

Bipolar: seri personality disorder dan berbagai hal tentangnya

Ipnu R. Nugroho, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920568235&lokasi=lokal>

Abstrak

Pernah ketemu kan sama orang yang tadinya sedih, tiba-tiba mendadak jadi bahagia dan sebaliknya sedih lagi dalam waktu yang cepat. Bipolar adalah sejenis gangguan suasana hati yang kadang bisa sangat bahagia, namun terkadang juga bisa sangat jauh dari kebahagiaan. Sayang, saat itu saya yang merasa masih awam akhirnya berusaha mencari tahu tentang bipolar. Saya berusaha menggali lebih banyak lagi tentang bipolar. Saya membaca banyak sekali buku psikologi dan berbagai buku seputar mindfulness untuk mencari tahu berbagai hal tentang bipolar.

Gangguan bipolar, menurut National Institute of Mental Health (NIMH), adalah gangguan otak yang ditandai dengan perubahan suasana hati, energi, dan tingkat aktivitas. Penderita bipolar mengalami perubahan suasana hati yang berubah-ubah dan cenderung meledak-ledak. Hal ini tidak hanya terdapat pada perubahan hati yang biasa dirasakan oleh para perempuan ketika sedang mengalami menstruasi. bipolar juga dikenal sebagai depresi manik. ini adalah gangguan mood atau suasana hati yang membawa suasana hati seseorang ke dua fase yaitu tinggi dan rendah terkadang seseorang bisa sangat bahagia namun ada kalanya orang tersebut bisa sangat sedih atau depresi.

Buku ini menjabarkan gejala-gejala bipolar dan bagaimana mengusahakannya untuk dalam kontrol. Apakah orang dengan gejala bipolar bisa sembuh? Apakah wajib seorang bipolar untuk mengunjungi psikolog/psikiater? Bagaimana kita sebagai orang biasa menghadapi mereka yang menunjukkan gejala bipolar? Apakah bipolar ini sangat mengganggu? Temukan jawabannya di dalam buku ini.