitasi tindakan-tindakan terkoordinasi.⁷² Menurut Putnam, suatu organisasi atau kelompok sosial akan besar jika mampu membangun tiga hal yaitu 1) kepercayaan, 2) norma yang

⁶⁹ Fukuyama, Francis. 2000. "Social Capital and Civil Society". *IMF Working Paper*. WP/00/7.

⁷⁰ Fukuyama, Francis. "Trust Kebijakan Sosial dan Penciptaan Kemakmuran". Jakarta: Kalam.

⁷¹ Santoso, Thomas. 2020. *Memahami Modal Sosial*. PUSTAKA SAGA. hlm 3.

⁷² Fukuyama, Francis. "Trust Kebijakan Sosial dan Penciptaan Kemakmuran". Jakarta: Kalam.

berlaku dan ditaati bersama, dan 3) jejaring yang kuat. Tiga pokok inilah yang dapat berkembang menjadi modal sosial. Putnam juga menjelaskan mengapa modal sosial merupakan suatu hal yang penting.⁷³ Putnam menjelaskan jika modal sosial memungkinkan masyarakat untuk menyelesaikan masalah-masalah kolektif secara lebih mudah.

Dari penjelasannya tersebut dapat dipahami jika masalah-masalah kolektif seperti kehadiran stigma bagi penyintas bipolar pun dapat diatasi dengan memanfaatkan modal sosial yang hadir dalam komunitas. Masyarakat seringkali memiliki kinerja yang lebih baik jika mereka saling bekerja sama antara satu sama lain. Hadirnya relasi serta kepatuhan dapat mempercepat penyelesaian dilema-dilema dalam memperoleh manfaat dari hasil kerja samanya. Dalam hal ini norma-norma sosial dan jaringan-jaringan yang akan memperkuat hal tersebut.

Putnam selanjutnya juga menjelaskan jika modal sosial merupakan sebuah pelumas bagi masyarakat untuk memiliki kehidupan yang lebih maju. Hadirnya rasa kepercayaan dan rasa saling percaya serta hadirnya intensitas interaksi secara berulang akan menghadirkan pertukaran sosial yang lebih mudah dan lancar. Kemudian dari hubungan aktif dan hubungan kepercayaan dengan orang lain akan mengembangkan dan saling menjaga karena pengetahuan tentang berbagai sifat-sifat dan karakter anggota masyarakat. Dari hal ini akan

⁷³ Santoso, Thomas. Op.Cit. hlm. 18.

meningkatnya rasa toleransi, mengurangi pandangan yang mengintimidasi pada orang lain, serta memiliki rasa empati pada apa yang dirasakan orang lain.

Putnam dalam karyanya *Bowling Alone* juga membedakan modal sosial dalam modal sosial pengikatan (*bonding social capital*) dan modal sosial penjemputan (*bridging social capital*).⁷⁴ Secara garis besar modal sosial yang hadir dalam suatu kelompok atau komunitas disebut dengan *bonding social capital*, sementara modal sosial antar kelompok disebut dengan *bridging social capital*.

a. Bonding Social Capital

Modal sosial pengikat ini lebih diarahkan untuk melihat ke dalam dan memiliki kecenderungan dalam memperkuat identitas dan memperkuat kelompok-kelompok yang memiliki kesamaan. Modal sosial ini juga penting untuk membangun hubungan resiprositas dan menghadirkan solidaritas sosial. Oleh karena itu modal sosial pengikat ini dapat dikatakan sebagai perekat yang luar biasa secara sosiologis.

b. Bridging Social Capital

Modal sosial penjemputan berbanding terbalik dengan *bonding social capital* karena lebih melihat keluar dan mencakup orang-orang di luar kelompok yang berlainan. Modal sosial ini sangat baik jika dimanfaatkan untuk membangun hubungan eksternal serta perluasan informasi kelompok. Modal sosial ini juga

⁷⁴ *Ibid.* hlm. 10.

dapat meningkatkan pembentukan identitas dan resiprositas yang semakin luas bagi suatu entitas. Modal sosial penjembutan ini selanjutnya dapat menyediakan penghubungan sosiologis bagi masyarakat.

Modal sosial juga dibentuk oleh beberapa elemen. Elemen-elemen modal sosial tersebut akan menjadi sumber munculnya interaksi antara orang-orang dalam satu komunitas. Hasil dari interaksi tersebut menjadi parameter pengukuran modal sosial, seperti tercipta atau terpeliharanya kepercayaan antar warga masyarakat. Untuk mengukur interaksi tersebut, ada tiga parameter modal sosial yang dapat digunakan, yaitu; kepercayaan (*trust*), norma (*norms*) dan jaringan sosial (*social networks*).⁷⁵

1. Kepercayaan (*Trust*)

Menurut Putnam kepercayaan sosial dapat muncul dari dua sumber yaitu, norma resiprositas dan jaringan masyarakat. Kepercayaan menjadi unsur pokok yang dapat mempermudah kegiatan masyarakat.⁷⁶ Kepercayaan adalah suatu hal penting yang kehadirannya akan mempengaruhi pada tindakan yang selanjutnya akan dilakukan. Dengan adanya rasa saling percaya, suatu pertukaran sosial yang menguntungkan dapat berjalan dengan lancar. Jika rasa kepercayaan tidak hadir maka antar individu tidak akan mengadakan suatu perjanjian atau hubungan yang baik. Kepercayaan merupakan nilai yang ditunjukkan oleh adanya perilaku jujur, teratur dan kerja sama berdasarkan

⁷⁵ *Ibid.* hlm 7.

⁷⁶ *Ibid.* hlm. 8

norma-norma yang dianut bersama. Pada dasarnya kepercayaan harus dimiliki dan menjadi bagian yang kuat untuk membentuk modal sosial yang baik, yang dapat ditandai dengan kuatnya lembaga-lembaga sosial yang menciptakan kehidupan yang harmonis dan dinamis.

Hasbullah juga berpendapat bahwa berbagai tindakan kolektif yang didasari atas rasa saling mempercayai yang tinggi akan meningkatkan partisipasi dalam berbagai ragam bentuk dan dimensi terutama dalam konteks membangun kemajuan bersama. Masyarakat yang kurang memiliki perasaan saling mempercayai akan sulit menghindari berbagai situasi kerawanan sosial dan ekonomi yang mengancam. Semangat kolektivitas tenggelam dan partisipasi masyarakat untuk membangun bagi kepentingan kehidupan yang lebih baik akan hilang. Lambat laun akan mendatangkan biaya tinggi bagi pembangunan karena masyarakat cenderung bersikap apatis dan hanya menunggu apa yang akan diberikan pemerintah. Apabila rasa saling mempercayai telah luntur maka yang akan terjadi adalah sikap yang menyimpang dari norma dan nilai yang berlaku.

Kepercayaan tersebut dibangun berdasarkan keterbukaan dan kejujuran terhadap individu atau kelompok lain. Perwujudan kepercayaan merupakan unsur pokok dari modal sosial. Kesetiaan diberi pengertian sebagai perasaan untuk saling memiliki terhadap suatu hubungan timbal balik, baik antar individu maupun kelompok. Kegiatan bersama sangat membutuhkan kesetiaan agar tidak muncul perasaan dan tindakan yang saling menjatuhkan.

Tanggung jawab sosial merupakan rasa memiliki terhadap perkembangan suatu masyarakat, dapat berupa tindakan bersama untuk mengambil keputusan dalam rangka memajukan peningkatan ke arah yang lebih baik. Kemandirian tanpa harus ada ketergantungan terhadap pemerintah untuk menciptakan kemajuan merupakan kelebihan yang harus dimiliki pada kelompok yang menginginkan modal sosial yang kuat.

2. Norma (*Norms*)

Norma merupakan sebuah susunan kerangka dari pemahaman terhadap nilai-nilai kehidupan berikut juga dengan harapan yang diyakini dan dijalankan oleh sekelompok orang. Norma yang terbentuk dapat didasari oleh nilai-nilai agama, nilai-nilai budaya, maupun nilai-nilai dari kehidupan sehari-hari yang dibuat menjadi aturan-aturan untuk menghadirkan suasana kehidupan yang tertib dan teratur. Norma menjadi bagian dari modal sosial karena hadir melalui kerjasama yang telah dilakukan sehingga kemudian diterapkan untuk kehidupan bersama. Norma-norma sosial akan berperan dalam mengontrol dan membatasi perilaku masyarakat itu sendiri.

Norma juga diartikan sebagai sebuah kumpulan aturan yang diharapkan dapat dipatuhi dan diikuti oleh anggota masyarakat dalam entitas sosial tertentu.⁷⁷ Hadirnya norma yang terkadang mengandung sanksi sosial juga diharapkan mampu mencegah individu melakukan sesuatu yang menyimpang

⁷⁷ Hasbullah, J. 2006. *Social Capital (Menuju Keunggulan Budaya Manusia Indonesia)*. MR-United Press.

dari Masyarakat. Selain itu dapat hadir pula aturan yang bersifat kolektif yang hadir tidak dalam bentuk tertulis namun dipahami dan dijalankan oleh anggotanya sebagai pedoman tingkah laku mereka dalam menjalankan hubungan sosial.

3. Jaringan Sosial (*Social Networks*)

Putnam menjelaskan jika gagasan inti dari modal sosial adalah jika jaringan sosial memiliki sebuah nilai yang dapat memberikan pengaruh penting. Hubungan dengan pihak lain dapat mempengaruhi produktivitas individu maupun kelompok.⁷⁸ Putnam juga berpendapat jika semakin banyak jaringan yang dimiliki dalam suatu komunitas dapat menumbuhkan hubungan timbal balik yang dapat memfasilitasi komunikasi dan memperkuat kepercayaan sehingga menghasilkan kerja sama yang saling menguntungkan.⁷⁹ Menurut Putnam, hubungan kerja sama dengan tujuan untuk membantu perbaikan kehidupan orang lain akan mendorong hadirnya kerja sama yang kuat.⁸⁰ Jaringan yang merupakan modal sosial juga dapat berperan sebagai saluran informasi yang berguna untuk memfasilitasi pencapaian suatu tujuan.⁸¹

Menurut Hasbullah, masyarakat selalu berhubungan sosial dengan masyarakat lain melalui berbagai bentuk hubungan yang saling berdampingan

⁷⁸ Fu, Qianhong & Stephenson, Max & Ebrahim, Chair. 2004. Trust, Social Capital, and Organizational Effectiveness. *Paper*. Virginia Polytechnic Institute and State University. hlm. 8-9

⁷⁹ *Ibid*. hlm. 11

⁸⁰ Field, John. 2010. *Modal Sosial*. Kreasi Wacana. hlm. 18

⁸¹ Santoso, Thomas. *Op.Cit*. hlm. 19.

dan dilakukan atas prinsip sukarela, kesamaan, kebebasan dan keadaban. Kemampuan anggota-anggota kelompok atau masyarakat untuk selalu menyatukan diri dalam suatu pola hubungan yang sinergi, akan sangat besar pengaruhnya dalam menentukan kuat tidaknya modal sosial suatu kelompok. Dalam hal ini jaringan sosial tentunya memiliki peran yang penting. Jaringan hubungan sosial biasanya akan diwarnai oleh suatu tipologi tertentu yang sejalan dengan karakteristik dan orientasi kelompok. Pada kelompok sosial, yang biasanya terbentuk secara tradisional atas dasar kesamaan garis keturunan, pengalaman-pengalaman sosial turun temurun, dan kesamaan kepercayaan pada dimensi ketuhanan cenderung memiliki kohesivitas tinggi, tetapi jaringan maupun kepercayaan yang terbentuk sangat sempit.

Jaringan sosial juga dapat dilihat melalui asumsi bahwa satu pihak tergantung pada sumber-sumber yang di kontrol oleh pihak lain, dan bahwa ada keuntungan yang bisa diperoleh dari penggabungan sumber daya. Sehingga dengan adanya ketergantungan ini tidak ada pihak yang mengejar kepentingannya sendiri dengan merugikan pihak lain. Jaringan dapat menjadi penghubung dalam mendukung terjadinya interaksi yang selanjutnya dapat menumbuhkan kepercayaan dan kerja sama yang kuat. Semakin kuat bentuk kerja sama yang hadir dan terbentuk maka akan menghadirkan kerja sama serta kehadiran modal sosial yang akan semakin kuat pula.⁸² Modal sosial bukan

⁸² Lestari, Rini Puji, dkk. 2018. Analisis Modal Sosial untuk Kesejahteraan Masyarakat Lokal. *Cakrawalajournal*. hlm. 90.

merupakan sesuatu yang hanya dibangun oleh satu orang individu saja, melainkan hadir dari individu yang tumbuh dalam sebuah kelompok yang saling berhubungan satu sama lain.

Jaringan-jaringan yang merupakan modal sosial juga dapat bertindak sebagai alat untuk menyalurkan informasi yang berguna dalam memfasilitasi pencapaian tujuan. Putnam menuturkan jika orang-orang yang dalam kehidupannya penuh dengan modal sosial maka dirinya akan mampu mengatasi trauma secara lebih baik dan menyembuhkan penyakitnya secara lebih efektif.⁸³ Berdasarkan penuturan Putnam ini dapat dipahami jika modal sosial juga memiliki peran dalam upaya untuk mengatasi rasa trauma serta penyakit yang hadir di masyarakat.

Dari definisi-definisi yang dikemukakan di atas, dapat dilihat bahwa pandangan para ahli modal sosial sejalan dengan kenyataan yang ada pada masyarakat, dimana masyarakat yang memiliki modal sosial adalah masyarakat yang harmonis dan dinamis. Hal ini terjadi karena modal sosial juga dapat berupa kepekaan dan rasa tanggung jawab antar individu dalam kelompok yang mengarahkan ke hubungan horizontal walaupun perbedaan status ekonomi masih tetap dirasakan. Masyarakat yang memiliki modal sosial tinggi antara lain dapat dilihat dari rendahnya angka kriminal dan sedikitnya jumlah kebijakan formal, namun jika modal sosial rendah, dan norma sosialnya sedikit, maka kerjasama

⁸³ Santoso, Thomas. 2020. *Memahami Modal Sosial*. PUSTAKA SAGA. hlm 19.

antar orang hanya dapat berlangsung di bawah sistem hukum dan regulasi yang bersifat formal. Modal sosial yang tinggi hanya akan tercipta bila ada sikap resiprositas yang tinggi, artinya interaksi bukan semata-mata hanya sebagai suatu pertukaran yang penuh perhitungan tapi kombinasi antara sifat altruis jangka pendek dengan harapan keuntungan dalam jangka panjang.⁸⁴

Pembahasan modal sosial pada prinsipnya juga akan berbicara mengenai kohesi sosial. Pokok pikiran modal sosial yang berkaitan dengan kohesi sosial adalah bahwa jaringan merupakan sebuah aset yang sangat bernilai tinggi bagi kohesi sosial sebab akan mendorong hadirnya lingkup kerja sama untuk selanjutnya memperoleh sesuatu yang bermanfaat.⁸⁵ Putnam juga menjelaskan jika memanfaatkan relasi untuk bekerja sama dapat dimanfaatkan untuk menyelesaikan masalah bersama.

Kohesi sosial sendiri menurut Schmitt merupakan sebuah proses pengembangan masyarakat yang sedang berlangsung meliputi nilai-nilai bersama, tantangan bersama, dan kesempatan yang setara dalam masyarakat berdasarkan sikap percaya, harapan, dan timbal balik di antara masyarakat.⁸⁶

Upaya pengukuran modal sosial yang pernah dilakukan oleh Putnam selanjutnya menjelaskan jika tingkat kohesi sosial dalam komunitas akan mempengaruhi

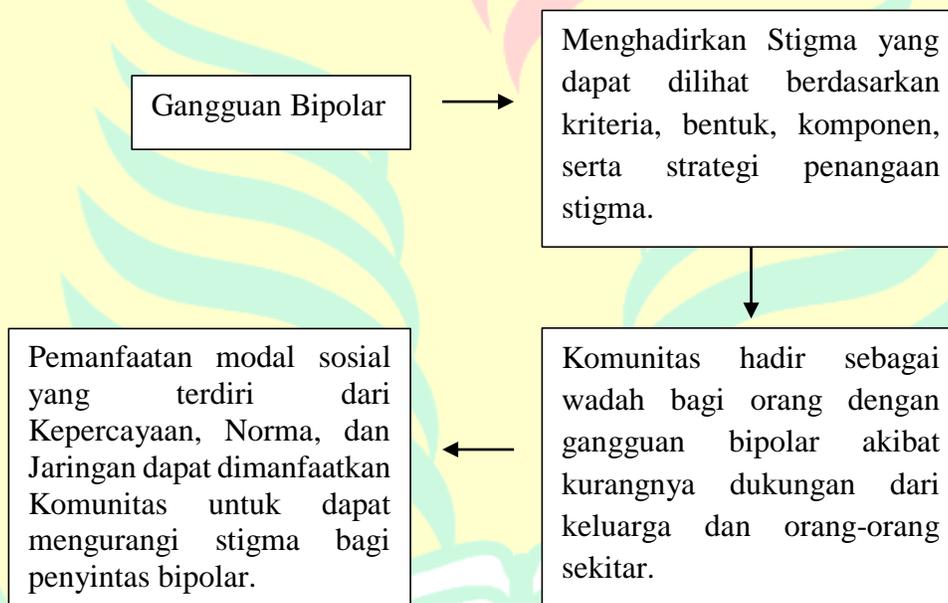
⁸⁴ Rahmatiah. 2017. *Relasi Sosial dalam Pengembangan Industri Kecil Menengah*. Gorontalo: Ideas Publishing.

⁸⁵ Field, John. 2010. *Modal Sosial*. Kreasi Wacana.

⁸⁶ Berger-Schmitt, Regina. 2002. Considering social cohesion in quality of life assessment: concept and measurement. *Social Indicators research*. Vol. 58(1/3): 403-428.

hadirnya tindakan kolektif.⁸⁷ Sebuah kelompok dengan disiplin tinggi, terorganisir dengan baik, serta memiliki nilai-nilai bersama yang kuat akan mampu melakukan tindakan kolektif yang sangat terkoordinir.

Skema 1.2 Hubungan Antar Konsep



Sumber: Analisis Penulis, 2023

⁸⁷ Santoso, Thomas. Op.Cit. hlm. 152.

1.7. Metodologi Penelitian

1.7.1 Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Pendekatan penelitian kualitatif adalah penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi dan pemikiran orang secara individual maupun kelompok.⁸⁸ Penelitian kualitatif ini membutuhkan pemahaman pembaca mengenai tujuan penelitian, menyebutkan desain yang spesifik, merefleksikan peran peneliti dalam penelitian, menggambarkan jenis sumber data, menggunakan pedoman dalam mengambil data, menganalisis data melalui beberapa langkah analisis, dan menyebutkan pendekatan untuk mendokumentasikan keakuratan atau validitas data yang dikumpulkan.⁸⁹ Metode yang digunakan merupakan metode studi kasus untuk melihat dan mendalami problematika interaksi sosial yang dialami penyintas gangguan bipolar ditengah stigma negatif masyarakat tentang bipolar. Metode studi kasus merupakan metode yang digunakan untuk menggali lebih dalam suatu fenomena.

⁸⁸ Sukmadinata. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. hlm. 10

⁸⁹ Creswell, John W. 2014. *Research Design : Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches 4th Edition*. United States of America: SAGE Publication. hlm. 232

1.7.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam Komunitas Bipolar Care Indonesia yang berlokasi di wilayah Cikokol Tangerang. Waktu penelitian dilaksanakan sekitar bulan Mei 2022 – Juni 2023.

1.7.3. Subjek Penelitian

Dalam mencari data yang diperlukan untuk penelitian ini, pihak-pihak yang dilibatkan untuk menjadi subjek penelitian berjumlah 10 orang. Terdiri dari 3 orang pengurus Bipolar Care Indonesia Tangerang, 4 orang penyintas bipolar yang menjadi anggota dalam Bipolar Care Indonesia Tangerang sebagai Informan kunci serta 3 orang *caregiver* penyintas bipolar yang berperan sebagai triangulasi data.

Tabel 1.1 Informan Penelitian

No.	Nama	Posisi	Peran dalam Penelitian
1.	Angel Cathrine	Penyintas Bipolar Anggota Bipolar Care Indonesia Tangerang.	Memberikan informasi terkait stigma negatif yang dirasakan oleh penyintas bipolar, hambatan interaksi bagi penyintas bipolar, pengaruh modal sosial yang dimiliki komunitas dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar.

2.	NJ	Penyintas Bipolar Anggota Bipolar Care Indonesia Tangerang.	Memberikan informasi terkait stigma negatif yang dirasakan oleh penyintas bipolar, hambatan interaksi bagi penyintas bipolar, pengaruh modal sosial yang dimiliki komunitas dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar.
3.	Luthfiany Rahmadanila	Penyintas Bipolar Anggota Bipolar Care Indonesia Tangerang.	Memberikan informasi terkait stigma negatif yang dirasakan oleh penyintas bipolar, hambatan interaksi bagi penyintas bipolar, pengaruh modal sosial yang dimiliki komunitas dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar.
4.	Siwi Fitriani	Penyintas Bipolar Anggota Bipolar Care Indonesia Tangerang.	Memberikan informasi terkait stigma negatif yang dirasakan oleh penyintas bipolar, hambatan interaksi bagi penyintas bipolar, pengaruh modal sosial yang dimiliki komunitas dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar.
5.	Eka Gusmanti	Pengurus Anggota Bipolar	Memberikan informasi terkait stigma negatif yang

		Care Indonesia Tangerang.	dirasakan oleh penyintas bipolar, hambatan interaksi bagi penyintas bipolar, pengaruh modal sosial yang dimiliki komunitas dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar.
6.	Mayang Shyaqinah Putri	Pengurus Bipolar Care Indonesia Tangerang.	Memberikan informasi terkait profil Bipolar Care Indonesia Tangerang, modal sosial yang dimiliki Bipolar Care Indonesia Tangerang, serta pemanfaatan modal sosial yang dimiliki Bipolar Care Indonesia Tangerang
7.	Cessy	Pengurus Bipolar Care Indonesia Tangerang.	Memberikan informasi terkait profil Bipolar Care Indonesia Tangerang, modal sosial yang dimiliki Bipolar Care Indonesia Tangerang, serta pemanfaatan modal sosial yang dimiliki Bipolar Care Indonesia Tangerang
8.	Shelda	Caregiver penyintas bipolar.	Triangulasi data / memperkuat informasi terkait hasil wawancara dengan penyintas

			bipolar dan pengurus komunitas.
9.	Resi Fadilah	<i>Caregiver</i> penyintas bipolar.	Triangulasi data / memperkuat informasi terkait hasil wawancara dengan penyintas bipolar dan pengurus komunitas.
10.	Harveey Tamami	<i>Caregiver</i> penyintas bipolar.	Triangulasi data / memperkuat informasi terkait hasil wawancara dengan penyintas bipolar dan pengurus komunitas.

1.7.4. Peran Peneliti

Dalam penelitian ini peneliti berperan sebagai aktor dari luar yang melaksanakan kegiatan penulisan melalui kegiatan turun kelapangan mulai dari penyaringan data, observasi, wawancara dengan narasumber terkait, hingga penulisan hasil laporan kegiatan penulisan. Untuk memperoleh data yang dibutuhkan peneliti melakukan observasi serta wawancara secara langsung tatap muka dengan informan dengan berdasarkan pada pedoman wawancara yang sebelumnya sudah dipersiapkan. Peneliti berusaha untuk menggali informasi dan mencari tahu hal-hal terkait dengan stigma yang hadir bagi orang dengan gangguan bipolar, hambatan interaksi yang dimiliki orang dengan gangguan bipolar, peran komunitas sebagai wadah bagi orang dengan gangguan bipolar, serta bentuk dan pemanfaatan modal sosial yang dimiliki komunitas untuk dapat

memberdayakan anggota komunitas. Peneliti juga berusaha untuk menyajikan informasi yang telah didapatkan dalam bentuk dokumentasi serta catatan lapangan selama proses penelitian dilakukan.

1.7.5. Teknik Pengumpulan Data

A. Wawancara mendalam

Wawancara mendalam dipilih peneliti untuk dapat mengumpulkan data beragam dari para informan dalam berbagai situasi dan kondisi. Peneliti menggunakan wawancara terstruktur dalam penelitian ini. Wawancara terstruktur adalah wawancara di mana peneliti menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan data. Wawancara ini dilakukan peneliti dengan memilih informan yang dipandang mampu untuk memberikan data yang akurat.

B. Observasi

Pada penelitian ini peneliti melakukan observasi secara langsung dengan datang langsung bertemu dengan anggota Bipolar Care Indonesia Tangerang untuk dapat melakukan pengamatan langsung pada proses interaksi yang dilakukan dan observasi tidak langsung melalui pengamatan melalui media sosial instagram Bipolar Care Indonesia Tangerang. Observasi dilakukan untuk dapat melihat realita yang terdapat di lapangan dan mampu menganalisis penelitian berdasarkan data wawancara dan juga hasil temuan.

C. Dokumentasi dan Studi Kepustakaan

Teknik pengumpulan data melalui dokumentasi ialah pengambilan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen. Peneliti mencoba mengambil berbagai macam bentuk data pendukung penelitian seperti gambar, artikel, data keanggotaan, rekaman, dan *field note*. Dokumentasi dalam penelitian ini nantinya akan berhubungan dengan penelitian seperti struktur organisasi, gambaran umum, serta berbagai kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan dalam Bipolar Care Indonesia Tangerang.

1.7.6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses pencarian serta penyusunan dengan cara sistematis data yang didapatkan dari hasil wawancara, observasi, serta dokumentasi. Proses ini diawali dengan mengorganisasikan data kedalam kategori tertentu, kemudian dijabarkan dalam unit-unit tertentu, disusun ke dalam pola tertentu, dilakukan reduksi data untuk memilah data mana yang dibutuhkan dan akan diperdalam, dianalisis dengan cara diinterpretasikan ke dalam suatu abstraksi dan kerangka pemikiran tertentu kemudian dikaitkan dengan teori yang relevan, serta membuat simpulan sehingga mudah dipahami oleh peneliti serta pembaca.⁹⁰

⁹⁰ Hardani & dkk. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu Group. hlm 162.

Analisis data untuk penelitian kualitatif merupakan analisis yang bersifat induktif. Analisis ini didasarkan pada data yang diperoleh untuk selanjutnya dikembangkan. Menurut Miles dan Huberman analisis data dibagi dalam tiga langkah yang terjadi secara bersamaan.⁹¹ Pertama, diawali oleh proses reduksi data yaitu proses pemilihan, pemusatan perhatian, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak dibutuhkan, serta mengorganisasi data dengan cara tertentu sehingga simpulan akhir dapat terbentuk. Kedua, penyajian data yang dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori data, dan lain sebagainya. Ketiga, penarikan simpulan dan verifikasi data yang berisikan intisari dari temuan penelitian yang menggambarkan informasi akhir berdasarkan uraian yang sebelumnya sudah dijelaskan. Sehingga dengan demikian rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal dapat terjawab.

1.7.7. Triangulasi Data

Triangulasi data dalam penelitian ini peneliti lakukan dengan mewawancarai beberapa orang-orang terdekat dari penyintas bipolar yang menjadi anggota Bipolar Care Indonesia Tangerang atau yang biasa disebut dengan *caregiver*. Penulis berhasil bertemu dan mewawancarai tiga orang *caregiver* bagi penyintas bipolar yaitu 2 orang pasangan penyintas bipolar serta satu orang saudara dari penyintas bipolar. Penulis mencoba untuk memvalidasi

⁹¹ *Ibid.* hlm. 163.

data hasil wawancara dengan pengurus Bipolar Care Indonesia serta penyintas bipolar berkaitan dengan kehadiran stigma bagi penyintas bipolar, bagaimana kehadiran modal sosial yang ada di Bipolar Care Indonesia dilihat dari sudut pandang mereka sebagai *caregiver* serta bagaimana pemanfaatan modal sosial tersebut untuk dapat mengurangi kehadiran stigma bagi penyintas bipolar. Validasi data ini dilakukan untuk lebih memperjelas data yang sudah didapatkan dan membantu meyakinkan penulis terhadap data yang masih meragukan.

1.8 Sistematika Penulisan

Penelitian ini terdiri atas tiga bagian utama yaitu pendahuluan, isi dan penutup. Tiga bagian ini akan dibagi kembali atas lima bab yang setiap babnya berisikan sub-sub bab berisikan pembahasan yang sistematis dan terkait satu sama lain. Lima bab tersebut antara lain, BAB I, berisikan pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah mengapa permasalahan tersebut diangkat dalam penelitian ini, permasalahan penelitian dan rumusan masalah berkaitan dengan fokus masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan literatur sejenis, kerangka konseptual, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II, akan berisikan mengenai gambaran umum Komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang yang didalamnya meliputi sejarah terbentuknya Bipolar Care Indonesia Tangerang, profil umum Bipolar Care Indonesia Tangerang, visi dan misi Bipolar Care Indonesia Tangerang, struktur organisasi Bipolar Care Indonesia Tangerang, program dan kegiatan Bipolar Care Indonesia Tangerang, serta

keanggotaan penyintas Bipolar Care Indonesia Tangerang yang akan memaparkan karakteristik kehidupan penyintas bipolar yang bergabung dalam Bipolar Care Indonesia Tangerang.

BAB III, akan berisikan hasil temuan penelitian yang didapatkan dari hasil observasi maupun wawancara mendalam dengan informan serta data-data lainnya. Peneliti akan memaparkan hasil temuan menjadi beberapa sub bab. Pertama peneliti akan menguraikan bentuk-bentuk stigma bagi penyintas bipolar. Kedua akan mengidentifikasi bentuk modal sosial dalam Komunitas Bipolar Care Indonesia Tangerang yang akan kembali dibagi menjadi 3 bagian yaitu aspek Kepercayaan, Norma, dan Jaringan Sosial.

BAB IV, akan berisikan analisis dari hasil penelitian berdasarkan temuan di lapangan dengan teori sosiologi Modal Sosial yang menjadi dasar penelitian skripsi. Pada bab ini hasil analisis akan dibagi menjadi beberapa sub bagian. Pertama, akan menguraikan mengenai strategi penanganan stigma dalam komunitas bipolar care indonesia tangerang. Kedua, akan menguraikan pemanfaatan modal sosial kepercayaan dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar. Ketiga, akan menguraikan mengenai pemanfaatan modal sosial norma dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar. Keempat, akan menguraikan pemanfaatan modal sosial jaringan sosial dalam mengurangi stigma bagi penyintas bipolar. Terakhir akan menguraikan refleksi kependidikan dari hasil penelitian yang dilakukan.

Selanjutnya BAB V akan berisikan penutup berupa kesimpulan sebagai hasil penelitian yang telah dilakukan serta saran baik untuk Bipolar Care Indonesia Tangerang, untuk masyarakat luas, maupun untuk penelitian selanjutnya.

