

## Dampak Paranoia pada Mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum dalam Proses Pembelajaran di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

Ainul Mardiyah<sup>1</sup>, Nayla Aurahmadhani Ginting<sup>2</sup>, Julia Siagian<sup>3</sup>, Mona Hardina<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

Email: [ainulmardiyah@uinsu.ac.id](mailto:ainulmardiyah@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [nayla101242130@uinsu.ac.id](mailto:nayla101242130@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>,  
[julia101242127@uinsu.ac.id](mailto:julia101242127@uinsu.ac.id)<sup>3</sup>, [mona101242107@uinsu.ac.id](mailto:mona101242107@uinsu.ac.id)<sup>4</sup>

### ABSTRAK

Di tengah era modern yang penuh dengan persaingan akademik yang intens, tekanan sosial, dan tuntutan untuk meraih prestasi tinggi, mahasiswa kerap menghadapi tantangan psikologis yang dapat menghambat proses belajar mereka. Salah satu gangguan yang memerlukan perhatian khusus adalah paranoia, yakni kondisi mental yang ditandai oleh rasa curiga yang berlebihan, ketakutan yang tidak rasional, serta kecemasan berkepanjangan terhadap lingkungan sekitar. Mahasiswa yang mengalami paranoia umumnya merasa terancam tanpa alasan yang jelas, kesulitan mempercayai orang lain, dan mengalami hambatan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat, termasuk dalam aktivitas belajar di kelas.

Situasi ini menjadi semakin rumit ketika terjadi di lingkungan akademik seperti Fakultas Syariah dan Hukum Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UINSU), di mana mahasiswa diharapkan mampu berpikir kritis, aktif berdiskusi, serta memahami berbagai aspek normatif dan hukum Islam secara mendalam. Jika paranoia tidak ditangani secara tepat, hal ini dapat mengganggu kemampuan mahasiswa dalam memahami pelajaran, mengurangi keikutsertaan dalam diskusi, serta menurunkan motivasi belajar secara menyeluruh.

Selain itu, gejala paranoia di kalangan mahasiswa sering kali tidak terlihat secara langsung, tetapi memiliki dampak signifikan terhadap proses pendidikan. Rasa takut akan penilaian negatif, kekhawatiran berlebih terhadap dosen maupun teman sebaya, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial dapat berujung pada penurunan prestasi akademik bahkan mengarah pada gangguan mental yang lebih serius. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji secara mendalam bagaimana paranoia memengaruhi mahasiswa di lingkungan UINSU agar dapat dirumuskan strategi pencegahan dan penanganan yang efektif demi mendukung kesehatan mental mereka.

Kata Kunci: Paranoia, Mahasiswa, Kesehatan mental, Tekanan akademik, Gangguan psikologis

### ABSTRACT

*In today's modern era, marked by intense academic competition, social pressure, and high expectations for achievement, students often face psychological challenges that hinder their learning process. One such issue that requires special attention is paranoia a mental condition characterized by excessive suspicion, irrational fear, and chronic anxiety about one's surroundings. Students suffering from paranoia tend to feel threatened without clear reasons, struggle to trust others, and face difficulties in building healthy social interactions, including in classroom learning activities.*

*This situation becomes even more complex in academic environments such as the Faculty of Sharia and Law at the State Islamic University of North Sumatra (UINSU), where students are expected to think critically, engage in active discussions, and deeply understand various normative and Islamic legal concepts. When left unaddressed, paranoia can hinder students' ability to comprehend academic material, reduce classroom participation, and lower overall academic motivation.*

*Moreover, symptoms of paranoia among students often go unnoticed, yet they significantly impact the learning process. Fear of negative judgment, excessive worry about lecturers or peers, and social withdrawal can lead to declining academic performance and, in more severe cases, mental health disorders. Therefore, it is crucial to examine the impact of paranoia more thoroughly, especially within the academic context of UINSU, in order to develop effective strategies for prevention and intervention that support students' mental well-being.*

*Keywords: Paranoia, University students, Mental health, Academic pressure, Psychological challenges*

## **PENDAHULUAN**

Paranoia adalah kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan curiga, ketidakpercayaan, dan kecemasan yang berlebihan terhadap orang lain atau situasi tertentu. Dalam konteks pendidikan, khususnya di kalangan mahasiswa, kondisi ini dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap proses pembelajaran dan interaksi sosial. Mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, sebagai calon profesional yang diharapkan mampu memahami dan menerapkan prinsip-prinsip hukum dan syariah, tidak terlepas dari tantangan psikologis yang dapat memengaruhi kinerja akademik mereka.

Di era modern ini, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tekanan yang berasal dari lingkungan akademik, sosial, dan teknologi. Tekanan ini sering kali muncul dalam bentuk tuntutan akademik yang tinggi, persaingan yang ketat, serta ekspektasi dari keluarga dan masyarakat. Selain itu, perkembangan teknologi informasi yang pesat juga membawa dampak negatif, seperti penyebaran informasi yang tidak akurat dan cyberbullying, yang dapat memperburuk kondisi mental mahasiswa. Dalam situasi seperti ini, perasaan cemas dan curiga dapat muncul, yang jika tidak ditangani dengan baik, dapat berujung pada kondisi paranoia.

Dampak dari paranoia pada mahasiswa tidak hanya terbatas pada kesehatan mental, tetapi juga dapat mengganggu proses pembelajaran. Mahasiswa yang mengalami paranoia mungkin akan kesulitan dalam berkolaborasi dengan teman sekelas, berpartisipasi dalam diskusi, dan membangun hubungan yang sehat dengan dosen. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan motivasi belajar, prestasi akademik yang menurun, serta isolasi sosial. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang memicu paranoia di kalangan mahasiswa dan bagaimana hal ini memengaruhi pengalaman belajar mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak paranoia pada mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum dalam proses pembelajaran di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif, penelitian ini akan mengidentifikasi faktor-faktor penyebab paranoia, serta dampaknya terhadap kinerja akademik dan interaksi sosial mahasiswa. Diharapkan, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai kondisi psikologis mahasiswa dan menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan serta program yang mendukung kesehatan mental di lingkungan kampus.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan solusi yang efektif untuk mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa, sehingga mereka dapat mencapai

potensi maksimal dalam studi dan kehidupan sosial mereka. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, tetapi juga memberikan manfaat praktis bagi mahasiswa, dosen, dan pihak universitas dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat dan produktif.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan Dampak Paranoia Pada Mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum dalam proses pembelajaran di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Data dikumpulkan melalui observasi lapangan, dokumentasi, dan wawancara langsung terkait pengalaman dan pandangan mereka terhadap dampak paranoia pada mahasiswa. Hasilnya dianalisis secara tematik

Pendekatan deskriptif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan fenomena yang terjadi di lapangan. Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara yang berlokasi di Jalan William Iskandar, Ps. V, Medan Estate, Sumatera Utara.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui Observasi. Observasi dilakukan untuk mengamati dinamika dakwah yang diterapkan di Dampak Paranoia Pada Mahasiswa Fakultas Syariah dan Hukum dalam proses pembelajaran di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Observasi langsung dilakukan dengan mengamati sikap dan sifat mahasiswa di perkuliahan. Wawancara juga dilakukan untuk menggali informasi tentang gangguan paranoia.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Fisik Medis yang Akut**

Fisik medis yang akut adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi kesehatan yang muncul secara tiba-tiba dan berkembang dengan cepat. Kondisi ini biasanya berlangsung dalam waktu singkat, sering kali kurang dari enam bulan. Salah satu ciri utama dari kondisi akut adalah gejalanya yang muncul mendadak dan sering kali cukup berat, sehingga memerlukan penanganan medis segera. Misalnya, seseorang yang mengalami serangan jantung mungkin merasakan nyeri dada yang tiba-tiba dan harus segera mendapatkan bantuan medis untuk mencegah masalah yang lebih serius. Istilah "akut" tidak selalu berarti bahwa kondisi tersebut sangat parah; lebih kepada seberapa cepat gejala muncul dan berapa lama kondisi tersebut berlangsung.

Meskipun beberapa kondisi ini mungkin tidak selalu berbahaya, penanganan yang cepat sangat penting untuk mencegah komplikasi yang lebih serius. Misalnya, jika pneumonia tidak diobati dengan cepat, bisa menyebabkan masalah pernapasan yang lebih parah. Dengan memahami fisik medis yang akut, baik individu maupun tenaga medis dapat lebih siap dalam mengenali dan menangani kondisi-kondisi yang memerlukan perhatian segera. Hal ini sangat penting untuk menjaga kesehatan dan mencegah masalah yang lebih besar di kemudian hari. Dengan penanganan yang tepat dan cepat, banyak kondisi akut dapat diatasi dengan baik, sehingga pasien dapat kembali ke aktivitas normal mereka dengan cepat.

### **B. Jenis-Jenis Fisik Medis yang Akut**

#### **1. Paranoia (ketakutan yang berlebihan)**

Paranoia adalah rasa curiga yang meluas dan tidak beralasan terhadap orang

lain. Orang yang mengalami paranoia terjebak dalam pola pikir, perasaan, dan perilaku yang kaku dan tidak adaptif, didasarkan pada keyakinan bahwa orang lain “berusaha mencelakakan mereka.” Persepsi mereka tentang dunia sebagai tempat yang mengancam membuat mereka sangat waspada terhadap setiap bukti yang menunjukkan bahwa mereka menjadi korban. Pencarian konstan akan bukti bahwa mereka menjadi korban seringkali membuat mereka salah menafsirkan komentar dan perilaku orang lain. Hipersensitivitas terhadap penghinaan, baik yang dibayangkan maupun nyata, dikombinasikan dengan kecenderungan untuk memiliki keyakinan berlebihan terhadap pengetahuan dan kemampuan mereka sendiri, menciptakan ketegangan dalam hubungan interpersonal dan menguras jaringan sosial.

Deskripsi ini merupakan ringkasan dari definisi gangguan kepribadian paranoid (PD) yang terdapat dalam Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM-IV; Asosiasi Psikiatri Amerika). Gangguan Mental (DSM-IV; American Psychiatric Association). Kriteria DSM-IV untuk gangguan kepribadian paranoid cukup mirip dengan yang tercantum dalam edisi terbaru Klasifikasi Penyakit Internasional (ICD-10). Kedua manual sepakat bahwa orang dengan gangguan kepribadian paranoid cenderung curiga dan mudah cemburu. Mereka menafsirkan tindakan orang lain sebagai ancaman dan menyimpan dendam. Ada juga beberapa perbedaan menarik antara sistem diagnostik APA dan WHO. Kriteria ICD berikut ini tidak termasuk dalam DSM-IV-TR: sensitivitas berlebihan terhadap kegagalan dan penolakan, kecenderungan menuju rasa penting diri yang berlebihan yang ditunjukkan dalam sikap yang terus-menerus mengacu pada diri sendiri, dan rasa hak pribadi yang agresif. Perbandingan di dunia bisnis menyatakan bahwa “hanya yang paranoid yang bertahan”. Argumen Perbandingan ini menyarankan bahwa ciri-ciri khas paranoia masih terbuka untuk pertimbangan lebih lanjut. Hasil analisis faktor menunjukkan bahwa salah satu kriteria DSM-IV untuk gangguan kepribadian paranoid “Merasa curiga bahwa pasangan seksualnya mungkin berselingkuh” mungkin kurang berguna dibandingkan yang lain. Dalam data yang diperoleh dari 6 sampel nonklinis rekrutan militer, analisis faktor menemukan bahwa item ini tidak terkait secara signifikan dengan kriteria lain yang digunakan untuk mendiagnosis gangguan kepribadian paranoid. Fitur diagnostik lain untuk gangguan kepribadian paranoid semuanya termuat bersama pada satu faktor yang mencakup item yang berkaitan terutama dengan ketidakpercayaan dan agresi. Hasil ini menimbulkan kemungkinan bahwa kecemburuan yang melibatkan pasangan seksual tidak selalu merupakan fitur inti dari paranoia.

Faktanya, penelitian yang didasarkan pada pendekatan evolusioner terhadap kepribadian menyarankan bahwa kecemburuan mungkin merupakan emosi khusus yang secara spesifik berkaitan dengan masalah retensi pasangan Polanya pikiran kaku dan maladaptif yang khas pada gangguan kepribadian paranoid jelas bersifat patologis. Di sisi lain, kecurigaan dan kewaspadaan tidak unik bagi paranoia. Misalnya, buku-buku populer tentang gaya kepemimpinan ini berlandaskan pada gagasan bahwa mengantisipasi peristiwa negatif menguntungkan. Pola pikir kaku juga umum terjadi. Kebanyakan orang memegang teguh anggapan yang sudah ada, bahkan ketika mereka dihadapkan pada bukti yang seharusnya meyakinkan mereka sebaliknya. Kita semua menyadari relevansi mengonfirmasi kasus lebih mudah daripada mengonfirmasi kasus yang bertentangan. Oleh karena itu, kewaspadaan yang berkelanjutan dan kecurigaan akan bahaya tidak cukup untuk membenarkan diagnosis. Kapan

pendekatan hati-hati terhadap motif orang lain melampaui batas menjadi paranoia patologis? Perbedaan ini bergantung, sebagian, pada pertimbangan fitur terkait karakteristik yang tidak dianggap sebagai tanda diagnostik utama sering kali terkait dengan paranoia. Salah satu masalah melibatkan iritabilitas dan hostilitas. Karena mereka percaya bahwa orang lain menyebabkan masalah bagi mereka, orang-orang paranoid seringkali sangat marah. Pertimbangan lain melibatkan rasa takut. Orang-orang paranoid juga dapat menjadi cemas dan menarik diri. Lagi-lagi, rasa takut ini didasarkan pada keyakinan bahwa orang lain.

Ciri-ciri paranoia:

- a. Kecurigaan dan Ketidakpercayaan Berlebihan: Ini adalah ciri paling sentral. Individu dengan paranoia terus-menerus merasa bahwa orang lain berniat jahat, mencoba memanfaatkan mereka, menipu, atau bahkan membahayakan mereka. Mereka mungkin meragukan motif setiap orang, bahkan orang terdekat sekalipun.
- b. Perasaan Diancam atau Dianiaya (Delusi Persekutoris): Penderita memiliki keyakinan yang kuat dan tidak goyah bahwa mereka menjadi sasaran konspirasi, pengawasan, atau penganiayaan. Keyakinan ini bisa berupa pikiran bahwa mereka sedang diikuti, dimata matai, diracuni, atau ada upaya untuk merusak reputasi atau karier mereka.
- c. Kesulitan Mempercayai Orang Lain: Hubungan interpersonal sangat terganggu karena ketidakmampuan untuk membangun kepercayaan. Mereka sering menafsirkan tindakan atau perkataan netral dari orang lain sebagai ancaman, penghinaan, atau bukti niat buruk.
- d. Sikap Defensif dan Agresif: Karena merasa terus-menerus diancam, individu dengan paranoia cenderung sangat defensif dan dapat bereaksi dengan marah atau permusuhan terhadap apa yang mereka persepsikan sebagai serangan atau kritik, meskipun tidak ada dasar yang jelas.
- e. Menyimpan Dendam: Mereka cenderung menyimpan dendam atas dugaan penghinaan, kerugian, atau ketidakadilan yang mereka rasakan. Kemampuan untuk memaafkan sangatlah terbatas, dan mereka mungkin terus-menerus merenungkan "kesalahan" orang lain.
- f. Interpretasi yang Salah terhadap Peristiwa Netral: Kejadian sehari-hari yang tidak berhubungan dapat diinterpretasikan sebagai "tanda-tanda" atau "bukti" yang menguatkan keyakinan paranoid mereka. Misalnya, orang yang berbisik di kejauhan mungkin dianggap sedang membicarakan atau merencanakan sesuatu yang jahat terhadap mereka.
- g. Isolasi Sosial: Akibat ketidakpercayaan dan ketakutan yang mendalam, penderita seringkali menarik diri dari interaksi sosial, yang dapat memperburuk perasaan kesepian dan paranoid mereka.

### **C. Upaya Penanganan Paranoia**

Tujuannya adalah untuk membantu individu mengelola gejala, meningkatkan kualitas hidup, dan meminimalisir dampak negatif pada fungsi sosial dan pribadi. Pendekatan penanganan biasanya melibatkan kombinasi terapi dan, dalam beberapa kasus, pengobatan.

#### **1. Psikoterapi**

Psikoterapi, terutama Terapi Perilaku Kognitif (CBT), adalah salah satu pendekatan utama dalam penanganan paranoia. CBT membantu individu mengidentifikasi, menantang, dan mengubah pola pikir negatif dan keyakinan

yang tidak realistis yang mendasari paranoia. Terapis akan bekerja sama dengan pasien untuk:

- 1) Mengembangkan pemahaman yang lebih akurat tentang situasi sosial.
- 2) Mengurangi kecurigaan yang berlebihan.
- 3) Meningkatkan keterampilan coping dan penyesuaian diri.
- 4) Membangun kembali kepercayaan dalam hubungan interpersonal.

Jenis terapi lain seperti Terapi Suportif atau Terapi Berbasis Insight juga dapat digunakan untuk membantu pasien merasa lebih aman, mengurangi isolasi, dan memahami akar permasalahan mereka.

2. Farmakoterapi (Obat-obatan)

Dalam beberapa kasus, terutama jika paranoia sangat parah atau disertai dengan gejala psikotik lainnya (seperti halusinasi atau delusi yang kuat), obat-obatan antipsikotik dapat diresepkan oleh psikiater. Obat ini membantu menyeimbangkan zat kimia di otak dan dapat mengurangi intensitas delusi serta kecurigaan. Penting untuk diingat bahwa penggunaan obat harus di bawah pengawasan dokter dan seringkali dikombinasikan dengan psikoterapi untuk hasil yang optimal.

3. Dukungan Sosial dan Lingkungan

Meskipun sulit, membangun sistem dukungan sosial yang sehat sangat penting. Individu dengan paranoia seringkali menarik diri, tetapi dukungan dari keluarga, teman, atau kelompok pendukung dapat membantu mereka merasa lebih aman dan mengurangi isolasi. Lingkungan yang stabil dan prediktif juga dapat membantu mengurangi kecemasan dan kecurigaan. Edukasi keluarga tentang paranoia juga dapat membantu mereka memahami kondisi pasien dan memberikan dukungan yang tepat.

4. Strategi Mengelola Stres

Mengelola stres sangat krusial, karena stres dapat memperburuk gejala paranoia. Teknik relaksasi, mindfulness, olahraga teratur, dan pola tidur yang cukup dapat membantu mengurangi tingkat stres dan kecemasan, yang pada gilirannya dapat meredakan kecurigaan.

5. Intervensi Krisis (jika diperlukan)

Dalam kasus yang parah, di mana individu dapat membahayakan diri sendiri atau orang lain karena delusi paranoidnya, intervensi krisis atau hospitalisasi mungkin diperlukan untuk memastikan keamanan dan memulai pengobatan yang intensif.

## **D. Psikopat**

Psikopat adalah salah satu bentuk gangguan kepribadian antisosial (antisocial personality disorder) yang ditandai dengan perilaku tidak bermoral, manipulatif, tidak memiliki empati, dan sering kali berperilaku kejam tanpa merasabersalah. Individu dengan gangguan ini seringkali memiliki kemampuan untuk tampil memikat dan normal secara sosial, namun di balik sikap luar tersebut terdapat kepribadian yang penuh tipu daya, dingin, dan tidak peduli terhadap keselamatan atau hak orang lain. Psikopati bukanlah diagnosis formal dalam DSM- 5, tetapi konsep ini sering dikaitkan dengan diagnosis gangguan kepribadian antisosial dengan ciri-ciri khas tertentu.

Adapun Ciri-Ciri Psikopat sebagai berikut:

Menurut Prof. Robert D Hare dalam bukunya yang berjudul *Without Conscience* menyebutkan 20 ciri-ciri psikopat, 15 diantaranya yaitu:

- 1) Egosentris dan menganggap dirinya hebat.
- 2) Sering berbohong, fasih dan dangkal.

- 3) Tidak mempunyai rasa sesal dan bersalah ketika melakukan kesalahan, terkadang ia mengakui kesalahannya, namun ia remehkan.
- 4) Ketika masih kecil senang melakukan pelanggaran.
- 5) Bersikap acuh tak acuh terhadap masyarakat.
- 6) Tidak memiliki sikap empati.
- 7) Bersifat agresif.
- 8) Impulsif dan sulit mengendalikan diri. Bagi seorang psikopat tidak ada waktu untuk memikirkan baik-buruk sebuah tindakan. Mereka tidak peduli dengan dampak perbuatannya.
- 9) Tidak mampu bertanggung jawab dan melakukan hal-hal demi kesenangannya.
- 10) Manipulatif dan curang.
- 11) Hidup sebagai parasite karena memanfaatkan orang lain demi kesenangannya.
- 12) Seorang psikopat biasanya cerdas, dan mungkin paling cerdas di antara anak-anak lain.
- 13) Biasanya banyak mengetahui sesuatu yang tidak diketahuinya.
- 14) Memiliki perikaraan sengan akurasi yang tinggi (perkiraananya jarang salah dan mayoritas benar.
- 15) Mengetahui sesuatu yang tidak diketahui. Biasanya banyak yang benar dan sedikit yang salah

Berdasarkan ciri-ciri tersebut, psikopat terbagi atas 3 kategori yaitu psikopat ringan, psikopat sedang, dan psikopat berat. Psikopat ringan yaitu psikopat yang melakukan perilaku yang secara umum menyimpang dari norma-norma sosial. Ciri-ciri psikopat ringan diantaranya:

- 1) Sering berbohong, mereka menggunakan foto profil palsu, nama palsu dan data palsu.
- 2) Egosentris, pengidap psikopat kategori ringan enggan menerima saran- saran positif dan suka membantah.
- 3) Tidak merasa bersalah dan menyesal, mereka senang menyerang pribadi pembuat status tanpa merasa bersalah.

Kategori yang kedua yaitu psikopat ringan. Mereka yang masuk ke dalam kategori ini yaitu melakukan perilaku yang secara umum menyimpang dari dasar norma-norma hukum. Ciri-cirinya yaitu:

- 1) Sering berbohong, mereka melakukan penipuan, pungli (pungutan liar), korupsi, nepotisme, suap, dan lain-lain.
- 2) Egosentris yaitu melakukan pemerasan dan pemalakan.
- 3) Tidak mempunyai rasa sesal dan bersalah, mereka selalu mengulangi perbuatan jahatnya.
- 4) Sikap acuh tak acuh dengan tidak takut terhadap ancaman hukum.
- 5) Kurang empati, mereka suka mempermainkan perasaan orang lain

Yang terakhir yaitu psikopat kategori berat. Psikopat kategori ini yaitu mereka yang melakukan perilaku yang secara umum menyimpang dari norma-norma agama. Ciri-cirinya yaitu:

- 1) Sering berbohong, psikopat kategori ini meskipun sudah disumpah atas nama Tuhan, tetapi tetap saja berbohong ketika di pengadilan.
- 2) Egosentris dengan merasa agamanya yang paling benar.
- 3) Senang melakukan pelanggaran agama, misalnya berjudi dan berzina.
- 4) Bersikap acuh tak acuh dengan tidak mau menghargai penganut agama lain.
- 5) Impulsif dan mudah bereaksi, misalnya bersikap anarki terhadap hal-hal yang tujuannya mungkin baik namun caranya salah dan tidak religius.

Indikator atau ciri-ciri tersebut hanya indikator awal yang tingkat kebenarannya sekitar 50 persen. Untuk membuktikan seseorang mengidap psikopat diperlukan observasi baik secara medis maupun psikologis. Walaupun demikian indikator awal biasanya cukup bisa dijadikan gambaran yang sebenarnya. Dalam buku *The Mask of Sanity* karya Dr. Cleckley menjelaskan bahwa terdapat 4 jenis psikopat. Jenis-jenis tersebut antara lain Primary psychopath, yang bergeming terhadap hukuman, penahanan dan tekanan. Orang jenis ini mempunyai cara sendiri untuk memaknai kata dan kehidupan. Secondary psychopath, merupakan seorang pengambil resiko serta tanggap terhadap tekanan. Orang jenis ini juga mudah cemas dan merasa bersalah. Distempered psychopath, cenderung marah dan apabila kumat hampir mirip seperti orang yang sakit ayan (epilepsi). Psikopat tipe ini juga cenderung pecandu obat, kleptomania, pedofilia, bahkan yang paling parah menjadi pembunuh dan pemerkosa berantai. Charismatic psychopath, merupakan jenis yang berbohong, menarik dan menawan. Mereka biasanya mempunyai bakat tertentu, namun dengan kelebihan tersebut dipergunakan untuk menipu dan memperdaya orang lain.

### **E. Gejala Dan Cara Penanganan Psikopat**

Berikut ini beberapa gejala umum yang sering ditemukan pada individu dengan kepribadian psikopat:

- 1) Sifat Manipulatif dan Daya Tarik Palsu  
Psikopat sering kali memiliki kepribadian yang menawan dan mampu menarik perhatian orang lain. Mereka memanfaatkan pesona tersebut untuk memengaruhi dan mengontrol orang-orang di sekitarnya. Misalnya, mereka bisa membujuk orang lain melakukan tindakan yang menyimpang demi kepentingan pribadi, lalu lepas tangan dari tanggung jawab.
- 2) Pencari Kesenangan Ekstrem  
Individu dengan kecenderungan psikopat cenderung mengejar pengalaman yang menantang atau memicu adrenalin. Aktivitas yang mereka pilih sering melanggar norma dan hukum, dilakukan semata-mata untuk memuaskan hasrat pribadi tanpa mempertimbangkan dampaknya.
- 3) Kebiasaan Berbohong yang Kronis  
Berbohong menjadi bagian tak terpisahkan dari perilaku psikopat. Mereka melakukannya untuk menutupi kesalahan atau membangun citra palsu bahwa mereka tidak bersalah. Sering kali, satu kebohongan ditutupi dengan kebohongan lain, sehingga menciptakan alur cerita yang saling bertentangan.
- 4) Rasa Superioritas dan Kepercayaan Diri Berlebih  
Psikopat kerap memiliki perasaan bahwa mereka lebih baik dari orang lain. Mereka merasa berhak mendapatkan apa pun yang diinginkan, bahkan jika harus melanggar aturan atau menyakiti orang lain demi mencapai tujuannya.
- 5) Tidak Peduli terhadap Orang Lain  
Mereka tidak mempertimbangkan perasaan ataupun hak orang lain. Bahkan, mereka bisa melakukan manipulasi psikologis seperti gaslighting untuk membuat korban merasa ragu terhadap realitas dan emosinya sendiri.
- 6) Kurangnya Empati  
Psikopat sulit merasakan atau memahami perasaan orang lain. Emosi seperti ketakutan, kesedihan, atau kekecewaan dianggap tidak penting, sehingga mereka sering bersikap acuh bahkan saat orang terdekat sedang mengalami masalah serius.
- 7) Kontrol Diri yang Lemah

Psikopat biasanya tidak mampu mengontrol perilaku mereka dengan baik. Mereka cenderung melanggar norma dan aturan sosial, serta tidak merasa perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan atau hukum.

8) Impulsif dan Tidak Bertanggung Jawab

Mereka bertindak tanpa mempertimbangkan akibat jangka panjang. Sifat impulsif ini membuat mereka kerap membuat keputusan drastis, seperti berhenti dari pekerjaan tanpa perencanaan, yang bisa berdampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain.

Secara umum, gangguan psikopatik tidak dapat disembuhkan secara total, baik melalui pengobatan maupun terapi. Penanganan terhadap psikopat saat ini masih sebatas pada tahap mengenali dan memahami gejala-gejala yang muncul. Terapi yang paling umum diberikan biasanya bersifat non-medis, seperti konseling. Namun, karena sifat gangguan ini yang sangat kompleks, proses terapi pada psikopat dinilai sangat sulit, bahkan dalam banyak kasus dianggap mustahil.

Menurut Dr. Robert Hare, upaya penyembuhan terhadap psikopat justru bisa memperburuk kondisi mereka. Hal ini karena terapi bisa membuat psikopat semakin pandai dalam memanipulasi orang lain dengan perilaku yang tampak normal, namun tetap merugikan. Meski begitu, ada beberapa aspek yang bisa membaik seiring bertambahnya usia, seperti menurunnya energi dan agresivitas dibandingkan saat masih muda. Perilaku psikopatik biasanya mulai muncul saat remaja, berkembang di usia dewasa, mencapai puncaknya pada usia sekitar 40-an tahun, lalu mulai stabil dan perlahan berkurang setelah usia 50-an.

Seorang psikopat umumnya tidak merasa ada yang salah dengan dirinya, sehingga sangat sulit untuk mengharap mereka secara sukarela datang dan rutin menjalani terapi. Oleh karena itu, langkah yang paling realistis adalah dengan menghindari interaksi dengan psikopat, memberikan terapi bagi para korban, serta melakukan pencegahan agar tidak muncul lebih banyak korban atau agar psikopat tidak sampai melakukan tindakan kriminal. Walaupun perilaku psikopatik sangat meresahkan dan menakutkan, kenyataannya banyak dari mereka berada di sekitar kita. Dengan deteksi dini dan pendekatan lingkungan yang tepat, seharusnya gangguan ini bisa dikendalikan sebelum berkembang menjadi tindak kriminal.

## **F. Faktor Yang Menyebabkan Seseorang Psikopat**

Meskipun masyarakat sering melihat sosok psikopat di televisi atau film, ternyata masih banyak yang belum memahami apa itu psikopat dan ciri-cirinya. Dalam sebuah penelitian oleh Meylita Tallei (2016), hanya sekitar 58% responden yang mengetahui ciri-ciri psikopat, sementara sisanya tidak tahu. Ini menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat tentang psikopat masih kurang. Beberapa ahli menyebutkan bahwa penyebabnya bisa berasal dari faktor biologis, lingkungan, trauma, bahkan spiritualitas.

- 1) Faktor Biologis, seseorang bisa mewarisi potensi genetik yang membuatnya cenderung mengalami gangguan psikopat. Dalam beberapa kasus, gangguan pada fungsi otak atau ketidakseimbangan kimia tubuh juga berpengaruh, terutama ketika sistem kontrol diri dalam kepribadian tidak berjalan baik.
- 2) Faktor Lingkungan, lingkungan keluarga yang tidak harmonis, seperti orang tua yang bercerai atau sibuk sendiri, bisa berdampak negatif pada perkembangan anak. Sekolah juga bisa jadi pemicu, apalagi jika terdapat ketidakadilan, hukuman berlebihan, atau tekanan akademik yang tinggi. Faktor sosial seperti kemiskinan, gizi buruk, dan pengasuhan yang tidak memadai juga turut memengaruhi.

- 3) Faktor Traumatis, pengalaman masa kecil yang traumatis, seperti kekerasan atau kehilangan orang tua, dapat meninggalkan luka psikologis yang mendalam. Trauma ini bisa membuat seseorang kesulitan dalam beradaptasi, memiliki kendali diri yang buruk, bahkan terdorong pada tindakan ekstrem seperti bunuh diri.
- 4) Faktor Hubungan Awal dengan Orang Tua, kedekatan emosional sejak usia dini dengan orang tua sangat menentukan perkembangan psikologis anak. Jika anak merasa tidak diperhatikan atau ditolak, ia bisa tumbuh menjadi pribadi yang sulit percaya dan peduli terhadap orang lain.
- 5) Faktor Spiritual, kurangnya aspek spiritual atau nilai-nilai keagamaan juga bisa menjadi penyebab psikopat. Spiritualitas membantu seseorang menghadapi penderitaan, menjaga ketenangan batin, dan meningkatkan kesehatan mental. Ketika aspek ini lemah, individu lebih rentan mengalami gangguan mental berat.

### **KESIMPULAN**

Paranoia adalah kondisi psikologis yang ditandai oleh perasaan curiga dan ketidakpercayaan berlebihan terhadap orang lain, yang dapat berdampak signifikan pada mahasiswa dalam interaksi sosial dan proses pembelajaran. Penyebabnya sering kali multifaktorial, termasuk tekanan akademik yang tinggi, persaingan ketat, kurangnya dukungan sosial, dan pengalaman negatif sebelumnya. Gejala paranoia meliputi perasaan dihakimi atau dibicarakan oleh orang lain, kesulitan mempercayai niat baik orang lain, serta perasaan tidak aman dan terancam secara berlebihan. Mahasiswa yang mengalami paranoia cenderung merasa terasing dan mencari "bukti" konspirasi di balik interaksi sosial.

Dampak terhadap pembelajaran sangat nyata, paranoia dapat mengganggu konsentrasi, membuat mahasiswa enggan bertanya atau berpartisipasi aktif, serta kesulitan bekerja dalam kelompok. Hal ini dapat menurunkan motivasi belajar, merusak kepercayaan diri akademik, dan menciptakan isolasi sosial, yang pada akhirnya menghambat pertumbuhan pendidikan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adm. Alodoc, Memahami Perbedaan Akut dan Kronis pada Penyakit, <https://www.alodokter.com/memahami-perbedaan-akut-dan-kronis-pada-penyakit> (diakses pada tanggal 17 Juni 2025)
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Bernstein, D. P., Ueda, D., & Siever, L. J. (1995). Paranoid personality disorder. In W. J. Livesley (Ed.), *The DSM-IV Personality Disorders (Vol. 7, pp. 45–57)*. New York: Guilford Press
- Cleckley, H. (1982). *The Mask of Sanity (5th ed.)*. St. Louis: Mosby. "Dampak Narkoba Pada Hidup dan Kesehatan", link website: <https://dinhub.purworejokab.go.id/bahaya-dan-dampak-narkoba-pada-hidup-dan-kesehatan> (diakses pada tanggal 17 Juni 2025).
- Freeman, Daniel & Philippa A. Garety, *Paranoia: The Psychology of Delusional Beliefs (New York: Psychology Press, 2014)*, 15-18.
- Freeman, Daniel & Philippa A. Garety, *Paranoia: The Psychology of Delusional Beliefs (New York: Psychology Press, 2014)*.
- Salwa Afifah, Aulia & Rofi'ah, "Penyalahgunaan narkoba pada masyarakat (studi kasus di wilayah ciomas kabupaten bogor)", *Jurnal Gagasan Komunikasi, Politik, dan Budaya*, Vol. 1, No. 1, September, 2023.

