

**FOBIA SPESIFIK JENIS *ZOOPHOBIA* DAN *DIPSOPHOBIA*
(Studi Kasus Pada Orang Dewasa di Kota Banjarmasin)**

SKRIPSI

Oleh:

Suryadi Haryanto
NIM. 1101451213



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
BANJARMASIN
2015**

**FOBIA SPESIFIK JENIS ZOOPHOBIA DAN DIPSOPHOBIA
(Studi Kasus Pada Orang Dewasa di Kota Banjarmasin)**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Antasari
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan
Sarjana Psikologi Islam (S.Psi.I)**

Oleh:

**Survadi Haryanto
NIM. 1101451213**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
JURUSAN PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN
2015**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Suryadi Haryanto
NIM : 1101451213
Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarmasin, 10 Mei 1993
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul :
“Fobia Spesifik Jenis *Zoophobia* dan *Dipsophobia* (Studi Kasus Pada Orang
Dewasa di Kota Banjarmasin)” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan
yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini
bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia
menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 27 November 2015

Yang membuat pernyataan,



Suryadi Haryanto

PERSETUJUAN SKRIPSI

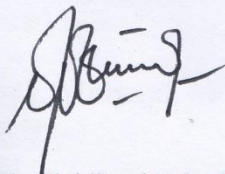
**FOBIA SPESIFIK JENIS *ZOOPHOBIA* DAN *DIPSOPHOBIA*
(Studi Kasus Pada Orang Dewasa di Kota Banjarmasin)**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Suryadi Haryanto
NIM. 1101451213

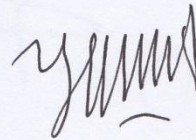
Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat Diajukan Kepada Tim Penguji

Pembimbing I



Dra. Hj. Siti Faridah, M. Ag.
NIP. 19641229 199403 2 003

Pembimbing II



Yulia Hairina, M. Psi.
NIP. 19840318 201101 2 009

Mengetahui,
Ketua Jurusan Psikologi Islam



Dra. Mulyani, M. Ag.

NIP. 19681010 199403 2 004

Tanggal, 27 November 2015

PENGESAHAN SKRIPSI

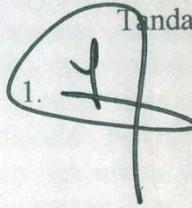
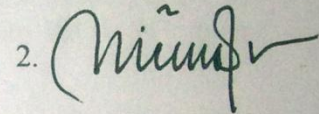
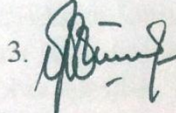
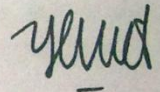
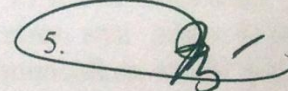
**FOBIA SPESIFIK JENIS ZOOPHOBIA DAN DIPSOPHOBIA
(Studi Kasus Pada Orang Dewasa di Kota Banjarmasin)**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

**Suryadi Haryanto
NIM. 1101451213**


Telah Diajukan pada Tim Penguji
Pada: Hari Selasa, Tanggal 8 Desember 2015

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dr. M. Zainal Abidin, M. Ag (Ketua)	1. 
2. Dra. Mulyani, M. Ag (Anggota)	2. 
3. Dra. Hj. Siti Faridah, M. Ag (Anggota)	3. 
4. Yulia Hairina, M. Psi (Anggota)	4. 
5. Mubarak, MA (Sekretaris)	5. 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
IAIN Antasari Banjarmasin,




Prof. Dr. Abdullah Karim, M. Ag.
NIP. 19550214 198203 1 002

ABSTRAK

Suryadi Haryanto, 1101451213, *Fobia Spesifik Jenis Zoophobia dan Dipsophobia (Studi Kasus Pada Orang Dewasa di Kota Banjarmasin)*, Skripsi, Banjarmasin, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 2015, Pembimbing : (I) Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag., (II) Yulia Hairina, M.Psi.

Kata kunci : fobia, proses terjadinya, gejala fobia, usaha

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kenyataan adanya sebagian orang yang memiliki fobia (ketakutan yang tidak wajar dan berlebihan) yang menjurus kepada fobia spesifik baik terhadap binatang maupun terhadap benda yang mereka tersebut bingung apa penyebab sebenarnya. Berdasarkan kenyataan di atas, penulis tertarik melakukan penelitian lebih jauh proses terjadinya fobia spesifik dan faktor yang menjadi penyebabnya pada mereka serta mengungkap informasi gambaran fobia spesifik dan usaha yang telah mereka lakukan dalam mengatasi fobianya.

Metode penelitian yang digunakan menggunakan pendekatan studi kasus (*case study*) dalam deskriptif kualitatif. Pengumpulan data melalui observasi non-partisipan dan wawancara semi-terstruktur secara tatap muka, disertai bantuan alat perekam suara *handphone* dan buku catatan. Sumber data adalah orang dewasa berusia 22, 24, dan 27 tahun yang memiliki masalah psikologis fobia spesifik di kota Banjarmasin, jumlah data yang ditemukan tiga orang yaitu RP & WT jenis *zoophobia* cicak, serta MR jenis *dipsophobia* minuman susu.

Hasil penelitian menunjukkan proses terjadinya fobia spesifik RP, WT & MR dimulai dari kejadian menakutkan pertama kali, ketakutan dikuatkan oleh faktor eksternal & internal, hingga terbentuk fobia spesifik. Proses awal pada RP & WT ketika masa kecil secara tidak sengaja memegang binatang cicak dan terkejut, MR ketika masa kecil secara sengaja minum susu kedelai dan pingsan.

Faktor eksternal pada RP & WT memiliki kesamaan yaitu *classical conditioning* (perasaan yang terasosiasi ketika saat suatu kejadian dan saat kejadian nanti melihat cicak saja akan memunculkan reaksi terkejut dan takut yang sama). RP & MR memiliki kesamaan yaitu *avoidance conditioning* (semakin memperkuat ketakutan ketika memilih lari atau menjauhkan diri dari kejadian atau objek tersebut). Khusus pada RP ada tantangan kerja, dan keluarga. Khusus WT ada tantangan tempat tinggal. Khusus MR ada tantangan komunitas sosial, dan *positive punishment* (mendapat stimulus yang tidak menyenangkan mengakibatkan kehilangan kenyamanan dengan minuman susu). Kemudian pada faktor internal RP, WT & MR memiliki kesamaan yaitu usia (masa kecil adalah usia yang rentan terhadap kejadian menakutkan), dan temperamen (membawa perasaan masa lalu hingga besar). Khusus RP & MR yaitu *observation learning* (ada orang yang menakuti-nakuti, maka perkataan atau tindakan orang tersebut akan masuk dalam pikiran dalam waktu yang panjang dan berdampak peningkatan ketakutan RP & MR). Khusus WT ada *generalizations* (pola kata segalanya dalam

mensugesti diri sendiri dan berdampak peningkatan ketakutan). Khusus MR ada *magnification* (pola kata mengevaluasi benda secara tidak masuk akal dalam membesarkan hal negatifnya dan juga mengecilkan hal positifnya dan berdampak peningkatan ketakutan), *emotional reasoning* (terjadi dua sisi pola pikir yang bertentangan yaitu kepercayaan minuman susu memang menyehatkan, tapi tetap menakutkan yang hanya meningkatkan ketakutan MR), dan *repetition* (pengulangan suatu perkataan yang hanya meningkatkan ketakutan MR).

Gambaran fobia spesifik yang muncul pada RP, WT & MR adalah reaksi takut atau cemas yang berlebihan ketika bertemu dengan objek fobianya tersebut, muncul tindakan antisipasi yang menganggap akan bertemu dengan objek fobianya tersebut, muncul tindakan selalu menghindari objek fobianya tersebut, bereaksi sangat takut atau cemas dan muncul stres dengan segera walaupun situasinya terpaksa harus berada dan bertahan di satu kondisi penting tertentu, pada RP, WT & MR munculnya gejala fisik-motorik yaitu panas dingin, gelisah, jantung berdetak cepat, atau berteriak. Sedangkan perbedaan khusus pada RP ada tambahan gejala sesak nafas, berkeringat, atau mual. Pada WT ada tambahan gejala agak gemetar, agak merinding, atau nangis. Pada MR ada tambahan gejala agak merinding, muntah, sakit kepala, gemetar seluruh tubuh, wajah pucat, nangis, atau pingsan. Pada RP muncul gejala afektif yaitu mudah marah, atau khawatir. MR muncul gugup. WT tidak ada gejala afektif. Pada RP & MR muncul gejala kognitif yaitu sulit konsentrasi. WT & MR muncul kepikiran, terbayang-bayang, atau stres.

Usaha mengatasi fobia spesifik RP, WT & MR mengaku selalu mengingat Allah SWT dengan *istighfar*. Khusus pada WT & MR mengaku selalu mengingat Allah SWT dengan *dzikir* dan doa. Khusus pada MR mengaku sering melakukan sholat *tahajjud* dan *dhuha* dengan tujuan menghilangkan ketakutannya, mengaku pernah menjalani psikoterapi beberapa kali dengan bantuan orang lain, mengaku sering melakukan psikoterapi diri sendiri, mengaku sering membaca buku tentang dzikir untuk menghilangkan fobia spesifiknya, mengaku pernah menemui orang saleh untuk bertanya cara menghilangkan fobia spesifiknya.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ
سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَاصْحَبِهِ أَجْمَعِينَ.

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah Tuhan Semesta alam. Keselamatan dan kesejahteraan atas semulia-mulia Nabi dan Rasul junjungan kita Nabi Besar Muhammad Saw, keluarga, kerabat, sahabat dan pengikut beliau.

Berkat Taufiq, Hidayah, dan Inayah dari Allah, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*FOBIA SPESIFIK JENIS ZOOPHOBIA DAN DIPSOPHOBIA (STUDI KASUS PADA ORANG DEWASA DI KOTA BANJARMASIN)*”. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian tugas dan syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi.I) pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini banyak sekali mendapat bantuan dari berbagai pihak, baik berupa bimbingan, arahan, dukungan dan motivasi yang telah diberikan. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Abdullah Karim, M.Ag. (Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin) yang telah memberikan persetujuan terhadap judul skripsi ini.

2. Ibunda Dra. Mulyani, M.Ag. (Ketua Jurusan Psikologi Islam) dan Bapak Mubarak, MA. (Sekretaris Jurusan Psikologi Islam) beserta seluruh Bapak dan Ibu dosen di jurusan Psikologi Islam yang telah memberikan masukan, dukungan, arahan dan doa kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Pahriadi, S.Pd. serta Ibunda Yulia Hairina, M.Psi. (Dosen Penasehat) yang telah dengan senang hati selalu mendengarkan dan mengarahkan saya ke suatu solusi ketika konsultasi disaat ada masalah akademik, pekerjaan, maupun pribadi yang mempengaruhi perkuliahan saya dari awal masuk hingga kelulusan.
4. Ibunda Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag. (Pembimbing Skripsi I), Ibunda Yulia Hairina, M.Psi. (Pembimbing Skripsi II), yang telah dengan senang hati meluangkan waktu pagi-sore dan siang-malam hanya untuk membimbing dan mengarahkan serta mengoreksi penulisan skripsi ini.
5. Ibunda Aziza Fitriah, M.Psi. yang juga telah dengan senang hati meluangkan waktunya membimbing serta bersedia menjadi informan ahli yang turut membantu diagnosis dari sumber data penelitian skripsi saya.
6. Semua Karyawan di Tata Usaha dan Mikwa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora serta semua unsur bagian administrasi dan informasi yang telah membantu saya.
7. Perpustakaan Pusat IAIN Antasari Banjarmasin beserta semua karyawan yang turut membantu penulis dalam melengkapi literatur dan referensi yang diperlukan.

8. Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Perpustakaan & Laboratorium Psikologi Islam beserta semua karyawan yang turut membantu penulis dalam melengkapi literatur dan referensi yang diperlukan.
9. Perpustakaan Nasional RI Cab. Daerah Provinsi KALSEL & Cab. Kota Banjarmasin beserta karyawan yang turut membantu penulis dalam melengkapi literatur dan referensi yang diperlukan.
10. Kedua orangtua serta keluarga yang terus memberi motivasi, inspirasi, serta melancarkan skripsi saya.
11. Teman-teman di Jurusan Psikologi Islam angkatan 2011, 2010, 2009, 2008, 2012 dan 2013 serta teman-teman lainnya yang telah membantu dalam berbagai hal kepada penulis dalam memberi motivasi, inspirasi, serta melancarkan skripsi saya.
12. Dan seluruh subjek serta informan yang telah bersedia bekerjasama dan memberikan informasi dalam rangka penelitian serta penyelesaian skripsi ini.

Atas segala bantuan, bimbingan, arahan dan partisipasinya semoga mendapat pahala kebaikan yang berlipat ganda dari Allah Swt. Akhirnya dengan mengharap ridha dan karunia-Nya, semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Amin ya Rabbal 'Alamin.

Banjarmasin, 27 November 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Signifikansi Penelitian	5
E. Definisi Operasional.....	6
F. Penelitian Terdahulu	8
G. Metode Penelitian.....	12
H. Sistematika Penulisan.....	18

BAB II LANDASAN TEORI

A. Fobia.....	19
1. Pengertian Fobia.....	19
2. Jenis Fobia.....	21
3. Fobia Spesifik.....	21
4. Karakteristik Fobia Spesifik.....	23
5. Faktor-Faktor Internal dan Eksternal Penyebab Fobia.....	26
B. Masalah Kejiwaan dalam Islam	30
1. Pandangan Islam Terhadap Masalah Takut.....	30
2. Faktor Penyebab Masalah Kejiwaan dalam Islam.....	31
3. <i>Self-Psychotherapy</i> untuk Masalah Kejiwaan dalam Islam	32

BAB III PAPARAN HASIL PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian.....	37
B. Identitas Subjek Penelitian.....	37
C. Deskripsi Data Penelitian	38
a. Subjek RP	38
1) Gambaran umum subjek RP	38
2) Proses terjadinya dan faktor-faktor yang menyebabkan fobia cicak RP	38

3) Gambaran fobia spesifik RP dan Usahnya dalam mengatasi fobia cicak.....	40
b. Subjek WT.....	42
1) Gambaran umum subjek WT.....	42
2) Proses terjadinya dan faktor-faktor yang menyebabkan fobia cicak WT.....	42
3) Gambaran fobia WT dan usahanya dalam mengatasi fobia cicak ...	43
c. Subjek MR.....	45
1) Gambaran umum subjek MR.....	45
2) Proses terjadinya dan faktor-faktor yang menyebabkan fobia Minuman susu MR.....	45
3) Gambaran fobia MR dan usahanya dalam mengatasi fobia minuman susu	46

BAB IV PEMBAHASAN

A. Gambaran Proses Terjadinya Fobia Spesifik dan Faktor-Faktor yang Menjadi Penyebabnya	51
B. Gambaran Fobia Spesifik dan Usaha yang Telah Dilakukan Dalam Mengatasinya.....	64

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	71
B. Saran-Saran	75

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DAFTAR TABEL

No	Uraian	Hlm.
3.1	IDENTITAS SUBJEK PENELITIAN.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 01: INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA (IPD)
- Lampiran 02: VERBATIM SUBJEK RP (Wawancara ke-1, 16-MEI-2015)
- Lampiran 03: VERBATIM SUBJEK RP (Wawancara ke-2, 28-AGU-2015)
- Lampiran 04: VERBATIM SUBJEK RP (Wawancara ke-3, 10-OKT-2015)
- Lampiran 05: VERBATIM INFORMAN RP (Wawancara dengan Adiknya bernama YF, 06-SEPT-2015)
- Lampiran 06: VERBATIM SUBJEK WT (Wawancara ke-1, 18-JUNI-2015)
- Lampiran 07: VERBATIM SUBJEK WT (Wawancara ke-2, 4-OKT-2015)
- Lampiran 08: VERBATIM SUBJEK MR (Wawancara ke-1, 24-APR-2015)
- Lampiran 09: VERBATIM SUBJEK MR (Wawancara ke-2, 28-SEPT-2015)
- Lampiran 10: VERBATIM INFORMAN MR (Wawancara dengan temannya bernama PH, 19-OKT-2015)
- Lampiran 11: SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN UNTUK MENJADI SUBJEK PENELITIAN (Subjek RP)
- Lampiran 12: SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN UNTUK MENJADI SUBJEK PENELITIAN (Subjek WT)
- Lampiran 13: SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN UNTUK MENJADI SUBJEK PENELITIAN (Subjek MR)
- Lampiran 14: SURAT KETERANGAN DIAGNOSA PSIKOLOGIS (RP)
- Lampiran 15: SURAT KETERANGAN DIAGNOSA PSIKOLOGIS (WT)
- Lampiran 16: SURAT KETERANGAN DIAGNOSA PSIKOLOGIS (MR)