

Kepribadian Ganda dan Sisi di Balikny

Kepribadian Ganda atau *Dissociative Identity Disorder* adalah suatu penyakit psikologis yang diakibatkan oleh trauma mendalam di masa lalu yang biasanya dimulai pada usia kanak-kanak di bawah enam tahun. Faktor utama dari timbulnya gejala Kepribadian Ganda dan masalah kesehatan mental lainnya adalah trauma yang dialami seperti bentuk pelecehan baik seksual, verbal maupun kekerasan fisik. Anak-anak yang telah dianiaya dan dilecehkan ini lah yang akhirnya secara tidak sengaja tertanam sejumlah masalah kesehatan mental, yang salah satunya adalah Kepribadian Ganda. Kepribadian Ganda sendiri dicirikan sebagai penyakit yang mengakibatkan kurangnya ingatan, pikiran, perasaan serta hilangnya ingatan yang jangkauannya terlalu luas. Biasanya penderita akan berusaha menjauhkan dirinya sendiri dari lingkungan yang menurut mereka terancam dan tidak nyaman.

Penyebab adanya Kepribadian Ganda pada diri penderitanya dimungkinkan karena respons psikologis saat trauma pelecehan dan kekerasan pada masa kanak-kanak terjadi yang akhirnya mengganggu perkembangan kepribadian. Sering kali gangguan dan trauma yang menyimpannya cenderung membahayakan dan mengancam jiwanya. Faktor lain dari timbulnya Kepribadian Ganda adalah ketika si penderitanya merasa terabaikan dan dilecehi secara emosional selama terus menerus, bahkan ketika tidak ada pelecehan fisik dan seksual yang dialami.

Hal yang dirasakan penderita Kepribadian Ganda ketika sedang mengalami gejalanya adalah ketidakmampuan untuk mengingat memori yang dimiliki dan merasa diatur oleh pikiran mereka sendiri. Mereka juga merasa seolah memasuki dunia lain yang berbeda dari dunia normal biasanya, keadaan dan tekanan yang terjadi menyebabkan perubahan yang lain bermunculan. Pada saat itu lah identitas yang banyak saling bermunculan dan membuat pertentangan hingga akhirnya muncul konflik-konflik dalam diri. Kepribadian Ganda hadir pada penderitanya dalam dua atau lebih identitas yang secara tidak langsung saling bergantian mengambil alih kendali. Penderitanya pula cenderung tidak bisa menyelaraskan diri sendiri, ingatan dan kesadaran dalam satu kesatuan yang utuh.

Penderita selalu memiliki gejala pasca-trauma seperti mimpi buruk, *flashback* yang membuat gelisah dan khawatir yang berakibat pula menjadi kestressan. Penelitian menunjukkan pula bahwa penderita Kepribadian Ganda lebih sering terjadi pada kerabat biologis atau orang-orang terdekat yang sebelumnya juga memiliki riwayat penyakit Kepribadian Ganda. Beberapa ahli berpendapat bahwa penderita Kepribadian Ganda ini mudah diduga, hal ini dimungkinkan karena gejalanya yang bisa terlihat, namun diagnosis ini tidak bisa ditelan begitu saja tanpa adanya pembelajaran dan pengecekan khusus.

Penanggulangan dan perawatan utama dari penderita Kepribadian Ganda adalah melakukan psikoterapi untuk jangka yang panjang dengan tujuan mengoptimalkan identitas banyak yang saling mengambil alih serta memicu konflik satu sama lain dalam dirinya menjadi kesatuan yang utuh dan tetap. Tentunya dengan perawatan yang tepat dan dengan orang yang profesional di bidangnya, banyak pula penderita Kepribadian Ganda yang sedikit-sedikit membaik dan mengalami peningkatan dalam kemampuan diri, pekerjaan dan kehidupan pribadi penderitanya.