

BAB II. PEMBAHASAN & SOLUSI KETAKUTAN ANAK – ANAK PADA KEGELAPAN

II.1. Landasan Teori

II.1.1. Psikologi

Psikologi berasal dari bahasa Yunani yaitu *Psychē* yang berarti jiwa dan *Logia* yang berarti ilmu. Sehingga psikologi dapat diartikan dengan ilmu yang mempelajari jiwa. Psikologi adalah sebuah bidang ilmu pengetahuan dan ilmu terapan yang mempelajari mengenai perilaku dan fungsi mental manusia secara ilmiah (Alizamar, 2016, h.1). Pada awalnya psikologi merupakan bagian dari ilmu filsafat, hingga pada tahun 1879, Wundt mendirikan laboratorium psikologinya. Pendirian ini merupakan awal dari psikologi sebagai ilmu yang mandiri (Alizamar, 2016, h.1).



Gambar I.1. Psikologi

Sumber: https://res.cloudinary.com/dk0z4ums3/image/upload/v1605863795/attached_image/informasi-tentang-konsultasi-psikologi-anak-yang-perlu-anda-tahu-0-alodokter.jpg

(Diakses pada: 03 Agustus 2021)

II.1.2. Persepsi

Persepsi berasal dari bahasa Latin yaitu *percipio* yang berarti berasal. Persepsi merupakan sebuah peristiwa menyusun, mengenali, dan menafsirkan informasi sensoris untuk memberikan gambaran dan pemahaman mengenai lingkungan

(Alizamar, 2016, h.14). Robbins dan Stephen dalam Alizamar (2016, h.15) menyatakan bahwa persepsi merupakan sebuah proses saat individu mengatur dan menginterpretasikan kesan – kesan sensoris untuk memberikan arti bagi lingkungan. Alizamar (2016, h.15) membagi persepsi menjadi tiga, yaitu:

1. Persepsi sebagai peristiwa fisiologis, adalah persepsi yang meliputi semua sinyal dari sistem saraf seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, dan lainnya.
2. Persepsi sebagai peristiwa sosial, budaya, dan pembelajaran, adalah persepsi yang dibentuk oleh komunikasi antar manusia, pembelajaran, ingatan, dan perhatian yang berlangsung dalam konteks sosial dan budaya.
3. Persepsi terhadap karya manusia merupakan bagaimana manusia mempersepsikan atau menginterpretasikan artefak, lingkungan, dan objek – objek karya seni.

Dalam proses persepsi, terdapat beberapa bagian di dalamnya. Alan dan Gary dalam Alizamar (2016, h.410) menyatakan bahwa persepsi memiliki tiga komponen di dalamnya, yaitu :

1. Perseptor yaitu orang yang sadar tentang sesuatu dan menimbulkan pemahaman akhir. Ada tiga faktor yang mempengaruhi sikap perseptor, yaitu pengalaman, motivasi, dan emosi.
2. Target yaitu orang yang sedang dirasakan atau dinilai oleh perseptor.
3. Situasi juga mempengaruhi proses persepsi, situasi yang berbeda membutuhkan informasi yang berbeda.

II.1.3. Emosi

Emosi merupakan kemampuan seseorang untuk mengungkapkan dan bereaksi terhadap sesuatu atau seseorang. Emosi merupakan sebuah perasaan dan pikiran dari suatu keadaan biologis maupun psikologis yang memicu munculnya sebuah tindakan (Goleman, 2002).

Emosi terbagi ke dalam beberapa kategori – kategori. Menurut Ekman (1999) pada bukunya, *Handbook of Cognition and Emotion*, menyatakan bahwa emosi terbagi

kedalam enam emosi dasar, yaitu *Happiness* atau Emosi Bahagia, *Sadness* atau Emosi Kesedihan, *Anger* atau Emosi Marah, *Shock* atau Emosi Terkejut, *Disgust* atau Emosi Jijik, dan *Fright* atau Emosi Takut. Sedangkan menurut Lazarus (1991), emosi terbagi kedalam dua belas kategori yaitu, *Anger* atau Emosi Kemarahan, *Anxiety* atau Emosi Kecemasan, *Jealousy* atau Emosi Bersalah, *Shame* atau Emosi Malu, *Disgust* atau Emosi Jijik, *Happiness* atau Emosi Bahagia, *Pride* atau Emosi Bangga, *Relief* atau Emosi Lega, *Hope* atau Emosi Harapan, *Love* atau Emosi Cinta, *Compassion* atau Emosi Empati, dan *Fright* atau Emosi Ketakutan.

II.1.4. Emosi pada Anak

Emosi sudah dimiliki sejak seseorang terlahir dan terus berkembang dengan bertambahnya usia. Feldman, Olds, dan Papalia (2009) menyatakan bahwa anak – anak sudah memiliki beberapa jenis emosi, seperti emosi cemburu, inisiatif, rasa bersalah, dan ketakutan. Emosi merupakan sebuah luapan perasaan dan memiliki peran khusus dalam perkembangan anak, sehingga diperlukannya pendidikan emosi sejak dini agar dapat membantu anak memahami perasaan, cara mengungkapkan perasaan pada orang lain, dan memahami perasaan orang lain (Mulyadi, 2006, h.10).



Gambar I.2. Emosi Anak

Sumber: <https://cdn.medcom.id/images/content/2018/05/19/876757/sODjoNFHyh.jpg>
(Diakses pada: 03 Agustus 2021)

II.1.5. Rasa Takut

Rasa takut merupakan salah satu emosi yang ada di dalam seseorang. Rasa takut adalah emosi atau perasaan yang normal dialami oleh seseorang, perasaan ini muncul saat muncul adanya indikasi bahaya yang mengancam (Mulyadi, 2006, h.13). Emosi ini diperlukan dan berperan kuat sebagai bentuk pertahanan diri. Menurut Derevensky (1974), terdapat tiga jenis ketakutan yaitu ketakutan bawaan, ketakutan yang muncul dengan seiring kedewasaan dan ketakutan yang muncul dengan melalui pembelajaran.

II.1.6. Anak Prasekolah

Saat anak – anak berusia 3 hingga 6 tahun, anak – anak sudah memiliki berbagai jenis emosi. Menurut Patmonodewo (2003), menyatakan bahwa anak berusia 3 hingga 6 tahun disebut sebagai anak prasekolah. Dimana umumnya anak usia 3 hingga 4 tahun mengikuti program *playgroup* dan usia 4 hingga 6 tahun mengikuti program taman kanak – kanak. Pada usia 3 hingga 6 tahun, anak sudah mulai mengembangkan kemampuan motorik, kreativitas, dan imajinasi (Mulyadi, 2006, h.17). Pada usia ini, anak – anak memiliki imajinasi yang tinggi, namun terkadang masih kesulitan untuk membedakan realita dan imajinasi.



Gambar I.3. Anak Prasekolah

Sumber: <https://cdn.medcom.id/images/content/2018/05/19/876757/sODjoNFHyh.jpg>
(Diakses pada: 03 Agustus 2021)

II.2. Objek Penelitian

II.2.1. Rasa Takut pada Anak

Ketakutan yang dialami oleh anak adalah hal yang wajar dialami oleh anak. Ketakutan pada anak telah hadir sejak anak tersebut dilahirkan, dan berkembang sesuai dengan pengalaman dan lingkungan di tempat anak itu bertumbuh (Derevensky, 1974). Ketakutan pada anak dapat muncul pada usia – usia tertentu tergantung dengan lingkungan tempat anak tersebut bertumbuh (Gesell, 1941). Ketakutan yang dialami oleh anak dapat hilang dikemudian hari, namun ketakutan yang dialami anak juga dapat bertahan dan menetap (Mulyadi, 2006, h.60).



Gambar I.4. Ketakutan Anak

Sumber: https://motherandbaby.co.id/lkgallery/teaser/balita-takut_54_20181219113332.jpg
(Diakses pada: 03 Agustus 2021)

Ketakutan pada anak – anak dapat berasal dari berbagai sumber. Mulyadi (2006, h.22) menjelaskan bahwa ketakutan yang dialami oleh anak dapat disebabkan oleh:

- Pengalaman secara langsung
Seorang anak yang mengalami pengalaman buruk secara langsung dapat membentuk ketakutan dari pengalaman tersebut.
- Cerita yang didengar
Cerita seram dan menakutkan yang didengar oleh anak – anak dapat membentuk ketakutan seperti apa yang didengarnya.

- Menjadi saksi mata suatu kejadian
Anak – anak yang melihat suatu kejadian seram secara langsung maupun tidak langsung seperti menonton film seram pada televisi dapat membuat anak tersebut membentuk ketakutan terhadap hal yang dilihatnya.
- Transfer ketakutan dari orang lain
Anggota keluarga atau seseorang yang dekat dengan anak dapat memberikan contoh mengenai hal yang ditakuti oleh seseorang tersebut, sehingga anak mencontoh dan membentuk ketakutan yang sama.
- Pola asuh keluarga
Anak – anak yang tidak memiliki ikatan keluarga yang baik, dapat lebih mudah merasa tidak aman dan gelisah.

Ketakutan terbagi ke dalam berbagai kategori. Zakharov (2011) mengelompokkan beberapa ketakutan yang dialami oleh anak ke dalam beberapa kelompok, yaitu:

- *Social fears*, adalah ketakutan yang berhubungan dengan kehidupan sosial seperti takut untuk sendirian, takut untuk bertemu dengan anak lain, takut dengan orang dewasa, dan lainnya.
- *Medical fears*, adalah ketakutan yang berhubungan dengan hal – hal medis, seperti takut jatuh sakit, takut dengan dokter, takut dengan jarum suntik, takut dengan luka dan darah, dan ketakutan lainnya.
- *Fears of animals*, adalah ketakutan dengan hewan atau makhluk hidup lainnya, seperti takut dengan anjing, laba-laba, ular, dan hewan lainnya.
- *Physical fears*, adalah ketakutan dengan faktor dan objek eksternal, seperti takut dengan badai, suara yang keras, api, dan faktor lainnya.
- *Spatial fears*, adalah ketakutan dengan lingkungan dan kondisi di suatu tempat, seperti takut dengan ruang sempit, takut dengan ketinggian, dan lainnya.
- *Fears of darkness*, adalah ketakutan dengan kegelapan, seperti ruangan gelap, bawah kasur, dalam lemari, dan tempat gelap lainnya.

Beberapa contoh ketakutan yang paling umum dialami oleh anak – anak menurut Mulyadi (2006, h.33) adalah:

- Ketakutan dengan orang asing

Anak takut untuk bertemu dengan orang yang tidak dikenalnya. Ketakutan ini umum dialami oleh anak berusia 18 hingga 24 bulan. Ketakutan dengan orang asing dapat memicu anak mengidap fobia sosial atau *social anxiety disorder*.

- Ketakutan dengan hewan tertentu

Ketakutan ini dialami dikarenakan anak mengalami pengalaman buruk dengan hewan tertentu, seperti dicakar oleh kucing. Ketakutan ini umum dialami oleh anak berusia 3 tahun. Ketakutan dengan hewan yang berlanjut dapat memicu anak mengidap fobia terhadap hewan atau *zoophobia*.

- Ketakutan mimpi buruk

Ketakutan ini adalah ketakutan mengalami mimpi buruk. Tingkat imajinasi anak yang tinggi membuat anak sulit membedakan mimpi dan realita. Ketakutan ini umum dialami oleh anak berusia 3 hingga 6 tahun. Ketakutan dengan mimpi buruk yang berlanjut dapat memicu anak mengidap *clinophobia* atau fobia untuk tidur.

- Ketakutan berpisah

Ketakutan berpisah adalah ketakutan anak – anak untuk berpisah dengan orang yang dipercayainya, seperti orang tua. Anak yang mengalami ketakutan ini, takut tidak dapat bertemu kembali dengan orang yang dipercayainya tersebut. Ketakutan ini umum dialami oleh anak berusia 8 bulan hingga 2 tahun. Ketakutan berpisah yang berlanjut dapat memicu anak mengidap *separation anxiety disorder* atau kecemasan terhadap perpisahan yang berlebihan.

- Ketakutan dengan tempat yang asing

Sebagian anak merasa senang dengan situasi atau tempat yang baru, namun beberapa anak merasa takut dengan tempat yang baru, karena takut dengan situasi yang asing dan membuat anak merasa tidak aman.

- Ketakutan dengan sekolah

Ketakutan dengan sekolah umum dialami oleh beberapa anak saat pertama kali memasuki sekolah.

- Ketakutan dengan kegelapan

Ketakutan dengan kegelapan adalah ketakutan dengan suasana atau keadaan yang gelap, seperti malam hari, ruangan gelap, ataupun tempat – tempat yang tidak terjangkau oleh cahaya. Ketakutan terhadap kegelapan umum dialami oleh anak berusia 3 hingga 6 tahun. Ketakutan terhadap kegelapan yang berlanjut dapat memicu anak mengidap *achluophobia* atau fobia dengan kegelapan.

II.2.2. Rasa Takut Keggelapan pada Anak

Rasa takut juga dapat dialami oleh anak – anak. Salah satu ketakutan yang paling umum dialami oleh beberapa anak – anak usia 3 hingga 6 tahun adalah ketakutan terhadap kegelapan (Mulyadi, 2006, h.33). Pada tahun 2018, Cengis, Kusmus, dan Onder melakukan survei yang menyatakan bahwa ketakutan dengan kegelapan merupakan ketakutan yang paling banyak dialami oleh anak – anak. Ada beberapa alasan mengapa anak dapat takut dalam kegelapan menurut Cengis, Kusmus, dan Onder (2018), seperti :

- Takut dalam kegelapan dan sendiri tanpa orang yang dikenalnya. Sebagian anak – anak takut karena tidak ada orang yang dipercayanya untuk melindunginya dari bahaya saat di dalam kegelapan.
- Takut dalam kegelapan dan suara – suara yang didengarnya dalam kegelapan. Suara – suara tidak diketahui yang muncul dalam kegelapan dapat membuat anak merasa takut. Anak – anak takut suara – suara tersebut berasal dari makhluk atau sesuatu yang menyeramkan dan dapat melukai.
- Takut dalam kegelapan sendirian tetapi tidak merasa sendirian. Anak – anak takut sendirian dalam kegelapan, karena takut ada sesuatu atau makhluk yang juga sedang berada dalam kegelapan bersamanya.

- Takut dalam kegelapan dan takut monster atau hantu muncul dalam kegelapan. Beberapa anak takut dengan makhluk – makhluk seram yang dapat muncul dalam kegelapan.

Ketakutan anak terhadap kegelapan terjadi karena anak – anak mengasosiasikan gelap dengan monster, hantu, atau makhluk yang seram. Hal ini disebabkan oleh imajinasi anak yang tinggi dan belum mampu membedakan imajinasi dengan realita (Mulyadi, 2006, h.57). Jika ketakutan anak terhadap kegelapan tidak diatasi, ketakutan dapat berkembang dan mengganggu aktifitas anak. Ketakutan dengan kegelapan dapat mengakibatkan anak menjadi anak yang penakut dan bergantung dengan orang lain (Mulyadi, 2006, h.57). Anak yang mengalami ketakutan terhadap kegelapan menjadi tidak berani untuk tidur sendirian dan membuat tidur anak menjadi terganggu.



Gambar I.5. Anak Prasekolah

Sumber: [https://image-](https://image-cdn.medkomtek.com/oJCA5dhBw8jood9qP3HiQTsJj_E=/640x480/smart/klikdokter-media-buckets/medias/1458852/original/072335800_1483459570-Anak-Takut-Gelap-Ini-Solusinya.jpg)

[cdn.medkomtek.com/oJCA5dhBw8jood9qP3HiQTsJj_E=/640x480/smart/klikdokter-media-buckets/medias/1458852/original/072335800_1483459570-Anak-Takut-Gelap-Ini-Solusinya.jpg](https://image-cdn.medkomtek.com/oJCA5dhBw8jood9qP3HiQTsJj_E=/640x480/smart/klikdokter-media-buckets/medias/1458852/original/072335800_1483459570-Anak-Takut-Gelap-Ini-Solusinya.jpg)

(Diakses pada: 03 Agustus 2021)

II.2.3. Kasus yang terjadi

Pada situs forum Ibu dan Balita, seorang ibu bercerita mengenai anaknya yang takut dengan kegelapan. Ibu itu menceritakan bahwa anaknya sering terbangun di malam hari dan menangis ketakutan karena mimpi buruk. Pada situs yang sama, ibu

lainnya juga menceritakan bahwa anaknya tidak berani untuk tidur sendiri. Ibu itu bercerita bahwa anaknya sering mendengarkan suara – suara yang menyeramkan di kamarnya saat sendirian.

II.3. Analisis

Dalam perancangan ini diperlukannya sebuah analisis untuk mendapatkan keakuratan dalam pengambilan keputusan pada tahap perancangan. Analisis merupakan sebuah proses dalam penelitian dengan mengolah data yang diperlukan untuk memecahkan permasalahan yang diteliti (Muhson, 2006). Analisis terbagi ke dalam dua kategori, yaitu analisis kuantitatif seperti kuesioner atau survei dan analisis kualitatif seperti wawancara (Muhson, 2006).

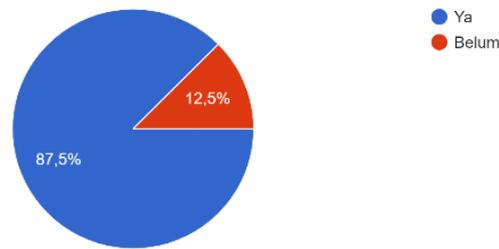
II.3.1. Analisis Masyarakat

Untuk mengetahui kondisi masyarakat mengenai ketakutan terhadap kegelapan pada anak, maka dibuatnya angket formulir kuesioner yang ditujukan untuk orang tua yang memiliki anak berusia 3 hingga 6 tahun. Hingga tanggal 25 Juli 2021, sudah ada sekitar 24 responden yang mengisi kuesioner. Angket dan formulir kuesioner ini dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu bagian target khalayak, bagian hal yang ditakuti anak, bagian ketakutan terhadap kegelapan, dan bagian fobia terhadap kegelapan.

Bagian pertama adalah bagian persepsi khalayak. Bagian ini berfungsi untuk menyaring responden agar sesuai dengan target khalayak yang dituju. Jika responden memenuhi kriteria target khalayak, responden dapat melanjutkan ke bagian selanjutnya, dan jika tidak, kuesioner akan berakhir.

Menurut bagan di bawah ini, 87,5% responden sudah memiliki anak. Responden yang memiliki anak akan melanjutkan ke tahap selanjutnya, namun untuk responden yang belum memiliki anak, kuesioner akan berakhir.

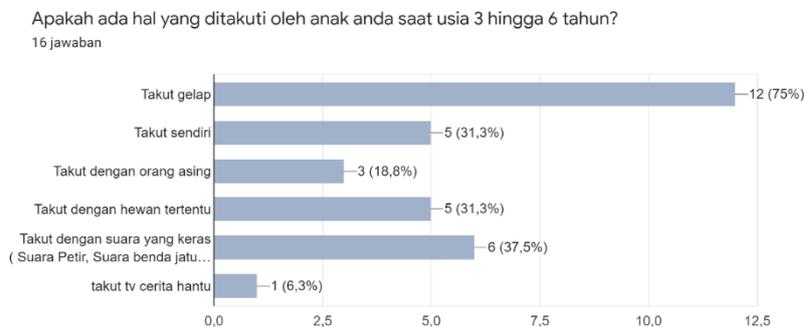
Apakah anda sudah memiliki anak?
18 jawaban



Gambar III.1. Sudah memiliki anak
Sumber: Dokumentasi Pribadi
(Diakses pada: 25 Juli 2021)

A. Hal yang ditakuti Anak

Pertanyaan selanjutnya adalah pertanyaan pilihan, responden dapat memilih 0 hingga 3 pilihan yang disediakan, responden juga dapat menambahkan pilihan jika pilihan yang diinginkan tidak tersedia. Menurut diagram diatas mayoritas anak takut dengan kegelapan sekitar 12 responden (75%), disusul takut dengan suara keras sekitar 6 responden (37,5%), takut sendiri dengan 5 responden (31,3%), takut dengan hewan tertentu sekitar 5 responden (31,3%), takut dengan orang asing sekitar 3 responden (18,8%), takut tv dan cerita hantu dengan 1 responden (6,3%). Menurut hasil survei, terlihat sekitar 75 persen responden memiliki anak yang takut dengan kegelapan.



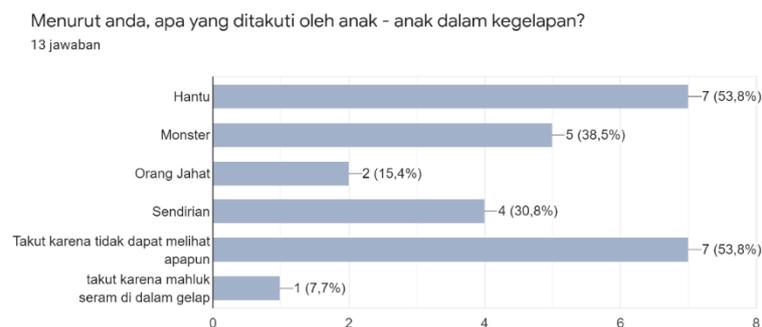
Gambar III.2. Hal yang ditakuti anak
Sumber: Dokumentasi Pribadi
(Diakses pada: 25 Juli 2021)

Pertanyaan ini juga menjadi pertanyaan yang menyaring responden, responden yang memilih takut dengan kegelapan dapat lanjut ke bagian selanjutnya, sedangkan responden yang tidak memilih takut dengan kegelapan, formulir kuesioner akan selesai.

B. Ketakutan Anak terhadap Kegelapan

Bagian selanjutnya adalah bagian mengenai hal apa yang menyebabkan anak – anak takut dan hal apa yang ditakuti oleh anak – anak dalam kegelapan. Bagian ini hanya dapat diakses oleh responden yang memilih pilihan takut dengan kegelapan di bagian sebelumnya. Bagian ini mencari tahu penyebab apa yang menyebabkan ketakutan terhadap kegelapan, dan apa yang responden lakukan.

Pertanyaan pertama pada bagian ini, adalah pertanyaan yang menanyakan hal apa yang memungkinkan dapat membuat anak – anak pada usia 3 hingga 6 tahun takut dengan kegelapan. Pada pertanyaan ini, responden dapat memilih 1 hingga 3 pilihan yang disediakan. Jika pilihan yang diinginkan responden tidak tersedia, responden dapat menambahkan pilihan yang baru. Menurut diagram diatas, pilihan hantu dan tidak dapat melihat menjadi dominan dengan masing – masing 7 responden. Disusul dengan takut monster dengan 5 responden, takut sendirian dengan 4 responden, dan orang jahat dengan 2 responden.



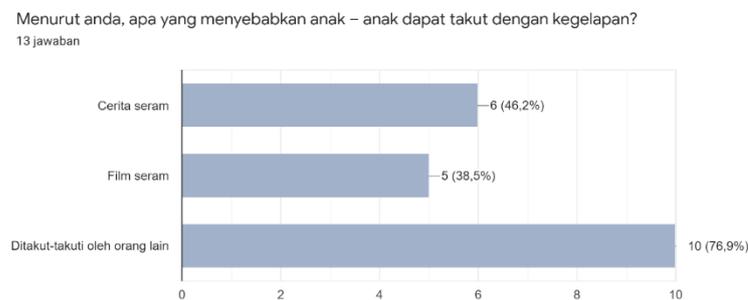
Gambar III.3. Hal yang ditakuti dalam gelap

Sumber: Dokumentasi Pribadi

(Diakses pada: 25 Juli 2021)

Jika dilihat dari jawaban – jawaban pada diagram diatas, dapat diambil dua kesimpulan, pertama anak – anak takut dengan sesuatu yang dapat melukai, seperti hantu, monster, ataupun orang jahat. Dan yang kedua anak – anak takut karena merasa tidak berdaya dalam kegelapan, seperti sendirian dan tidak dapat melihat apapun. Namun, kedua hal ini masih berhubungan, yaitu anak – anak takut dengan kegelapan karena merasa tidak berdaya dan takut sesuatu dalam kegelapan itu melukai.

Pertanyaan selanjutnya adalah pertanyaan yang bertujuan untuk mengetahui dan mengasumsikan apa yang dapat menjadi penyebab anak – anak takut dengan kegelapan menurut responden. Pada pertanyaan ini, responden dapat memilih 1 hingga 3 pilihan yang disediakan. Jika pilihan yang diinginkan responden tidak tersedia, responden dapat menambahkan pilihan yang baru. Pada diagram di bawah, dapat dilihat mayoritas anak takut dengan kegelapan karena ditakut-takuti oleh orang lain dengan 10 responden (76,9%), lalu cerita seram dengan 6 responden (46,2%), film seram dengan 5 responden (38,5%), dan lainnya.



Gambar III.4. Penyebab ketakutan

Sumber: Dokumentasi Pribadi

(Diakses pada: 25 Juli 2021)

Pertanyaan ini adalah pertanyaan dengan jawaban yang panjang. Melalui pertanyaan ini, responden menceritakan bagaimana cara responden menenangkan anaknya saat mengalami ketakutan terhadap kegelapan. Responden memiliki jawaban yang bervariasi, namun dapat diambil beberapa kesimpulan, mayoritas responden mengisi menemaninya dan menghibur anak tersebut dengan berbagai cara seperti memeluknya, menceritakan hal yang menarik, dan menyemangatnya. Namun ada juga yang mengisi dengan mendiamkannya dan membiarkannya.

Apa yang anda lakukan saat anak anda merasa ketakutan?

9 jawaban

Menemani mereka dan memberikan pemahaman bahwa Tuhan selalu hadir di antara kita jadi walau gelap ataupun terang Tuhan selalu ada melindungi kita
menemaninya dan bercerita untuk mengalihkan perhatiannya
Memeluk
Saya diamkan
Memeluknya
Menenangkan dengan menasehati
Menemaninya
Memeluknya
Ditenangkan dan diberi pengertian

Gambar III.5. Apa yang dilakukan responden
 Sumber: Dokumentasi Pribadi
 (Diakses pada: 25 Juli 2021)

Pertanyaan selanjutnya, adalah pertanyaan untuk mengetahui apakah responden memiliki anggota keluarga yang berusia diatas 7 tahun namun masih takut dengan kegelapan. Ketakutan dengan kegelapan umumnya menghilang dengan seiring bertambahnya usia, namun dalam beberapa kasus ketakutan terhadap kegelapan ini masih berlanjut di atas usia 7 tahun. Menurut bagan diatas, 53,8% responden mengisi tidak ada dan 46,2% responden mengisi ya.

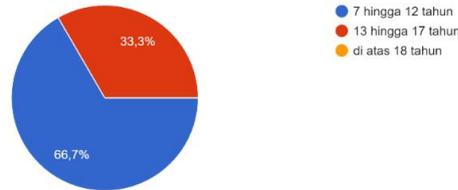


Gambar III.6. Anggota keluarga responden
 Sumber: Dokumentasi Pribadi
 (Diakses pada: 25 Juli 2021)

Dalam bagan tersebut, cukup besar angka ketakutan pada kegelapan yang dialami oleh seseorang berusia diatas 7 tahun. Sehingga diperlukannya sebuah langkah untuk mencegah terjadinya ketakutan terhadap kegelapan setelah usia 7 tahun. Responden yang memilih ya, akan diarahkan ke bagian selanjutnya, sedangkan responden yang memilih tidak, formulir kuesioner akan selesai.

Pertanyaan selanjutnya, menanyakan usia anggota responden yang masih takut dengan kegelapan. 66,7% responden mengisi 7 hingga 12 tahun, 33,3% responden mengisi 13 hingga 17 tahun.

Hingga usia berapa anggota keluarga anda tersebut masih takut dengan kegelapan?
6 jawaban



Gambar III.7. Usia masih takut
Sumber: Dokumentasi Pribadi
(Diakses pada: 25 Juli 2021)

Pertanyaan ini, mencari tahu kemungkinan alasan mengapa anggota keluarga dari responden yang berusia lebih dari 7 tahun takut dengan kegelapan. Melalui jawaban responden terhadap pertanyaan ini, dapat terlihat bahwa salah satu penyebab ketakutan tersebut adalah terjadinya trauma yang dialami oleh anggota keluarga responden.

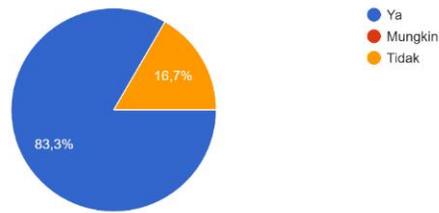
Menurut anda mengapa dia dapat takut dengan kegelapan?
4 jawaban

Melihat Hantu
fobia gelap
Mungkin suasananya menjadi sepi
Trauma saat gelap

Gambar III.8. Alasan ketakutan
Sumber: Dokumentasi Pribadi
(Diakses pada: 25 Juli 2021)

Pertanyaan terakhir, menanyakan kondisi dari anggota keluarga responden saat ini, apakah masih mengidap ketakutan dengan kegelapan. 83% responden memilih masih, 16,7% responden mengisi tidak. Melihat bagan di atas, terlihat bahwa hanya 1 responden yang menyatakan bahwa anggota keluarganya sudah tidak takut dengan kegelapan.

Apakah dia masih takut dengan kegelapan saat ini?
6 jawaban



Gambar III.9. Kondisi saat ini
Sumber: Dokumentasi Pribadi
(Diakses pada: 25 Juli 2021)

Menurut hasil analisis di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kebanyakan anak usia 3 hingga 6 tahun takut dengan kegelapan dan ruang gelap. Anak – anak membayangkan sesuatu yang menyeramkan dapat muncul saat di dalam kegelapan. Ketakutan pada kegelapan dapat berlanjut ke usia di atas 7 tahun yang dapat disebabkan karena anak mengalami trauma pada saat di dalam kegelapan.

II.3.2. Analisis 5W + 1H

Selain analisis masyarakat, diperlukannya analisis 5W1H untuk mendapatkan data yang lebih dalam. Menurut Eva (2020, h.23) analisis 5W1H adalah salah satu teknik untuk mendapatkan data yang lebih mendalam menggunakan kata tanya *What* (apa), *Who* (siapa), *Why* (mengapa), *When* (kapan), *Where* (dimana), dan *How* (bagaimana).

Tabel II.1. 5W1H
Sumber: Dokumentasi Pribadi

	Pertanyaan	Jawaban
What	Apa Masalah yang terjadi?	Ketakutan pada kegelapan
Who	Siapa yang mengalami ketakutan pada kegelapan?	Ketakutan terhadap kegelapan umum dialami oleh anak – anak usia 3 hingga 6 tahun.

Why	Mengapa anak merasa takut dengan kegelapan?	Karena anak – anak membayangkan ada sesuatu yang seram muncul dalam kegelapan.
When	Kapan anak merasa takut dengan kegelapan?	Anak – anak dapat mengalami ketakutan dengan kegelapan kapan saja selama dalam ruangan yang gelap.
Where	Dimana anak merasa ketakutan dengan kegelapan?	Anak – anak merasa takut dengan kegelapan saat berada di ruangan yang gelap dan tempat gelap.
How	Bagaimana cara menenangkan anak dan memberitahu bahwa tidak ada yang perlu ditakuti dalam kegelapan?	Orang tua dapat membacakan cerita, memperlihatkan animasi, ataupun multimedia interaktif mengenai ketakutan dengan kegelapan.

Menurut tabel 5W1H diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa ketakutan pada kegelapan umum terjadi pada anak usia 3 hingga 6 tahun. Anak – anak takut sesuatu yang menyeramkan dapat muncul dalam kegelapan dan melukainya. Ketakutan pada kegelapan umum muncul pada anak saat berada di ruangan yang gelap dan minim cahaya. Sehingga diperlukannya peran orang tua anak untuk membantu anak mengurangi rasa takutnya pada kegelapan

II.4. *Statement Problem*

Pernyataan masalah dapat membantu pembaca mengetahui tujuan dari setiap penelitian. Statement problem adalah sebuah pernyataan singkat mengenai isu, kondisi, dan masalah yang perlu ditangani (McGaghie, 2001). Menurut hasil analisis diatas, dapat diambil sebuah statement problem:

“Untuk membantu anak mengurangi rasa takut dengan kegelapan yang dapat berdampak pada fisik maupun psikis sehingga anak dapat mengendalikan kepanikan dan kecemasannya saat dalam kegelapan.”

II.5. *Resume*

Ketakutan terhadap kegelapan merupakan ketakutan yang paling umum dialami oleh anak berusia 3 hingga 6 tahun. Anak – anak yang takut dengan kegelapan merasa tidak berdaya karena tidak dapat melihat apapun dalam kegelapan. Anak - anak takut tidak ada orang yang dipercayainya berada di sekitar dan takut ada sesuatu dalam kegelapan tersebut yang dapat melukai, seperti orang jahat, hantu, atau hal lainnya. Ketakutan terhadap kegelapan ini mayoritas disebabkan oleh ditakuti orang lain dan cerita seram. Ketakutan terhadap kegelapan umumnya hilang dengan bertambahnya usia, namun dalam beberapa kondisi ketakutan terhadap kegelapan dapat berlanjutnya ke usia 7 tahun keatas. Hal ini dapat disebabkan oleh trauma yang terjadi saat di dalam kegelapan.

II.6. *Solusi Perancangan*

Dalam upaya meredakan ketakutan terhadap kegelapan yang dialami oleh anak, diperlukannya peran orang tua untuk membantu anak mengatasi rasa takutnya terhadap kegelapan. Orang tua perlu memahami perasaan anak dan mencari tahu penyebab ketakutan kegelapan pada anak (Mulyadi, 2006, h.59). Diperlukannya upaya untuk mengajak orang tua ikut membantu untuk mengurangi rasa takutnya pada kegelapan. Sehingga solusi yang dibutuhkan adalah persuasi sosial.