

## BAB III

### PAPARAN HASIL PENELITIAN

#### A. LOKASI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di kota Banjarmasin, tepatnya di beberapa lokasi yaitu: 1) Jalan Melati Indah I Kelurahan Sungai Lulut Kecamatan Banjarmasin Timur 2) Jalan Kayu Manis Kel. Kebun Bunga Kecamatan Banjarmasin Timur, dan 3) di Jalan 9 Oktober Kel. Pekauman Kecamatan Banjarmasin Selatan.

#### B. IDENTITAS SUBJEK PENELITIAN

Di dalam penelitian ini ada tiga subjek. Adapun identitas subjek akan di jelaskan sebagai berikut :

TABEL 3.1 IDENTITAS SUBJEK PENELITIAN

<b>Nama (Inisial)</b>	RP	WT	MR
<b>Usia</b>	27 Tahun	22 Tahun	24 Tahun
<b>Jenis Kelamin</b>	Perempuan	Perempuan	Laki-Laki
<b>Status</b>	Menikah	Lajang	Lajang
<b>Pekerjaan</b>	Guru SD	Mahasiswa IAIN Antasari	Wiraswasta
<b>Pendidikan Terakhir</b>	DII PGSD UNLAM	MAN	S1 Psikologi Islam IAIN Antasari
<b>Jumlah Saudara &amp; Anak ke</b>	5 Bersaudara (Anak ke-3)	4 Bersaudara (Anak ke-2)	3 Bersaudara (Anak ke-1)
<b>Alamat Rumah</b>	Jl. Melati Indah I Kelurahan Sungai Lulut Kec. Banjarmasin Timur	Jl. Kayu Manis Kel. Kebun Bunga Kecamatan Banjarmasin Timur	Jl. 9 Oktober Gg. Moroseneng Kel. Pekauman Kecamatan Banjarmasin Selatan

<b>Masalah Psikologis</b>	Fobia spesifik terhadap cicak atau <i>zoophobia</i> .	Fobia spesifik terhadap cicak atau <i>zoophobia</i> .	Fobia spesifik terhadap minuman susu atau <i>dipsophobia</i> .
---------------------------	---	---	--

## C. DESKRIPSI DATA PENELITIAN

### 1. Subjek RP

#### a. Gambaran umum subjek RP

Dari hasil observasi peneliti kepada RP dapat digambarkan kondisi fisik yaitu RP memiliki perawakan yang sedang dengan tinggi ±165 cm, ia menggunakan jilbab. Secara umum dari kesan peneliti kepada subjek maka dapat disimpulkan bahwa subjek adalah orang yang terbuka dalam berkomunikasi, walaupun subjek sering mengaku sibuk kerja ketika mau ditemui.

#### b. Proses terjadinya dan faktor-faktor yang menyebabkan fobia cicak pada RP

Subjek mengatakan penyebab ketakutannya pada cicak mulai dari ia duduk di Sekolah Dasar tepatnya pada waktu berada dikelas 6 (saat itu usia sekitar 11 tahun). Seingatnya saat itu ia disuruh mencuci pakaian oleh orangtua dan secara tidak sengaja ia memegang cicak yang sudah mati disalah satu pakaian yang dicucinya. Reaksi RP saat itu adalah langsung membuang air cuci pakaian yang ada cicak di sana, kemudian muncul rasa kengerian, hingga tidak mau melihat cicak itu. Sejak saat itulah menurut pengakuan subjek menjadi awal ketakutannya dengan cicak.

Selain itu, menurut subjek lagi yang membuatnya semakin takut dengan cicak dikarenakan faktor keluarga misalnya : saudara kandung

yang serumah yaitu dua orang adiknya (YF dan RY) yang suka menakut-nakutinya (RP) dengan YF sering membawakannya mainan cicak, bahkan RY pernah membawa teman-temannya hanya untuk menakut-nakutinya. Hal ini dibenarkan oleh adiknya RP yang bernama YF yang mengatakan sering menakuti kakanya ketika YF masih kecil, yang menurut YF dia hanya iseng-iseng saja karena hasil belanja makanan dan mendapatkan mainan cicak plastik, bahkan dengan sengaja mencari dan membeli mainan cicaknya baik yang karet dan plastik, yang sering dilempar-lemparkannya hingga kakaknya pernah menangis katanya. Juga YF berkata pernah membohongi kakaknya untuk mengambil sesuatu di balik pintu yang ternyata di sana adalah bangkai cicak terjepit sehingga membuat kakaknya ketakutan, juga kejadian cicak terjepit di jendela yang YF dengan sengaja menjauh agar kakaknya tidak mendapatkan pertolongan dari orang sekitar untuk membuang cicak tersebut. Juga YF pernah membeli stiker berbentuk dan bergambar cicak yang ditempelkan di helmnya sendiri dan YF mengatakan dia menaruh helmnya berdekatan dengan helm kakaknya sehingga membuat kakanya ketakutan lagi.

Ketakutannya (RP) terhadap cicak sampai sekarang masih dirasakannya bahkan menurutnya cukup mengganggu dalam kesehariannya misalnya ketika ada cicak dalam kamar mandi maka ia akan berteriak dan pada akhirnya tidak mau sama sekali untuk masuk kamar mandi sampai cicak itu menjauh atau harus menunggu orang terlebih dahulu untuk membantu mengusir cicak tersebut.

Ketakutannya pada cicak ini juga cukup mengganggu aktivitas dalam pekerjaannya, misalnya suatu ketika ada seorang siswa yang membawa mainan cicak, tapi ia tidak berani menyita, atau ada juga kejadian saat mengajar ia selalu menghindar jika ada cicak dalam kelas tersebut, bahkan ia harus keluar kelas dan menunggu sampai cicak itu pergi kemudian ia baru akan melanjutkan tugas mengajarnya.

Kejadian lainnya lagi kata RP contohnya ketika ada rapat guru dan ketika itu ada cicak lewat di mejanya maka subjek langsung angkat kaki ke atas dan meminta tolong teman untuk mengusirkannya.

Menurut pandangan subjek mengenai cicak dianggapnya seperti film horror dan bahkan melebihi film horror tersebut, subjek juga mengatakan cicak tersebut bisa saja mengotori mesjid atau mushola, yang menurutnya hal itu sering ada. Kemudian RP ditanyakan cicak itu bersih atau tidak, RP menjawab kalau mengotori iya katanya. Dan RP mengatakan biasanya kalau rumahnya kurang bersih atau banyak tumpukan pasti banyak cicaknya.

c. Gambaran fobia spesifik RP dan usahanya dalam mengatasi fobia cicak

Dari hasil wawancara RP mengatakan bahwa gejala-gejala yang muncul ketika melihat objek fobianya (cicak) antara lain berteriak, sesak nafas, mau pingsan, panas dingin, gelisah, gugup, berkeringat, jantung berdetak cepat, mual, bahkan menjadi mudah marah, khawatir, atau sulit konsentrasi. Semua gejala ini dapat muncul beberapa saja atau bersamaan katanya. RP juga mengaku ia sadar dan tahu ketakutannya itu berlebihan

tetapi tetap saja muncul ketika ia melihat cicak maka secara otomatis ia akan berteriak, menjauh atau menghindar, dan memanggil orang di dekatnya.

Hal ini dibenarkan oleh adiknya RP yang bernama YF yang mengatakan bahwa sering melihat kakaknya beteriak dan keluar dari kamar mandinya karena alasan ada cicak di sana dan membuatnya tidak jadi mandi kata pengakuan adiknya YF. Juga kata YF pernah melihat kakaknya sering mempersiapkan *tameng* (alat) hanya untuk berjaga-jaga jikalau akan di dekati cicak karena alasan takut cicaknya meloncat ke arahnya (RP).

Ketika ditanyakan terkait ukuran ketakutannya berdasarkan skala ketakutan, RP menjawab dari 0 sampai dengan 100 (untuk 0 berarti tidak ada ketakutan, sedangkan 100 berarti sangat takut), RP mengaku nilainya ada di angka 97. RP berkata alasan dia menilai ketakutan dirinya sendiri karena cicak itu mengerikan, sering membuatnya mimpi buruk tentang cicak jika ada kejadian menakutkan terjadi. Subjek juga ada mengatakan jarak aman dengan cicak itu sekitar 4 meter tapi mendengar suara cicak ketakutannya pasti akan muncul. Dari hasil wawancara juga dapat diketahui bahwa subjek ternyata sangat takut dengan mainan berbentuk cicak yang terbuat dari plastik atau karet. Bahkan fotonya saja subjek mengatakan tidak berani melihatnya.

Menurut pengakuan RP sampai sekarang ia belum pernah ada usaha untuk mengurangi ketakutannya tersebut. Alasannya subjek

mengatakan “*Ngeri membayangkan, kalau wani lawan cicak tuh. Hehehehhh. Pasti ngerii.. misalnya kan dari yang kada mau manjapai tuh, manjapai.*”

Reaksi melihat cicak RP mengatakan sering saja *istighfar* katanya, dan dengan cara otomatis di situasi ketakutan tersebut.

## 2. Subjek WT

### a. Gambaran umum subjek WT

Dari hasil observasi peneliti kepada subjek WT dapat digambarkan kondisi fisik yaitu WT memiliki perawakan yang sedang dengan tinggi  $\pm 160$  cm, ia menggunakan jilbab. Secara umum dari kesan peneliti kepada subjek maka dapat disimpulkan bahwa subjek adalah orang yang terbuka dalam berkomunikasi, dan sedikit sulit ditemui karena sering di luar kota, namun menjadi sangat mudah ditemui ketika WT ada di dalam kota.

### b. Proses terjadinya dan faktor-faktor yang menyebabkan fobia cicak pada WT

Subjek mengatakan penyebab ketakutannya pada cicak mulai saat kecil di usia kurang lebih 5 tahun ketika di mesjid tidak sengaja memegang cicak, melihat bentuknya, merasakan lembeknya tubuh cicak. Reaksi subjek saat situasi itu adalah geli, jijik dan mual. Sejak saat itulah menurut pengakuan subjek menjadi awal ketakutannya dengan cicak.

Selain itu, menurut subjek lagi yang membuatnya semakin takut dengan cicak dikarenakan kejadian di kos yaitu saat mau mengambil plastik di lemari namun tiba-tiba muncul anak cicak ukuran kecil yang

reaksi subjek saat situasi itu dengan berteriak dan *takipik* (tubuh bergerak tidak beraturan) katanya.

WT juga ada mengatakan “*Dimana-mana mungkin setiap bangunan mungkin, ada yang namanya cicak yah, walaupun bangunan itu, istilahnya yah semewah apapun mungkin ada ya, yang namanya cicak ya.*”

Ketakutannya terhadap cicak sampai sekarang masih dirasakannya bahkan menurutnya cukup menganggunya seperti situasi saat kuliah ada cicak di atasnya yang membuatnya tidak nyaman karena kurang sopan kalau keluar ruang kelas, pilihan bertahan subjek ini kemudian berdampak rasa mual di perut katanya, juga subjek berkata setiap bangunan baik ukuran biasa bahkan yang mewah pasti ada cicak katanya.

c. Gambaran fobia spesifik WT dan usahanya dalam mengatasi fobia cicak

Dari hasil wawancara WT mengatakan bahwa gejala-gejala yang muncul ketika melihat objek fobianya itu (cicak) antara lain gelisah, agak gemetar, agak merinding, keringat dingin, kepikiran dan terbayang setelah melihatnya, berteriak, jantung berdetak cepat, berkurangnya konsentrasi, stres, mual, dan bahkan pernah nangis. Semua gejala ini dapat muncul beberapa saja atau bersamaan. WT juga mengaku ia sadar dan tahu ketakutannya itu berlebihan tetapi tetap saja ketika ia melihat cicak maka secara otomatis ia akan memunculkan gejala-gejala sebelumnya tadi.

Ketika ditanyakan terkait ukuran ketakutannya berdasarkan skala ketakutan, subjek menjawab dari 0 sampai dengan 100 (untuk 0 berarti

tidak ada ketakutan, sedangkan 100 berarti sangat takut), WT mengaku nilainya ada di angka 75 hingga 80 katanya. WT berkata alasan dia menilai ketakutan dirinya sendiri karena cicak itu menakutkan dan menjijikan. Subjek juga ada mengatakan jarak aman dengan cicak itu jika tidak melihatnya sama sekali.

WT mengatakan ketika di tempat tinggalnya atau kos mengganggunya ketika mendapat jadwal piket untuk bersih-bersih kos. Karena WT beralasan tidak sanggup membuang cicak tersebut ketika mereka ada di tong sampah.

Dari hasil wawancara juga dapat diketahui bahwa subjek kalau ada yang mengatakan binatang itu ada di belakang subjek, subjek memunculkan reaksi ketakutan, bahkan ketika peneliti bertanya cicak itu apakah sering muncul di tong sampah subjek hanya merespon *hehhhh* bersamaan wajah subjek dan tubuhnya mau mual dan muntah yang ditahannya ketika dalam wawancara. Bahkan jika melihat foto saja subjek menganggap seperti bergerak walaupun itu cuma sebuah gambar, hingga subjek mengalihkan pandangan matanya. Dan juga memutar musik sebagai pengalihan ketika WT di ruang kuliah dia tahu ada cicak di atasnya. Apalagi mainan berbentuk cicak baik dari plastik, karet subjek mengatakan sangat tidak berani. Juga menurut pandangan subjek mengenai cicak dianggapnya seperti anak cicak berwarna pink.

WT mengatakan belum ada usaha untuk menghilangkan ketakutannya tersebut. Subjek juga mengatakan tidak mau meskipun ada



terapinya namun malah disuruh membayangkan benda (istilah yang digunakan subjek untuk binatang cicak) tersebut.

Reaksi ketika melihat cicak WT mengatakan berdo'a, mengingat Allah, karena menurutnya di dalam Al-Qur'an dikatakan hanya dengan mengingat Allah maka hati akan menjadi tenang.

### **3. Subjek MR**

#### **a. Gambaran umum subjek MR**

Dari hasil observasi peneliti kepada subjek MR dapat digambarkan kondisi fisik yaitu MR memiliki perawakan yang sedang dengan tinggi  $\pm 155$  cm. Kesan umum dan hubungan sosial antara peneliti dan subjek dapat dikatakan sangat terbuka dan dapat dikatakan akrab, terbukti dengan mudahnya diajak bertemu.

#### **b. Proses terjadinya dan faktor-faktor yang menyebabkan fobia minuman susu MR**

MR mengatakan penyebab awal dia takut terhadap minuman susu ketika waktu SMP Kelas 1 (usia 11 tahun) jam istirahat sedang kehausan dan membeli minuman susu kedelai. Reaksi subjek saat situasi itu adalah pingsan, yang menurut subjek minuman tersebut beracun karena tidak luarsa minumannya. Kejadian pingsan tersebut telah membawa subjek ke rumah sakit. Kejadian inilah penyebab awal menurutnya.

Selain itu, menurut subjek lagi yang membuatnya semakin takut dengan minuman susu dikarenakan faktor temannya yang sering menakut-nakutinya.

Kejadian lainnya lagi ketika di situasi diklat saat organisasi PMI ada seniornya yang memaksanya untuk minum karena sedang di hutan melihat subjek tidak membawa perlengkapan minuman susu yang harusnya wajib dibawa masing-masing peserta diklat untuk bersama-sama minum di pagi hari. Hal ini dibenarkan oleh temannya (teman satu organisasi PMI) yang bernama PH yang mengatakan pernah mendengar seluruh rekan satu organisasinya tahu masalah psikologis MR katanya, dan PH mendapatkan cerita tentang MR dipaksa minum susu sewaktu diklat tersebut dari teman-teman seorganisasinya dan juga MR langsung, yang kata PH dikerjainnya karena MR tidak membawa minuman susu tersebut yang memicu panitia bertanya-tanya dan kebetulan panitia memiliki persediaan minuman susu hingga akhirnya disodorkan ke MR dengan paksa hingga muntah.

Juga kata PH pernah ditraktir MR yang memesan minuman duluan, PH ketika itu mendengar MR mengatakan hanya untuk menghindari jikalau ada teman yang akan memesan minuman susu.

c. Gambaran fobia spesifik MR dan usahanya dalam mengatasi fobia minuman susu

Dari hasil wawancara MR mengatakan bahwa gejala-gejala yang muncul ketika melihat objek fobianya itu (minuman susu, alpukat, warnanya atau aromanya) akan membuatnya memunculkan gejala-gejala seperti gelisah, agak merinding, keringat dingin, kepikiran dan terbayang setelah melihatnya, teriak, jantung berdetak cepat, berkurangnya konsentrasi, stres, deg-degan, muntah, sakit kepala, keringat, gemetar

seluruh anggota tubuh, *ngos-ngosan*, wajah pucat, mudah marah (jika sengaja dijahili), mendekati mati, sangat hilang konsentrasi, bahkan pernah nangis dan juga bisa saja pingsan katanya. Yang semua gejala ini menurutnya dapat muncul sebagian atau beberapa. Hal ini dibenarkan oleh temannya (teman satu organisasi PMI) yang bernama PH yang mengatakan pernah melihat ketika MR memakan kue bolu dan kemudian reaksi MR saat itu memuntahkan bolunya yang PH dengar ketika itu MR mengatakan karena alasan ada susunya di dalam kue itu.

Ketika ditanyakan terkait ukuran ketakutannya berdasarkan skala ketakutan, subjek menjawab dari 0 sampai 100 (untuk 0 berarti tidak ada ketakutan, sedangkan 100 berarti sangat takut), MR mengaku nilainya ada di angka 87. Subjek juga mengatakan ketakutannya semakin tahun semakin bertambah jika ketemu dengan benda itu dan semakin mengganggu hidupnya katanya.

MR juga mengatakan menyadari ketakutan itu berlebihan, dan seakan-akan membuatnya kehilangan kemampuan logika. Ketakutannya ini, MR mengatakan sangat mengganggu seperti di situasi kerja saat ada rekan kerjanya meminum susu, kemudian di situasi sewaktu sekolah atau kuliah dulu sering ada temannya yang minum susu atau alpukat, bahkan ketika peneliti dan subjek melakukan wawancara di cafe ada pelayan lewat membawa minuman alpukat berwarna putih susu subjek langsung bereaksi ketakutan, frekuensi suara hampir menangis, menundukan wajah ke meja hingga beberapa lama dan wawancara saat itu

terpaksa peneliti tunda, kemudian keluar dari cafe tersebut bersama subjek menggunakan tangannya memegang baju peneliti dan subjek menutup matanya dengan satu tangannya hingga sampai keluar dan setelah peneliti bayar di kasir kemudian peneliti menemukan subjek duduk di bawah pohon termenung. Juga pada situasi diundang saruan oleh warga, subjek mengatakan pernah langsung keluar rumah karena saat itu ada minuman susu katanya. Juga saat situasi hari raya, mahaul, kumpul-kumpul keluarga. Juga banyak kejadian lainnya yang kata subjek tidak bisa dihitung lagi.

Jarak aman menurutnya harus tidak terlihat sama sekali benda tersebut, juga tidak tercium aromanya sama sekali baru aman katanya. MR juga mengatakan kalau hanya melihat foto minuman susu tidak apa-apa.

Menurut pandangan subjek mengenai minuman susu dianggapnya seperti sebuah racun, seperti monster punya tangan, juga seperti hantu yang bisa merasukinya dan katanya menganggunya setiap hari:

Itu tu kaya apa yo, monsternya tuh berwarna putih, putih lekat. Nah lo, aromanya tuh sangat manis tapiiii seperti membunuh! Handak membunuh. Ibaratnya tu kayapa yo.... Merasa dihantui kaya tu nah.

Ibaratnya susu ini seperti racun... monster punya tangan yang mau mematikan, menyerang kita.

Namun, ketika MR diwawancara perihal *monster punya tangan* tersebut apakah berbentuk nyata atau tidak, MR mengatakan “*Melihatnya tuh normal aja. Tapi kayapa yo, kaya tu pang dah terngiang-ngiangnya tuh.*” Dan MR juga menambahkan jawaban “*Tapi kayapa yo ini nah,*

*tersugesti tarus, terngiang-ngiang tarus, susu tuh kada menakutkan, yang kayini tahu ja, Tapi kada kawa ditolak.”*

Bahkan MR mengatakan ketakutannya semakin tahun semakin menganggunya, berikut perkataannya “*Semakin.. semakin tahun, semakin tahun, sangat, sangat mengganggu.”*

Untuk usaha yang telah dilakukannya dalam menghilangkan atau mengurangi masalah ketakutannya tersebut MR mengatakan selalu *istighfar* ketika ada kejadian atau situasi benda tersebut. Juga telah membaca buku psikologi *dzikir* dan di amalkannya namun tidak berhasil katanya. Juga telah berdo'a untuk menghilangkan ketakutannya terhadap minuman susu tersebut ketika sholat tahajjud dan juga sholat dhuha. Juga pernah menemui orang-orang shaleh teman ayahnya untuk menghilangkan ketakutannya tersebut. Bahkan juga telah tiga kali menjalani psikoterapi metode hipnosis menemui psikolog dan hasilnya efektif, dapat menurunkan ketakutannya namun masih sedikit katanya, alasan subjek adalah memberikan hasil diawal-awal saja merasa berani namun setelah beberapa lama menjadi hilang atau tidak berani lagi. MR juga mengatakan pernah diberikan psikoterapi behavior oleh orang lain beberapa minggu dan gagal, yang membuatnya sekarang memilih menerapi dirinya sendiri dengan teknik behavior yaitu katanya dengan memberanikan melihat minuman susu tersebut, namun setelah sangat dekat sekali subjek pasti tidak tahan katanya. Subjek juga mengatakan

pernah menjalani psikoterapi tersebut waktunya adalah beberapa tahun yang lalu. MR juga mengatakan sangat menghindari benda tersebut.