

Dinamika Psikologis Wanita Dewasa Awal dengan Gangguan *Compulsive hoarding*: Sebuah Studi Kasus

Grace Natasya

Fakultas Psikologi

Grace1manado@gmail.com

Abstrak - Tujuan penelitian ini adalah menggambarkan dinamika psikologis perilaku *compulsive hoarding* dengan mengungkapkan variasi masalah *hoarding* yang dimiliki oleh setiap subjek penelitian, problem-problem yang terjadi sebagai dampak dari perilaku *hoarding* disertai upaya untuk mengatasi masalah *hoarding* dan keberhasilannya, dan juga penyebab munculnya gangguan dari perspektif pospositivistik. Dengan menggunakan perspektif ini, kerangka berpikir peneliti tidak hanya berfokus pada teori, tetapi juga memunculkan variasi atau kekhasan masing-masing individu. Penelitian ini menunjukkan bahwa onset gejala-gejala perilaku *hoarding* dimulai sejak pertengahan masa Sekolah Dasar, ditengarai muncul bersamaan dengan pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan yang dialami oleh individu penderita *compulsive hoarding*. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kerentanan yang menimbulkan gangguan *hoarding* adalah pola asuh yang otoriter, *permissive indulgent*, dan adanya *bullying* di sekolah.

Kata kunci: *compulsive hoarding*, wanita, dewasa awal, pola asuh otoriter, pola asuh *permissive indulgent*, *bullying*

PENDAHULUAN

Tidak banyak orang mengetahui arti kata *Compulsive hoarding*, hal ini disebabkan oleh karena istilah tersebut jarang didengar bahkan disebutkan dalam lingkup kegiatan sehari-hari, khususnya di Negara ini (Indonesia). *Compulsive hoarding* sendiri merupakan istilah yang mengarah pada salah satu gangguan oleh DSM (*diagnostic and statistical manual of mental disorders*) sebagai gejala dari gangguan yang lainnya yakni *obsessive compulsive disorder*. Namun, seiring banyaknya penelitian yang meneliti gangguan ini, maka dibuktikan bahwa sebenarnya *compulsive hoarding* merupakan gangguan yang terpisah atau bukanlah gejala dari OCD.

Penelitian ini menggunakan definisi *compulsive hoarding* sebagai suatu gangguan yang dialami oleh individu dengan menunjukkan perilaku mengumpulkan benda-benda terpakai maupun tidak terpakai, yang artinya selain mengambil benda-benda, individu juga akan menyimpan dan menjadi sangat sulit untuk membuang benda-benda tersebut. Proses dalam diri individu yang memutuskan untuk tetap menyimpan (memertahankan/tidak membuang) benda-benda yang sudah tidak diberguna sangat rumit, karena banyak hal yang mendasari keputusan tersebut, diantaranya individu merasa bingung untuk memilih benda yang harus dibuang dan yang tidak harus dibuang, atau bisa jadi individu yakin bahwa benda-benda tersebut tidak harus dibuang karena masih bisa digunakan atau dipakai di masa yang akan datang.

Bagi para *hoarders* benda-benda tersebut memiliki nilai yang cukup sensitif, dan mereka sangat memaknai hal tersebut. Tidak dipungkiri bahwa dalam diri individu dengan gangguan *compulsive hoarding* memiliki masalah yang perlu digali lebih dalam terkait perasaan, pikiran, perilaku yang muncul disamping perilaku menimbun. Beberapa sumber menjelaskan bahwa terdapat masalah yang umum dialami oleh para *hoarders* yakni adanya keyakinan yang menyimpang atau penyimpangan sudut pandang dikenal dengan sebutan *distorted belief*. Jika *distorted belief* dikombinasikan dengan *emotional attachment* (keterikatan emosi),

maka semakin beralasan jika para *hoarders* tetap menjaga benda-benda kepunyaannya di area paling pribadi menurutnya (biasanya rumah).

Jika ditarik kebelakang, gangguan ini disebabkan oleh karena pengalaman traumatis atau *stressful life events*, yang bermula dari adanya tekanan dalam kehidupan individu. Berbagai penelitian saat ini, diungkap mengenai trauma-trauma tertentu seperti kecelakaan serius, bencana alam, dan kekerasan seksual menjadi penyebab terjadinya gangguan *compulsive hoarding* (Przeworski et al., 2014). Namun, data-data tersebut belum sepenuhnya lengkap karena masih banyak lagi pengalaman traumatis yang dikaitkan dengan pertama kalinya muncul gejala gangguan *compulsive hoarding*. Misalnya pengalaman *bullying* yang terus menerus terjadi selama jangka waktu tertentu (Landau et al., 2010).

Munculnya gejala *hoarding* pasca kejadian yang mengandung stres dan perasaan kehilangan (trauma) tidak terkait dengan data demografis lainnya seperti perbedaan jenis kelamin, usia, dll. Tetapi, lebih dikarenakan munculnya kejadian yang penuh tekanan, lalu individu tidak mampu membendunginya (Przeworski, 2014). Jika dampak gangguan *compulsive hoarding* merusak fungsi kehidupan individu seperti mengganggu fungsi pekerjaan dan hubungan/relasi sosial, misalnya merusak fungsi sosial, sehingga seseorang kurang tertarik dengan pernikahan atau urusan rumah tangga (dalam Tolin et al., 2008), maka bagi individu dewasa awal mungkin cukup mengalami tantangan ketika akan menjalin relasi yang lebih intim dengan lawan jenis (tugas perkembangan dewasa awal). Seperti yang dipahami bersama bahwa tahap dewasa awal merupakan masa-masa yang penting bagi setiap individu karena berkaitan dengan menentukan taraf hidupnya atau keadaan dirinya sebagai seorang dewasa secara utuh (Santrock, 2002). Masa dewasa awal ditandai dengan mampu atau tidaknya seseorang untuk berpikir secara realistis dengan mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatan yang diambilnya (berperilaku). Individu-individu yang mencapai masa dewasa awal sudah mampu menyadari perilaku yang sesuai/relevan dan yang tidak relevan sama sekali, atau juga sudah mampu mendeteksi kesalahan yang telah dilakukannya. Masa-masa ini disebut juga tahapan usia yang penuh dengan

masalah (*problem age*), karena biasanya orang-orang yang mencapai usia ini sudah memasuki lingkungan pekerjaan, menjalin hubungan asmara dengan pasangan (teman hidup). Oleh karena itu, penelitian ini akan memerdalam mengenai dinamika yang terjadi dalam pribadi individu pada usia dewasa awal dengan perilaku *compulsive hoarding*.

METODE

Pertama-tama subjek penelitian yang berjumlah dua orang diminta untuk mengisi angket HRS-I (*Hoarding Rating Scale-Interview*) yang diadaptasi dari Tolin DF, Frost RO, Steketee G, Gray KD, dan Fitch KE pada tahun 2008, dalam *The economic and social burden of compulsive hoarding, Psychiatry Research* 160, 200–211, yang telah diuji cobakan kepada 31 partisipan penelitian dengan skor reliabilitasnya sebesar 0,92 serta korelasi aitem sekitar 0,74 sampai 0,91.

Individu yang terpilih menjadi subjek penelitian memiliki skor total HRS-I sebesar atau lebih dari 24,22 karena masuk dalam kriteria klinis masalah *compulsive hoarding*. Skor ini diperoleh dari hasil menjumlahkan ke lima aitem yang dipersoalkan dalam instrumen tersebut, tiap-tiap butir pertanyaan terdiri dari skala 0 (tidak ada masalah) sampai 8 (sangat bermasalah) (Tolin et al. 2010). Berdasarkan urutan HRS-I dari nomor 1 sampai 5 masing-masing mengukur gejala *hoarding* yakni *clutter*, *difficulty discarding*, *acquisition*, *distress*, dan *impairment* yang individu alami akibat *hoarding*.

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah *in depth interview* atau wawancara mendalam dengan posisi peneliti sebagai pihak yang mengajukan pertanyaan. Wawancara seperti ini banyak menggali informasi-informasi mengenai seluruh aspek kehidupan subjek. Selain itu, peneliti juga akan melakukan pengumpulan data dengan menggunakan metode observasi. Observasi merupakan aktifitas mengamati sebuah perilaku secara lebih akurat (Poerwandari, 1998). Dalam observasi, jika memungkinkan peneliti akan melihat kondisi tempat tinggal subjek yang senyatanya. Pertimbangannya bahwa sejak survey awal, salah seorang subjek penelitian menolak untuk diwawancarai di rumah dengan berbagai

macam alasan agar peneliti tidak berkunjung ke rumahnya (tidak ingin keadaan rumahnya terekspos orang lain). Hal-hal yang bisa jadi bahan observasi adalah seputar letak benda, jumlah benda-benda yang sejenis, dan kualitas atau kegunaan benda-benda yang dimiliki oleh subjek. Namun, jika tidak memungkinkan (subjek tidak bersedia memerlihatkan keadaan rumah) maka, deskripsi keadaan tempat tinggal melalui verbalisasi subjek bisa digunakan sebagai gambaran keadaan tempat tinggal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan variasi perilaku *hoarding* pada kedua subjek. Dengan kata lain, baik jenis benda yang dikumpulkan maupun aspek gangguan *hoarding* bervariasi pada keduanya. Tingkat keparahan gangguan yang ditandai dengan *insight* mengenai masalah *hoarding* yang diderita juga berbeda antara satu dengan yang lainnya. Berikut ini hasil wawancara mendalam yang disajikan ke dalam tabel-tabel.

Tabel 1
Hasil angket HRS-I (Hoarding Rating Scale-Interview) subjek penelitian

Aspek <i>hoarding</i> yang diukur	Skor Putri	Skor Dian
<i>Clutter</i> (keadaan tempat tinggal yang berantakan)	7 (parah cenderung sangat sulit)	5 (sedang menuju parah)
<i>Difficulty discarding</i> (sulit membuang benda kepunyaan pribadi)	6 (parah)	6 (parah)
<i>Acquisition</i> (memeroleh benda dengan cara apa membeli, ambil gratisan, atau mencuri)	5 (sedang menuju parah)	5 (sedang menuju parah)
<i>Distress</i> (terganggunya emosi akibat tiga perilaku <i>hoarding</i> : <i>clutter</i> , <i>difficulty discarding</i> , dan <i>acquisition</i>)	6 (parah)	4 (sedang)
<i>Impairment</i> (dampak buruk bagi diri sendiri dan orang lain)	7 (parah cenderung sangat sulit)	5 (sedang menuju parah)
Total	31	25

Perbandingan Jenis Benda

Ada dua jenis benda yang berada dalam jangkauan Putri dan disimpan di tempat penyimpanan yaitu sekumpulan benda yang layak digunakan karena baru dibeli maupun yang sudah tidak layak digunakan karena tergolong benda-benda lama, lalu oleh adanya pihak ketiga yang lebih berkuasa, maka mau atau tidak mau dipaksa membuang. Normalnya, benda-benda dalam jumlah yang besar (sudah tidak terpakai) bisa saja disortir atau dipilih berdasarkan tampilan luarnya yang masih dapat digunakan kembali dan yang sama sekali tidak, namun bagi Putri sekalipun benda itu sudah usang beberapa justru kembali berada di tempat penyimpanan demi melaksanakan misi penyelamatan barang-barang berharga miliknya. Benda-benda yang mendominasi lokasi tempat tidur Putri seperti baju, sepatu, tas, aksesoris seperti jepitan, cincin, dan ban pinggang, benda berbahan kertas (novel), dan boneka. Sedangkan, Dian lebih banyak mengumpulkan benda-benda berbahan kertas (partitur, struk, dan brosur), buku-buku, majalah, komik-komik lama, *stationary*, baju *cosplayer*, dan poster-poster/tempelan-tempelan di dinding

Perbandingan Perilaku *Acquisition* hingga *Saving* Tiap Subjek

Dikatakan lekat secara emosional dengan benda-benda karena peristiwa tersebut tidak semata-mata terjadi dalam proses mental individu, namun juga melalui aspek afeksinya, hal tersebut lebih menggugah dan lebih dominan. Jika diperhatikan bahwa setiap detil kisahnya mulai dari menaksir benda yang dipilih, mengumpulkan uang untuk membeli benda tersebut, lalu mendapatkan benda yang ditaksir sebelumnya, setelah itu menyimpan benda-benda didapatkan, serta menolak untuk membuang benda-benda dan berantakan (disorganisasi), semua bagian selalu ditunjang oleh perasaan, ada yang menimbulkan perasaan senang, puas, bahagia, namun ada pula yang memicu perasaan sedih, kecewa, berduka, bersalah dsb. Harta benda milik keduanya pastilah memiliki makna yang mendalam, lalu diperkuat oleh penguatan positif dan negatif melalui aspek afeksi. Memertahankan benda-benda tersebut sama dengan memiliki masa lalu yang patut dikenang. Bagi keduanya menyimpan benda-benda tersebut adalah momen

penting dalam hidup mereka, karena telah membuat keputusan yang tidak akan disesali di hari esok (Cherrier et al., 2010).

Perbandingan Perilaku *Difficulty discarding* Setiap Subjek

Berbicara mengenai masalah, baik Putri maupun Dian selalu merasa tidak tega untuk membuang benda-benda milik mereka karena ditandai oleh perasaan-perasaan negatif seperti adanya rasa bersalah, takut, tidak ikhlas dan “eman” atau terlalu sayang (dalam bahasa Jawa) terhadap benda-benda tersebut, sehingga tidak mampu untuk membuang. Alasan kesulitan membuang benda-benda juga didorong oleh pertimbangan-pertimbangan seperti benda-benda tersebut memiliki fungsi tertentu, berdaya guna atau suatu saat pasti akan digunakan. Tidak hanya itu, ada alasan sampingan yang digunakan untuk menjelaskan benda-benda yang sudah lama/usang, tidak berfungsi secara optimal atau sama sekali tidak dapat digunakan untuk suatu hal, yaitu berdasarkan nilai keindahan atau estetika. Sebuah pemilihan kata yang cukup bijak untuk dapat menyembunyikan makna atau kelekatan yang sangat berarti antara dirinya dan benda-benda miliknya. Membuat alasan-alasan yang terdengar masuk akal dan terkesan normal adalah sebuah langkah untuk menghindari emosi yang negatif akibat membuang benda-benda tersebut. Lebih baik menyelamatkan semua benda yang dapat dipertahankan daripada harus melepaskan benda-benda itu begitu saja.

Perbandingan Keadaan *Distress* yang Dialami Subjek Penelitian

Hasil angket HRS-I Putri menunjukkan adanya konflik yang signifikan dalam dirinya, secara khusus saat hendak mengambil sebuah benda (ingin benda itu karena modelnya bagus, tetapi tidak butuh). Keadaan dilematis yang sering kali membuatnya menderita lebih khusus terlihat ketika fase penyesalan (sudah terlanjur membeli benda yang tidak dibutuhkan), tidak berniat beli tetapi karena bagus, jadi beli, setelah mengeluarkan uang yang cukup banyak, maka ada rasa menyesal dan berusaha keras mengontrol perilaku membeli. Selain itu, ketika melihat keadaan benda-benda di dalam kamarnya mulai berantakan, Putri merasa penat (ingin membersihkan), tetapi lelah (benda-benda itu terlalu banyak), jadi

merasa sangat tidak berdaya, sehingga proses tidur menjadi terganggu. *Distress* yang disebabkan oleh lingkungan diluar dirinya seperti keluarga yang memarahi dan memberikan perintah untuk membuang benda-benda yang sudah tidak terpakai, padahal hal itu adalah hak tunggal Putri, karena merasa bahwa benda-benda tersebut adalah propertinya.

Insight Dian mengenai perilaku kesulitan membuang, memperoleh benda secara berlebihan, dan kondisi *clutter* di dalam kamar adalah sebuah hal yang bisa jadi masalah, tetapi bisa juga bukan masalah. Didukung oleh data lapangan, bahwa keluarga Dian khususnya mama tidak mampu mengendalikan sikap Dian yang mudah marah ketika disinggung mengenai benda-bendanya yang banyak. Respon Dian segera ngamuk atau balik marah kepada mama, untuk menghindari perasaan yang tidak menyenangkan akibat membuang benda-benda miliknya.

Perbandingan Perilaku *Clutter*

Kondisi kamar yang hampir benar-benar tidak terurus (berantakan) sering kali menyulitkan kegiatannya di sekitar tempat tersebut, Putri menunjukkan bahwa kondisi kamar yang hampir benar-benar tidak terurus (berantakan) sering kali menyulitkan kegiatannya di sekitar tempat tersebut. Gambaran kamar/tempat tidur yang tidak tertata rapi seperti menumpuk sejumlah besar benda pada satu lokasi hingga menjulang tinggi, benda-benda kertas berserakan di seluruh lantai: ditandai dengan periode mengerjakan skripsi, lalu mulai merapikan benda-benda yang berserakan tersebut ketika asmanya kambuh, tetapi Putri cenderung melampiaskan kemarahan kepada objek-objek tidak berbahaya seperti teman-teman, akibat konflik dalam rumah yang disebabkan oleh perilakunya sendiri.

Perilaku berantakan Dian cenderung sama seperti Putri yaitu meletakkan benda secara serampangan di setiap sudut kamar yang terlihat, namun ketika tidak menemukan benda yang dicari karena kondisi benda yang berantakan, maka suasana hati berubah jadi jelek seperti marah-marah kepada anggota keluarga yang lain. Dian sendiri tidak pernah membersihkan kamar, apalagi tempat penyimpanan benda-benda seperti gudang. Hanya ketika ada campur tangan mama atau kakak barulah tindakan bersih-bersih kamar muncul.

Perbandingan Dampak Buruk *Hoarding*

Perbedaan diantara kedua informan terlihat pada bagan perbandingan diatas, misalnya konflik interpersonal yang dipicu oleh perbedaan perilaku *hoarding*. Seperti pada kasus Putri, konflik dengan lingkungan diluar rumah menjadi tidak terhindarkan karena di rumah orang tua merasa terganggu dengan kondisi kamar tidur Putri yang terlihat berantakan. Sehingga, Putri melampiaskan kekesalannya kepada objek-objek yang tidak terlalu berbahaya seperti teman-teman dan tukang parkir. Sedangkan, pada kasus Dian justru konflik dengan objek kelekatan utama yaitu mama sering terjadi, khususnya masalah membuang harta benda miliknya. Respon emosi negatif akan muncul ke permukaan sebagai tanda ketidak sukaannya terhadap sikap mama. Emosi seperti ini juga akan muncul ketika Dian kesulitan menemukan benda-benda penting yang sangat dibutuhkannya pada momen-momen tertentu, tetapi karena keadaan kamar yang berantakan dan benda-benda yang tidak tersusun rapi, maka suasana hati Dian menjadi tidak karuan, perasaan marah bercampur sedih.

Dinamika Psikologis Subjek Penelitian

Bagan pada lampiran satu dan dua menggambarkan dinamika Psikologis penyebab *compulsive hoarding* yang memunculkan aspek-aspek perilaku tampak *hoarding* pada kedua subjek penelitian. Kondisi anak-anak perempuan yang tidak mendapatkan perhatian dari orang tua, cenderung berpenampilan tidak rapi dan terawat. Sama halnya dengan pengalaman kedua subjek penelitian yang kekurangan kasih sayang yang tulus dan kurangnya perhatian dari figur kelekatan utama yaitu ibu. Putri yang memang jelas-jelas bermasalah dengan penampilan karena tidak memiliki *role model* atau kiblat untuk mengeksplor penampilan anak-anak perempuan seusianya pada saat itu, mengalami kesulitan untuk memenuhi tuntutan lingkungan sekolah. Tuntutan tersebut menjadi sulit dipenuhi karena Putri kehilangan sosok ibu, sedangkan peran pengganti ibu yang diwakili oleh nenek terus menekan dan mengomando setiap keinginannya dengan cara yang sangat tegas dan keras. Melalui pengalaman tersebut, perasaan cemas tidak bisa memenuhi tuntutan lingkungan yang semakin mendesak disertai keinginan yang

besar untuk mendapatkan rasa aman yang tidak diperoleh dari dalam rumah maupun sekolah membuat Putri terus mencari objek rasa aman yang lain. Sedangkan, kecemasan Dian dipicu oleh tuntutan dalam diri untuk terus mencari kenyamanan yang sempurna. Keadaan Dian yang sangat rentan dikarenakan kondisi kesehatan yang tidak prima/baik, juga tidak mendapatkan perawatan intens dari sosok ibu, sebagai pemenuh segala kebutuhannya dan yang mengobati luka-luka yang diderita, karena ibu yang paling mengetahui kondisi kesehatan Dian yang terganggu dan lemah. Tetapi, hal itu tidak pernah terjadi selama masa-masa SD nya.

Kualitas relasi yang kurang baik antara figur-figur yang signifikan dengan diri subjek yang menyebabkan hambatan afeksi. Hambatan emosi terjadi karena tuntutan dari keluarga untuk selalu bersikap menurut dan menaati peraturan yang ditetapkan oleh sang penguasa (sosok pengasuh) yang sangat dominan mengendalikan berbagai aspek kehidupan setiap subjek, agar sama seperti yang diinginkan oleh individu yang berkuasa (dalam hal ini nenek Putri dan ayah Dian).

Emosi yang tersumbat dan disertai adanya kelemahan dalam pribadi masing-masing membuat para subjek penelitian semakin rentan mengalami gangguan-gangguan dari lingkungan sekitar. Misalnya pada kasus Putri, sosok ibu adalah satu-satunya tempat yang bisa dijadikan sarana untuk mengeksplor dunia perempuan, dengan adanya *role model* Putri bisa belajar mengenai penampilan yang kekinian pada saat itu. Sedangkan, sosok ibu Putri digantikan oleh nenek yang konvensional dan tidak peduli dengan urusan penampilan, tidak seperti yang Putri butuhkan. Dengan demikian, setiap kali menghadiri acara-acara sekolah, Putri selalu menggunakan baju jahitan nenek yang tidak sebagus pakaian anak-anak lain. Hal ini memicu munculnya pengalaman *bullying* yang putri alami karena Putri “pantas” untuk diolok-olok karena penampilannya yang “kuno” dan “ketinggalan zaman”. Berbeda dengan Putri, pengalaman *bullying* Dian di sekolah berawal dari keterbatasan fisiknya yang “berpenyakit”. Saat berada di mobil anjem (antar jemput) sekolah, Dian selalu memilih duduk di dekat jendela, karena rasa mual yang dirasakan ketika tidak menghirup udara segar. Beberapa teman

dari kelas yang berbeda, merasa kesal dan tidak senang melihat Dian yang terlihat lemah dan sakit-sakitan. Sehingga, sejak saat itu Dian selalu jadi bulan-bulan para pelaku *bullying*, terutama para pelaku menjadi semakin berkuasa ketika Dian tidak tahan dengan mual yang dirasakan, dan akibatnya muntah di dalam mobil.

Kondisi Putri yang rentan mengalami intimidasi atau kekerasan psikologis yang dilakukan oleh teman-teman sekolahnya, membuat Putri dikucilkan dan disudutkan oleh sekelompok pembully. Putri menjadi korban *bullying* karena sikap pasrah dan mengalah terhadap situasi yang menghimpitnya. Putri yang semakin lama semakin larut dalam kasus *bullying* membentuk Putri yang penyendiri dan memiliki harga diri yang rendah, sehingga menyebabkan “trauma” tersendiri. Keadaan “trauma “ tersebut menyebabkan kekacauan dalam diri Putri yang berusaha untuk menyesuaikan tuntutan dari dalam dirinya maupun dari luar diri, ketidak sanggupan diri untuk menyeimbangkan keadaan dari luar diri dan dalam diri menyebabkan munculnya rasa cemas terhadap prioritas yang sangat mendesak untuk dipenuhi. Sedangkan, kemampuan untuk mandiri terus menerus ditekan oleh nenek dengan segala kekuasaan yang dipunyai. Berbeda dengan Dian, yang tidak merasakan keharmonisan dan kedamaian dalam rumahnya sendiri, karena dua sosok penting dalam hidupnya selalu bertengkar dan ditandai dengan kepergian figur ibu meninggalkan kekosongan dalam hati dan memengaruhi hidup Dian, khususnya kebutuhan untuk mendapatkan kasih sayang (yang terabaikan) dan rasa aman. Dian mencari rasa nyaman di sekolah, tetapi yang diperoleh adalah *bullying*, setiap tempat yang dianggap bisa menjadi sumber perlindungan tidak mampu memberikan hal itu kepadanya. Hal itu menimbulkan perasaan cemas akibat tidak mendapatkan kebutuhan yang sangat genting dan mendesak pada saat itu.

Putri yang tidak didampingi langsung oleh sosok ibu merasa marah sekaligus merasa tidak diperhatikan oleh ibu kandungnya, di satu sisi nenek yang berperan untuk menggantikan posisi ibu kandung Putri terlalu tegas dan keras dalam mendidiknya. Hal itu membuat Putri tidak merasa nyaman berada di dalam rumah, sehingga mencari kenyamanan di sekolah dengan mencoba berinteraksi

dengan teman-temannya, tetapi bukannya rasa nyaman yang diperoleh melainkan perlakuan *bullying*. *Bullying* yang dialami justru bertolak belakang dengan ekspektasi Putri untuk mendapatkan lingkungan yang tidak melukai dan menyakitinya. Hal ini membuatnya tidak bisa memenuhi tuntutan dalam dirinya sendiri untuk merasakan kenyamanan. Kondisi Putri tersebut sama seperti keadaan Dian, yang situasi keluarganya tidak harmonis dan terus menerus merasakan intimidasi dari sang ayah, tidak hanya peristiwa dengan ayah saja yang menyakitkan hati Dian, peristiwa ditinggal ibu setiap kali bertengkar dengan ayah mengakibatkan Dian merasa terancam, tidak memiliki perlindungan bahkan sekalipun berada di dalam rumahnya sendiri. Tetapi, sayangnya ketika berada di lingkungan sekolah pun Dian diperlakukan dengan tidak menyenangkan, sehingga menimbulkan rasa cemas akibat semakin sulit memulai interaksi yang baik dengan lingkungan pertemanan/sekolah. Putri dan Dian adalah dua individu yang mencari dan mendapatkan lingkungan yang tidak akan pernah menyakiti atau menolak mereka, yaitu lingkungan benda mati. Dengan berada disekitar benda-benda mati, baik Putri maupun Dian mendapatkan rasa aman dan nyaman karena selama masa-masa SD kebutuhan untuk diterima oleh lingkungan yang tidak melukai dan menyakitkan diri mereka sangat intens dirasakan. Lingkungan benda-benda mati mereka yakini sebagai lingkungan yang aman karena memberikan perlindungan, rasa aman dan nyaman dalam waktu yang bersamaan. Akibatnya, semakin lama kelekatan masing-masing subjek dengan benda-benda mati disekitarnya semakin erat dan kuat. Hal itu terjadi karena mereka mengembangkan keyakinan-keyakinan yang keliru terhadap benda-benda. Misalnya Putri sangat yakin bahwa benda-benda itu begitu berharga, sehingga membuang salah satu benda yang dimiliki akan menyebabkan kehilangan dan perasaan bersalah dalam diri. Perasaan kehilangan itu terjadi karena Putri yakin bahwa benda-benda miliknya memiliki makna atau nilai yang spesial sebagai contoh benda-benda lama tetap dipandang bagus dan berharga, masih dapat digunakan kembali walaupun sudah rusak, dan mewakili hadirnya sosok *significant others*. Sama seperti Dian yang meyakini bahwa benda-benda miliknya istimewa karena mampu menarik perhatiannya sejak pertama kali melihat benda tersebut, selain itu Dian percaya

bahwa semua benda pada dasarnya memiliki fungsi meskipun kenyataannya tidak akan seoptimal ketika masih “baru”, dan bermakna sentimental yang dapat mengingat “perjuangan” dalam memperoleh benda-benda tersebut. Dian merasa sangat rentan terhadap kehilangan dan merasa tidak aman apabila salah satu benda miliknya disingirkan dengan cara dibuang. Dari penjabaran keyakinan di atas, Putri dan Dian meyakini bahwa mereka adalah “tuan” atau “penguasa” benda-benda yang mereka miliki. Keyakinan itu semakin bertambah besar karena terus diperkuat oleh munculnya perilaku-perilaku *hoarding* sebagai wujud nyata gangguan *compulsive hoarding*.

Macam-macam benda yang Putri simpan adalah baju, sepatu, tas, aksesoris seperti jepitan, cincin, dan ban pinggang, serta boneka dan data-data *digital*. Benda-benda yang berhubungan dengan *fesyen* selalu dikaitkan dengan kebutuhan untuk diterima oleh lingkungan sosial khususnya di sekolah dan beberapa dihubungkan Putri dengan nilai sentimental yang terdapat dalam benda tersebut, seperti benda baju. Benda-benda yang bernilai sentimental itu mengingatkan Putri dengan perjuangannya menyicil (kredit) dan untuk tetap ingat sosok individu yang dekat dengan dirinya pada satu masa (pasangan saat SMP), maka Putri masih memertahankan benda tersebut. Sedangkan, Dian lebih banyak menyimpan benda-benda *stationary* (alat tulis menulis) termasuk buku-buku, dan komik-komik yang berbahan kertas. Secara khusus benda majalah/komik selalu dikaitkan dengan upayanya yang sangat keras yaitu dengan berjalan kaki ke tempat foto kopi untuk mendapatkan salinannya (makna sentimental).

Perolehan benda Putri dikatakan berlebihan karena perilaku membeli benda-benda dengan harga yang cukup mahal (seperti baju-baju, tas-tas, dan sepatu-sepatu) muncul satu hingga dua kali seminggu, sekalipun membeli benda-benda tersebut karena pengambilan keputusan yang lemah yang didasari oleh dorongan ingin. Keinginan ini harus dipuaskan dengan mendapatkan benda-benda yang bisa jadi tidak dapat digunakan oleh Putri karena terlalu sempit. Sama halnya dengan Dian yang juga “harus” mendapatkan benda satu hingga dua kali dalam seminggu. Namun, benda yang dikumpulkan tergolong benda-benda kecil yang

harganya cukup terjangkau hingga benda-benda gratisan seperti seperti komik, *notes*, dan brosur-brosur serta partitur. Tetapi tidak jarang juga Dian merogoh uang saku yang cukup besar hanya untuk membeli baju-baju *cosplayer*, baju yang tidak akan pernah digunakan oleh Dian. Bagi Putri dan Dian, membeli dan/atau mengambil barang-barang secara gratis adalah keharusan karena didorong oleh sebuah keyakinan yang memastikan bahwa suatu saat benda-benda itu akan digunakan, sehingga jika tidak diambil atau disimpan, maka merasa kehilangan yang sangat dalam dan akan melukai dirinya sendiri.

Sedangkan, untuk aspek kesulitan membuang benda-benda yang sudah tidak terpakai, nampaknya sama pada Putri maupun Dian. Jika Putri sulit membuang karena dipaksa oleh pihak nenek, mama, dan ayah, sehingga mau atau tidak mau harus ada benda yang dibuang, dan menghasilkan perasaan cemas. Tetapi, pada Dian nasihat atau saran dari ibu tidak mengubah sikap kukuhnya dalam memertahankan semua benda. Malahan, Dian akan melawan mama jika tetap bersih keras menyuruh Dian untuk membuang benda-benda miliknya. Alhasil, tidak ada satu benda pun yang Dian buang tanpa dilandasi oleh keinginannya sendiri. Bahkan, Dian tau jika ada benda yang hilang misalnya dibuang diam-diam oleh mama atau kakak. Peran ayah tidak terlihat dalam mencampuri urusan Dian dengan benda-benda miliknya, karena ayah juga memiliki masalah yang sama bahkan temuan ini diperkuat dengan hasil observasi keadaan rumah Dian yang penuh dengan alat-alat elektronik rusak, koran-koran bekas yang menumpuk sangat banyak di setiap sudut rumah Dian, dan menurut pengakuannya benda-benda tersebut adalah miliknya ayahnya. Sedangkan, tempat-tempat penyimpanan Dian hanya seputar kamar pribadi saja, tidak seluas ayah yang mencakup seluruh rumah.

Situasi *clutter* atau tidak rapi memunculkan respon yang berbeda pada masing-masing individu. Misalnya Putri merasa tidak nyaman jika benda-benda berserakan di dalam kamar, akibatnya Putri meninggalkan kamarnya untuk tidur bersama dengan adik-adik di kamar sebelah. Sangat berbeda dengan situasi yang dialami oleh Dian, yang tidak menyalahkan kegiatan maupun istirahat (proses

tidur) bersama tumpukan benda-benda. Malahan Dian cenderung nyaman ketika bisa menjangkau semua benda-bendanya. Alasannya ketika benda-benda berantakan kemungkinan untuk dapat tetap berada dekat dengan benda-benda tersebut lebih besar, ketimbang disusun atau ditata. Melalui pernyataan tersebut Dian menyampaikan bahwa keadaan tempat tinggal yang berantakan atau seperti “kapal pecah” itu menguntungkan. Hal ini menunjukkan bahwa Dian sedang salah meyakini perilakunya tersebut.

Insight Putri mengenai perilaku disorganisasi atau berantakan, kesulitan membuang, dan memperoleh benda seminggu satu hingga dua kali nampaknya cenderung baik, karena mulai menyadari perilaku *hoarding* atau menumpuk benda-benda yang dilakukan selama ini adalah sebuah masalah yang berdampak signifikan terhadap dirinya, terutama relasi dengan orang lain, termasuk keluarga inti. Sedangkan, *insight* subjek Dian cenderung lemah, karena dampak buruk *hoarding* terus dihindari dan nampaknya tidak menghadapi hambatan yang berarti dari keluarga (keluarga kurang berperan aktif melawan gangguan yang Dian alami). Perilaku *hoarding* menjadi menyenangkan dan bebas hambatan hanya jika pengaruh keluarga kurang (karena masih tinggal bersama orangtua), pada Putri keluarga dengan intens melakukan perlawanan terhadap perilaku Putri yang sulit membuang, tetapi sayangnya pada Dian perilaku menimbun atau menumpuk benda-benda semakin diperkuat oleh gangguan *compulsive hoarding* ayah yang bertahan sejak Dian masih berusia SD. Peran mama dan kakak menjadi tidak berarti, karena dominasi kepribadian Dian yang semena-mena atau berbuat sesuka hati (akibat pola asuh ibu yang *permissive*). Baik Putri maupun Dian tidak bisa langsung mengontrol seluruh aspek *hoarding* karena kurangnya wawasan untuk mengatasi kecenderungan diri, diperparah oleh *insight* yang lemah terkait perilaku *hoarding* yang merupakan sebuah gangguan. Pada kasus Putri, karena perilaku membeli benda-benda yang cukup mahal menyebabkan menipisnya uang (beban ekonomi), sehingga Putri mencoba untuk mengontrol perilaku membeli dengan tidak membawa kartu kredit, atm, dan/atau tidak membawa banyak uang di dompet, agar tidak mudah mengeluarkan uang untuk membeli benda-benda yang

diinginkannya melalui media apa saja seperti *online shop* dan ketika sedang jalan-jalan ke mall. Sedangkan, Dian ingin menaklukkan perilaku membuang benda-bendanya yang sudah tidak terpakai, karena dipengaruhi oleh pikiran ibu yang ingin rumah terlihat bersih dan rapi tanpa benda-benda menumpuk miliknya dan milik ayahnya. Tetapi, dominasi pikiran Dian selalu dibentengi dengan perasaan bersalah dan tidak rela/ikhlas jika benda-benda yang selama ini dikumpulkan harus dibuang begitu saja.

Konflik interpersonal Putri menambah beban rasa cemas yang tidak mampu menyalurkan tuntutan lingkungannya berada dengan dirinya sendiri, sedangkan perilaku-perilaku *hoarding* itu sendiri juga semakin memperkuat kecemasan tersebut yang tidak mampu memenuhi tuntutan dalam dirinya. Dian sendiri konflik interpersonal selalu putus dan berakhir tanpa adanya penyelesaian yang jelas karena pihak mama atau kakak kalah dengan sikap “keras kepala” yang Dian tampilkan. Konflik interpersonal di dalam keluarga Dian tidak selesai, tetapi justru memunculkan perilaku *hoarding* yang berulang dan berlangsung lama (berkepanjangan), sehingga keadaan tersebut semakin memperkuat keyakinan-keyakinan yang salah terhadap benda-benda miliknya. Demikianlah keadaan Putri dan Dian yang terus berada dalam lingkaran “setan” artinya lingkaran yang tidak terputus itu semakin lama semakin mengikat dengan kuat, jadi sulit bagi mereka untuk keluar dan mengatasi masalah *hoarding*.

Dengan adanya *hoarding* kedua subjek belajar untuk memahami masalah yang mereka alami dan mencoba untuk melakukan sebuah usaha atau upaya agar dapat mengatasi masalah *hoarding* tersebut, misalnya Putri mencoba *problem focused coping* yang berpusat langsung untuk menghilangkan sumber stres atau kondisi yang penuh tekanan dengan memodifikasi perilakunya yang suka menghambur-hamburkan uang ketika secara tidak disengaja membeli pakaian-pakaian atau benda-benda yang tidak diperlukan dengan menggunakan kartu atm untuk transaksi debit dan kartu kredit untuk transaksi kredit barang. Dengan sengaja Putri meminimalisir keadaan yang ke depannya akan menjadi sumber masalah dalam dirinya. Sedangkan, Dian mengatasi masalahnya dengan berfokus

pada *emotion focused coping* ketika berada pada kondisi kesulitan membuang benda-benda lama dan sudah usang. Sikap Dian yang lekas marah ketika diminta untuk membuang benda-benda miliknya dan selalu menyangkal bahwa perilaku *hoarding* nya tersebut bukanlah masalah merupakan contoh strategi *coping* yang Dian lakukan untuk mengurangi dampak situasi yang tidak menyenangkan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor kerentanan pola asuh yang *dual parenting* seperti otoriter dan *permissive indulgent* disertai dengan *bullying* di sekolah mengakibatkan munculnya perasaan tidak nyaman dan tidak aman bagi kedua subjek penelitian, sehingga mencari sumber rasa aman dari lingkungan benda-benda mati yang tentu tidak menyakiti mereka, seperti yang lingkungan makhluk hidup lakukan terhadap mereka. Lingkungan benda-benda yang mengelilingi para subjek menyerap seluruh emosi yang mereka rasakan, baik itu perasaan positif maupun negatif. Dari sini terbentuk kelekatan atau keterikatan emosional terhadap benda-benda serta keyakinan-keyakinan yang salah mengenai benda-benda tersebut, yang dimaksudkan adalah benda seperti alat tulis menulis dan juga benda-benda *fesyen*.

Kedua subjek mengalami konflik interpersonal dan intrapersonal yang tidak menyenangkan akibat perilaku *compulsive hoarding*. Sehingga, untuk meredakan kondisi stres akibat perilaku *hoarding* yang tidak sehat, maka keduanya mencoba strategi-strategi *coping*.

Saran yang dapat diberikan dalam penelitian ini adalah kiranya setiap keluarga lebih terbuka melihat gejala-gejala *hoarding* yang sudah muncul pada saat usia penderita masih sangat belia (Putri dan Dian usia pertengahan SD). Jika, hal ini dilakukan dengan baik dan benar, maka para *hoarder* tidak akan mencapai tahap masalah yang sangat serius, atau dalam proses pemulihan akan lebih memungkinkan untuk berubah, ketimbang yang sudah mengidap perilaku *compulsive hoarding* selama bertahun-tahun, karena gangguan semacam *compulsive hoarding* ini bersifat kronis dan progresif, agar para *hoarder* juga

tidak memandang masalah *hoarding* dengan sebelah mata (tertutup), tetapi turut aktif melihat kondisi diri yang bermasalah akibat perilaku *compulsive hoarding*.

DAFTAR PUSTAKA

Cherrier, H., & Ponnor, T. (2010). A study of hoarding behavior and attachment to material possessions. *An international journal*, 13(1), 8-23.

DSM V (*diagnostic and statistical manual of mental disorders* edisi ke-lima)

Landau, D., Lervolion, A. C., Pertusa, A., Santo, S., Singh, S., dan Mataix-Cols, D. (2011). Stressful life events and material deprivation in hoarding disorder. *Journal of anxiety disorders*, 25, 192-202.

Poerwandarai, E. K. (1998). Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi. Perpustakaan Nasional: Jakarta.

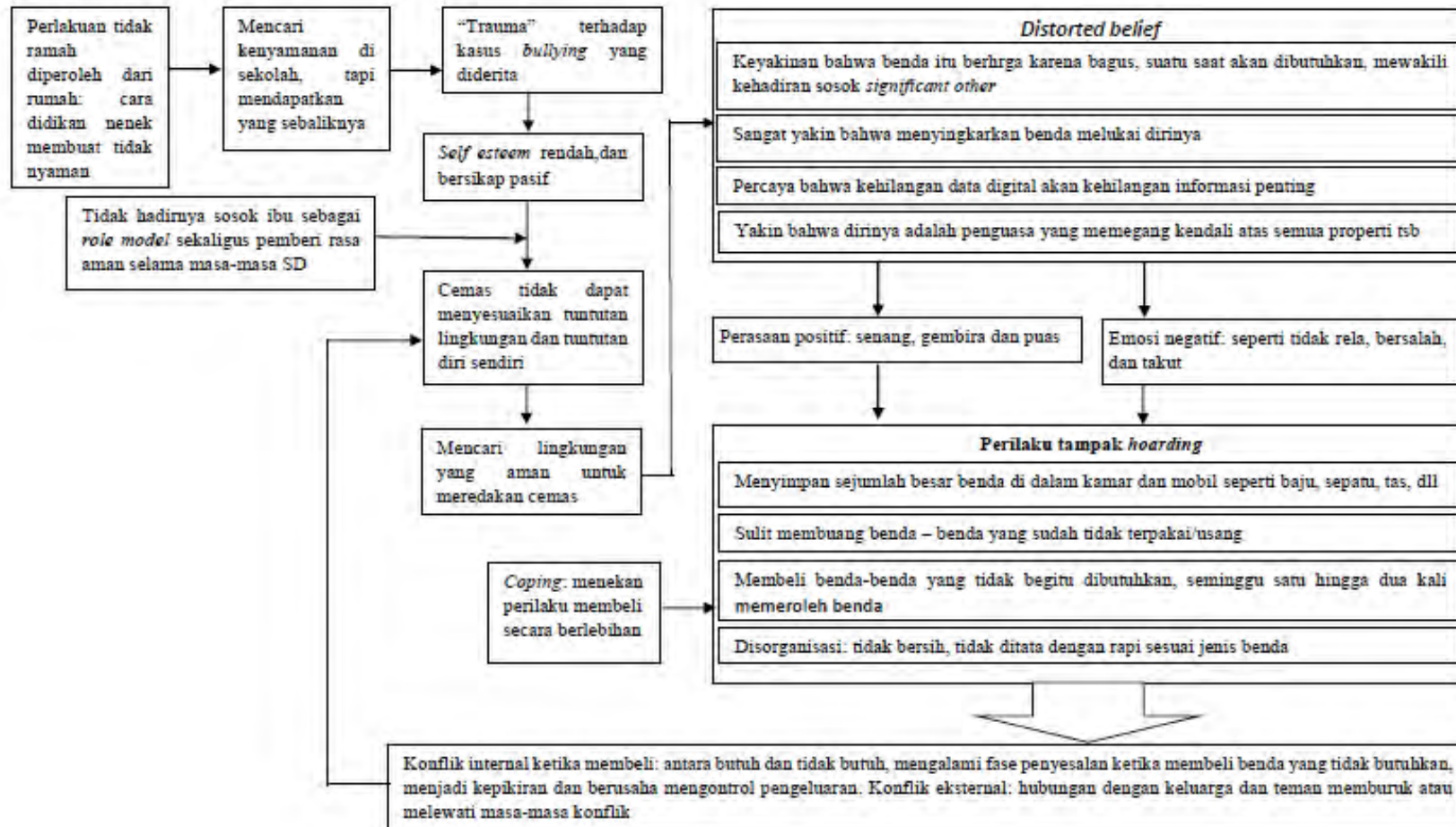
Przeworski, A., Nicole, C., & Dunbeck, K. (2014). Traumatic life events in individuals with hoarding symptoms, obsessive-compulsive symptoms, and comorbid obsessive-compulsive and hoarding symptoms. *Obsessive-compulsive and related disorder*, 3, 52-59.

Santrock, J. W. (2002). Life-Span development: perkembangan masa hidup. Erlangga: Jakarta.

Tolin, D. F., Frost, R. O., & Steketee, G., Gray, K. D., & Fitch, K., E. (2008). The economic and social burden of compulsive hoarding. *psychiatry research*, 160, 200-211.

Tolin, D. F., Frost, R. O., & Steketee, G. (2010). A brief interview for assessing compulsive hoarding: The Hoarding Rating Scale-Interview. *Psychiatry Res*, 178(1), 147-152.

Lampiran 1: Bagan Dinamika Psikologis Putri



Lampiran 2: Bagan Dinamika Psikologis Dian

