

**Nama : Khoiriah**  
**NPM : 13210889**  
**Kelas : 1ea21**

## Manusia dan Kegelisahan

### A. Pengertian Kegelisahan

Berasal dari kata gelisah, yang berarti tidak tenteram hatinya, selalu merasa khawatir, tidak tenang, tidak sabar, cemas.

Menurut Sigmund Freud (ahli psikoanalisa)  
a. Kecemasan obyektif : kecemasan tentang kenyataan  
b. Kecemasan neuritis (syaraf) : tentang bahaya dari naluriiah  
c. Kecemasan moril : disebabkan pribadi seseorang (iri, benci, dendam, dll)

### B. Sebab Orang Gelisah

Karena pada hakekatnya orang takut kehilangan hak-haknya akibat dari suatu ancaman, baik ancaman dari luar maupun dari dalam

### C. Usaha Mengatasi Kegelisahan

Mulai dari diri kita sendiri, dengan bersikap tenang agar dapat berpikir tenang sehingga segala kesulitan dapat diatasi

### D. Keterasingan

Berasal dari kata terasing berarti sendiri, tidak dikenal orang, berarti tersisihkan dari pergaulan, berpindahkan dari yang lain atau terpencil, dapat dipaksakan oleh anggota masyarakat, ataupun institusi juga manusia lain dalam masyarakat

### E. Kesepian

Berasal dari kata sepi yang berarti sunyi atau lengang, kesepian berarti merasa sunyi atau tidak berteman

### F. Ketidakpastian

Artinya tidak menentu, tidak dapat ditentukan, ketidakpastian artinya keadaan yang tidak pasti, tidak tentu, tidak dapat ditentukan, keadaan tanpa arah yang jelas, keadaan tanpa asal-usul yang jelas

### G. Sebab Terjadi Ketidakpastian

#### 1. Obsesi

Merupakan gejala neurosa jiwa, yaitu adanya pikiran atau perasaan tertentu yang terus menerus.

#### 2. Phobia

Ketakutan yang terkendali, tidak normal, kepada sesuatu hal atau kejadian tanpa diketahui sebabnya

#### 3. Kompulsi

Adanya keraguan tentang apa yang telah dikerjakan, tak disadari melakukan perbuatan serupa berkali-kali

#### 4. Hysteria

Neurosa jiwa yang disebabkan oleh tekanan mental, tidak mampu menguasai diri.

#### 5. Delusi

Menunjukkan pikiran yang tidak beres, karena berdasarkan suatu keyakinan palsu

#### 6. Halusinasi

Khayalan yang terjadi tanpa rangsangan panca indera

#### 7. Keadaan Emosi

Keadaan yang sangat berpengaruh oleh emosinya, sehingga tampak pada keseluruhan pribadinya

### H. Usaha Penyembuhan Ketidakpastian

Tergantung pada mental si penderita, walaupun sudah diketahui sebabnya, kemungkinan juga tidak dapat sembuh, jalan yang paling baik penderita diajak atau pergi sendiri ke psikolog