BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang masalah

Manusia baik laki-laki, perempuan dan anak-anak yang ada di Bumi, dilahirkan mempunyai rasa berani dan takut, akan tetapi sebagian orang mempunyai rasa takut yang tak beralasan, semacam ketakutan akut, inilah yang disebut sebagai *phobia* rasa takut yang berlebih dapat disebabkan karena telah merasakan ketakutan yang hebat atau sebuah pengalaman pribadi yang disertai perasaan malu dan bersalah, lalu semua perasaan tersebut ditekan ke bawah alam sadar.

Peristiwa masa kecil dianggap menjadi salah satu indikator *phobia. Phobia* sering menyerang anak-anak karena sugesti anak lebih sensitif dibandingkan orang dewasa, disayangkan bila tidak segera diatasi sejak dini maka bisa berakibat *phobia* terbawa hingga dewasa. Menurut Devid Lewis (1991) berpendapat bahwa ”Banyak dari anak-anak yang menderita *phobia* dikarenakan oleh rasa ketidaktahuannya terhadap suatu benda atau sesuatu yang dihadapinya, maka phobia yang terjadi pada anak dikelompokan kedalam jenis *specific phobia*”(h.5).

David Lewis (1991) *Specific phobia* yang juga sering disebut *phobia* sederhana adalah ketakutan yang tidak beralasan yang disebabkan oleh kehadiran atau antisipasi suatu objek seperti pada binatang, tempat tertutup, ketinggian (h.8). Akibatnya anak yang terkena akan cenderung aktif menghindari kontak langsung dengan objek atau situasi yang bersangkutan dengan ketakutannya. *Specific Phobia* sering dianggap hanya ketakutan yang biasa namun sebenarnya *phobia* jenis ini sangat berbahaya bila mana tidak dikurangi dengan cepat yang bisa berdampak pada kesehatan terutama pada anak kecil, menurut psikolog Eva Sadrina, *specific phobia* pada anak bisa dihilangkan dengan cara terapi yang bisa membangun anak lebih percaya diri untuk melawan rasa takut. Terapi yang dilakukan bisa diambil dari kebiasaan yang sering anak lakukan seperti menonton

film dan bermain *game* yang dapat membangun anak untuk bisa melawan ketakutannya.

Soetjiningsih (2004) *Game* dalam bahasa Indonesia disebut permainan adalah unsur yang paling penting untuk perkembangan anak baik fisik, emosi, mental, intelektual, kreativitas dan sosial. Dimana anak mendapat kesempatan cukup untuk bermain akan menjadi orang dewasa yang mudah berteman, kreatif dan cerdas bila dibandingkan dengan mereka yang masa kecilnya kurang mendapat kesempatan bermain (h.5).

Seorang anak yang menderita *phobia* dapat melakukan perilaku yang menyakiti diri sendiri, seperti hasil wawancara yang dilakukan kepada seorang anak di daerah Cimahi yang menderita *phobia* terhadap laba-laba sehingga sampai saat ini anak itu selalu menangis dan menggigit jarinya disaat melihat laba-laba bahkan saat melihat gambar laba-laba pun anak tersebut lari dan memeluk orang tuanya.

Handolo (1997) *Phobia* pada anak dapat mempengaruhi pertumbuhannya. Pengaruh *phobia* pada anak bisa berkembang hingga dewasa bila tidak segera disembuhkan. Pada jangka waktu panjang *phobia* bisa menjadi sesuatu yang membuat seseorang menjadi sebuah penyakit yang mempengaruhi hidupnya salah satunya adalah stres (h.14)

Handoko (1997) stres adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang, stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungannya.(h.25) Sedangkan Bernard dalam buku Atwater (1983) menjelaskan bahwa stres dibagi menjadi dua, yaitu *Euphoric* stres atau *eustress* dan *distres*. *Eustres* adalah jenis stres yang dapat berdampak positif, sedangkan *Distres* adalah jenis stres yang berakibat negatif atau buruk karena dampaknya menimbulkan kesedihan, kesengsaraan, dan ketakutan bagi individu.

Dampak dari stres pun beraneka ragam, diantaranya dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik. Stres berkepanjangan akan menyebabkan ketegangan dan kekhawatiran yang terus-menerus. Seorang pengidap *phobia* akan selalu

memendam kecurigaan, terlebih lagi ditempat-tempat yang berhubungan dengan sumber *phobianya*. Kekhawatiran, rasa panik dan rasa was-was membuatnya tertekan. Hal inilah yang memacu timbulnya stres berkepanjangan (kronis). Stres kronis bersifat menggerogoti dan menghancurkan tubuh, pikiran dan seluruh kehidupan penderitanya secara perlahan-lahan.

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasikan bahwa *phobia* pada anak dapat menimbulkan berbagai masalah diantaranya :

1. Perkembangan anak terganggu dan terhambat karena adanya ketakutannya yang berlebih terhadap suatu objek atau situasi tertentu.
2. Menimbulkan gangguan terhadap kesehatan anak
3. Membuat anak menjadi seorang individu, bahkan cenderung hidup sendiri dan tidak mau berkerja sama dengan yang lain.

I.3 Rumusan Masalah

Sesuai dengan masalah yang terjadi maka rumusan permasalahan ini yaitu mengetahui fenomena mengenai *phobia* pada anak serta dampak yang akan terjadi pada penderita, dan fenomena yang terjadi cara penyembuhan *phobia* khususnya *specific phobia* menggunakan terapi, terapi yang dilakukan bisa diambil dari kebiasaan anak seperti menonton film atau dengan *game*. Maka dari itu tugas akhir ini juga akan diarahkan pada perancangan mengurangi *phobia* pada anak menggunakan *game*.

I.4 Batasan Masalah

Mengingat begitu luasnya ruang lingkup pada perancanga ini, maka penulis membatasi permasalahan tersebut pada:

1. Penulis hanya meneliti anak penderita *specific phobia* terhadap laba-laba sebagai bahan perancangan. Karena dalam wawancara kepada narasumber, 13 dari 20 penderita mengidap phobia pada laba-laba.

2. Teknik yang digunakan *game* dan interaktif ini dipergunakan untuk komputer dan laaptop

I.5 Tujuan Perancangan

Dari uraian di atas maka dapat diketahui bahwa perancangan ini bertujuan:

1. Membuat *game* sebagai alat terapi untuk mengurangi phobia pada anak.
2. Untuk memberitahukan kepada orangtua agar dapat mengetahui bahaya dari phobia pada anak.