BAB II. *ACHLUOPHOBIA* PADA ANAK

II.1 Gejala *Achluophobia*

Achluophobia adalah salah satu dari berbagai jenis *phobia* yang menyebabkan seseorang takut akan sesuatu secara *abnormal*. *Achluophobia* adalah ketakutan yang dialami oleh seseorang terhadap situasi kegelapan, miasalnya pada ruangan yang gelap, terowongan, dan suasana pada malam hari. (Elizabeth Kandou, 2013, h265). Penderita *achluophobia* mengalami ketakutan yang jelas den berlebihan atau tanpa alasan. *Achluophobia* termasuk kedalam kategori *phobia* spesifik karena tergolong kedalam *phobia* terhadap satu hal tertentu.

Gejala-gejala yang tampak pada penderita *achluophobia* diantaranya rasa cemas yang berlebihan, berkeringat dingin, gemetar, pusing, panik yang luar biasa, jantung berdebar dengan kencang, bahkan dapat mengalami kondisi ekstrim seperti pingsan, dan trauma mendalam yang dapat mengakibatkan seseorang dapat mengalami gangguan kejiwaan/psikis.

Biasanya hal yang pertama kali dilakukan oleh penderita *achluophobia* adalah menghindari hal-hal yang berhubungan dengan kegelapan. Tentunya, *achluophobia* dapat menghambat kehidupan orang penderitanya, karena banyak hal atau kegiatan yang dilakukan didalam situasi atau suasana gelap seperti tidur dimalam hari, berjalan atau berkendara dimalam hari, dan lain sebagainya.

Mungkin perasaan takut yang berlebihan ini sangat sulit dimengerti bagi orang normal, akan tetapi ada beberapa hal yang dianggap berbeda oleh penderita *achluophobia* dan memiliki anggapan dan bayangan yang berbedapa terhadap kegelapan. Terkadang kekurangan ini dijadikan sebagai bahan bulan-bulanan/ejekan terhadap penderita *achluophobia* karena memiliki hal yang tidak biasa dengan orang-orang normal lainya.

Menurut David (1991) faktor-faktor yang dapat menyebabkan seseorang dapat menderita *phobia* diantaranya :

- Faktor Genetik, yaitu bawaan genetika yang dibawa oleh penderita yang diturunkan oleh orangtuanya. Sebagian atau seluruh pembawaan dari orangtua misalnya sifat emosial, dan biologis diturunkan kepada penderita tersebut.
- Faktor Psikologis, yaitu suatu keadaan seperti pengalaman ataupun kejadian sebelumnya yang pernah terjadi dan menimbulkan dampak trauma ataupun depresi kepada penderita.

Kondisi-kondisi yang biasa dialami oleh penderita *phobia* saat berhadapan dengan suatu keadaan atau kondisi yang ditakuti diantara rasa cemas, panik, dan berkeringat. Hal tersebut adalah beberapa kondisi awal yang dapat mendeteksi bahwa seseorang menderita *achluophobia.*



Gambar II.1 Ilustrasi *Achluophobia*
Sumber : harukadarkios.wordpress.com (Diakses 12 Mei 2016)

Anak-anak memiliki karakter dan sifat yang berbeda-beda setiap individunya. Ada anak yang kuat, bandel, tidak mudah menangis, dan juga sebaliknya. Didukung dari aspek pertumbuhan dan perkembangan anak, tentunya setiap anak juga memiliki mental dan emosional yang berbeda-beda. Sangat kecil kemungkinan seorang anak menderita penyakit *achluophobia* dari faktor keturunan. Menurut Dewi Wijayanti, biasanya penyakit *achluophobia* diderita oleh seorang anak karena faktor trauma, atau seorang anak pernah mengalami kejadian yang membuat dirinya sangat takut tentang ruang gelap. Contohnya, orangtua yang menghukum anaknya dikunci di kamar atau ruangan yang gelap, atau teman yang membuatnya takut tentang hal yang berhubungan dengan kegelapan. Tidak semua anak diperlakukan hal tersebut dapat menimbulkan *achluophobia,* seorang anak yang memiliki mental dan emosional yang kuat kemungkinan tidak akan

menyebabkan *achluophobia,* tetapi seorang anak yang memiliki mental dan tingkatan emosional yang lemah sangat besar kemungkinan dapat menyebabkan *achluophobia.* Dari trauma tersebut, akan menjadikan pikiran atau membuat sugesti pada seorang anak bahwa ruang adalah hal yang menyeramkan dan ditakuti.

Seorang anak yang menderita *achluophobia* sama halnya dengan orang dewasa, hanya saja berbeda dampak dan gejala yang ditimbulkannya. Pendeteksian penderita *achluophobia* pada anak-anak dapat dapat terlihat dari perlakuan seorang anak tersebut seperti menangis, berteriak, dan berlari saat menghadapi situasi atau kondisi gelap.

Seorang anak dapat membayangkan atau mengkhayal sesuatu yang sangat menyeramkan tentang kegelapan yang membuatnya menjadi sangat takut atau bahkan menjadi *paranoid.* Masa anak-anak yang sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun mental tentunya sangat rentan untuk menerima hal yang baru baik hal yang positif maupun negatif. Orangtua yang menakut-nakuti anaknya pada kegelapan, berimajinasi dan membayangkan sesuatu yang menyeramkan terhadap kegelapan dari cerita dongeng, atau film dapat menyebabkan seorang anak menjadi penderita *achluophobia.*

Gejala-gejala yang ditimbulkan oleh seorang penderita *achluophobia* sama halnya dengan *phobia* pada umumnya. Ketika seorang anak penderita *achluophobia* berada di tempat yang gelap biasanya mengalami kecemasan, kepanikan yang luar biasa, membayangkan atau mengkhayal sesuatu yang menyeramkan, berteriak, gemetaran, berkeringat dingin, lari ketakutan dan bahkan pingsan.

Ketakutan yang dialami oleh penderita *achluophobia* adalah ketika dia berada didalam ruangan atau suasana yang gelap seperti di kamar, ruang tamu, kamar mandi, atau dimanapun apabila sedang dalam keadaan gelap. Anak harus ditemani ataupun tidur didalam keadaan lampu yang menyala, dan ruangan lainnya harus dalam keadaan terang. Bagi anak penderita *achluophobia* yang sudah cukup

parah, bahkan didalam ruangan yang sedikit gelap atau remang-remang pun sudah dapat membuatnya ketakutan.



Gambar II.2 Ruangan Kamar Gelap
Sumber : http://www.demfy.com/wp-content/uploads/2013/05/dark-bedroom.jpg
(Diakses 12 Mei 2016)

II.1.1 Pendeteksian Dini Gejala *Achluophobia* Pada Anak

Penyakit-penyakit psikis atau kejiwaan sangat sulit untuk terdeteksi dan kecil kemungkinannya untuk mengetahui apakah seorang anak menderita penyakit kejiwaan. Begitu juga dengan *Phobia,* terkadang seorang anak mengganggap kelainan ini sebagai hal yang biasa dan tidak menceritakan kepada orang tuanya. Didukung dengan karakteristik setiap anak yang berbeda-beda, ada anak yang terbuka kepada orangtuanya, sehingga menceritakan semua hal yang dialami baik diluar maupun didalam dirinya, dan adapula seorang anak yang sangat tertutup kepada orang tuanya. (Dewi Wijayanti).

Disinilah peran orang tua sangat penting untuk melihat dan membimbing tumbuh kembang anak dalam hal apapun terutama untuk mengetahui apakah ada kelainan yang diderita seorang anak atau tidak. Hal yang mendasar bagi orang tua untuk melihat perkembangan emosional seorang anak, yaitu memperhatikan tingkah dan perilaku anak, dan menjalin komunikasi yang baik antara orang tua dan anak agar dapat mengetahui masalah atau hal apapun yang terjadi didalam dirinya.

Secara medis, cara untuk mendeteksi adanya kelainan atau penyakit kejiwaan pada anak yaitu dengan cara tes perkembangan. Tes perkembangan adalah tahapan-tahapan untuk mengetahui perkembangan anak dalam berbagai aspek. Semua aspek perkembangan anak mulai dari aspek fisik dan psikis dari seorang

anak akan terlihat sehingga akan diketahui seorang anak menderita kelainan tertentu atau tidak. (Dewi Wijayanti).

II.1.2 Pencegahan *Achluophobia* Pada Anak

Pencegahan yang dapat dilakukan untuk *achluophobia* pada anak yaitu dengan sikap orangtua yang tidak menghukum anak dengan kekerasan dan seperti mengurung anak dikamar, menakut-nakuti anak, dan sebegainya karena hal tersebut dapat menimbulkan rasa takut dan trauma kepada anak sehingga dapat menyebebabkan *achluophobia.* Sebaiknya orangtua memberikan hukuman yang bersifat motivasi dan pelajaran yang baik sehingga dapat memberikan respon positif terhadap kondisi mental anak.

II.1.3 Tingkat Kecemasan *Achluophobia* Pada Anak

Menurut hasil wawancara kepada ahli psikologi Dewi Wijayanti, terdapat tiga tingkatan kecemasan pada penderita *achluophobia* pada anak, diantaranya :

1. Kecemasan Rendah

   Anak penderita *achluophobia* dengan tingkatan kecemasan rendah biasanya diperlihatkan dari sikap ketika menghadapi suasana gelap seperti hanya berteriak, dan berlari menghindari kegelapan tersebut dan tidak sampai menunjukkan sikap yang ekstrim.
2. Kecemasan Sedang

   Tingkat kecemasan sedang anak penderita *achluophobia* yaitu sudah menunjukkan sikap kepanikan dan kekhawatiran yang cukup tinggi seperti menangis, menjambak rambut, dan melempar-lemparkan barang yang ada disekitarnya.
3. Kecemasan Menyeluruh

   Anak penderita *achluophobia* yang memiliki tingkat kecemasan menyeluruh menunjukkan rasa takut yang luar biasa dan juga memiliki dampak terhadap kesehatan seperti jantung berdebar sangat kencang, berkeringat dingin, sesak nafas, dan pingsan.

II.1.4 Dampak *Achluophobia* Pada Anak

Seorang anak yang menderita *achluophobia* memiliki tingkatan yang berbeda-beda tergantung dari seberapa parah anak itu menderita *achluophobia.* Ada yang hanya cemas dan panik ketika menghadapi ruang gelap, dan ada yang sampai berteriak dan bahkan pingsan.

Dampak berkepanjangan dari penderita *achluophobia* adalah seorang anak menjadi pribadi yang pencemas, dan tidak dapat berkonsentrasi. Di dalam lingkungan sekitar atau teman-temannya, akan berdampak anak tersebut memiliki sosialiasi yang rendah, cenderung menjauh dari lingkungannya dan tidak ingin bergaul dengan teman-temannya karena memiliki kekurangan atau penyakit yang tidak logis dan berbeda dengan teman-temannya. Dampak terparah dari *achluophobia* adalah seorang anak juga akan menderita Fobia Sosial atau dengan kata lain seorang anak benar-benar tidak ingin bersosialisasi atau berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya.

II.1.5 Penanggulangan *Achluophobia* Pada Anak

Menurut Dewi Wijayanti, ada dua macam metode penyembuhan *achluophobia* pada anak yaitu melalui metode terapi dan obat. Pengobatan *achluophobia* menggunakan obat-obatan sebenarnya kurang dianjurkan untuk anak, karena biasanya dengan terapi biasa saja sudah cukup berhasil dan obat memiliki dampak ketergantungan. Biasanya obat digunakan untuk membantu penyembuhan *achluophobia* bagi orang dewasa, namun obat-obatan ini dipergunakan untuk mengatasi efek dari *achluophobia* seperti cemas yang berlebihan, penghilang kecemasan.

Terdapat tiga jenis obat yang direkomendasikan untuk mengatasi kecemasan, yaitu :

1. Antidepresan

Obat ini sering diresepkan untuk mengurangi rasa cemas, penggunaanya diizinkan untuk mengatasi *phobia* yang berhubungan dengan sosial *(social phobia).*

2. Obat Penenang

   Biasanya menggunakan obat yang mengandung turunan *benzodiazepines.* Obat ini dipergunakan untuk mengatasi kecemasan yang parah, tapi mungkin dan penggunannya sesingkat mungkin yaitu maksimal 4 minggu. Ini karena obat tersebut berhubungan dengan efek ketergantungan.

3. *Beta-Blocker*

   Obat in biasanya digunakan untuk mengobati masalah yang berhubungan dengan masalah jantung dan terkanan darah tinggi, karena berguna untuk mengurangi kecemasan yang disertai dengan detak jantung yang tidak beraturan.

Sedangkan tahapan terapi penyembuhan *achluophobia* pada anak adalah sebagai berikut :

1. **Konsultasi Orangtua (Pasien)**

   Konsultasi orangtua pasien adalah tahapan pertama untuk mendeteksi gejala *achluophobia* pada anak. Orangtua membawa anaknya kepada dokter psikologi untuk memberitahu dan menceritakan segala sesuatu yang dialami oleh sang anak untuk mengetahui adanya gejala gangguan kejiwaan (*phobia*). Pada tahapan ini konselor menggunakan dua metode psikoterapi, yaitu menggunakan metode *aloanamnesa* dan *autoanamnesa. Aloanamnesa* adalah metode terapi yang digunakan konselor dengan menanyakan langsung kepada anak penderita *achluophobia* mengenenai bagaimana si anak tersebut dapat mengalami *phobia,* dan membuat si anak tersebut menceritakan segala hal tentang dirinya kepada konselor.

   Untuk metode *autonamnesa,* yaitu konselor menanyakan segala hal tentang anak tersebut kepada orang-orang terdekatnya, seperti orang tua dan juga

keluarga. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan data-data yang lengkap mengenai anak tersebut dan bagaimana si anak dapat menderita *achluophobia.*

2. Tes Perkembangan Anak

Setelah dilakukannya konsultasi, kemudian dilakukan tes perkembangan anak dari anak tersebut seperti sikap dan tingkah laku untuk mengetahui dan memastikan apakah anak tersebut menderita *achluophobia* atau tidak. Pada tahapan ini, konselor memeriksa semua sikap dan perilaku anak ketika mengalami situasi dan kondisi yang dia takutkan, terutama ketika berada didalam suasana yang gelap. Hal ini dilakukan untuk mengetahui seberapa parah tingkatan *phobia* pada anak tersebut, seperti mengetahui tingkat kepanikan, kecemasan, dan ketakutan pada anak penderita *achluophobia* tersebut. Selain dilakukannya tes perilaku, konselor juga melakukan tes konsentrasi karena dampak dari *achluophobia*, karena rasa kecemasan yang tinggi akan mengganggu konsentrasi anak dan tidak dapat berfikir secara fokus.

3. Diagnosa

Setelah dilakukan tes perkembangan dan kemudian hasil menunjukkan bahwa anak itu memiliki gejala dan ciri-ciri dari *achluophobia,* barulah dokter memastikan bahwa anak itu didiagnosa menderita penyakit *achluophobia* dan akan dilakukan proses penyembuhan secara terapi.

4. Terapi

Proses terapi penyembuhan dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu terapi sugesti, terapi perilaku, dan terapi konsentrasi. Pada tahapan sugesti, atau tahapan dimana seorang anak penderita *achluophobia* diberikan sugesti atau diberiken persepsi tentang kegelapan dari sisi hal yang positif. Anak tersebut diberikan sugesti bahwa kegelapan adalah hal yang menyenangkan, tidak membahayakan, dan kegelapan adalah suatu hal yang tidak harus ditakuti. Hal ini diberikan kepada seorang anak untuk membangun pikiran/persepsi agar ketakutan terhadap kegelapan tersebut sedikit demi sedikit dapat berkurang.

Tahapan kedua, terapi perilaku atau penyembuhan sikap atau tingkah laku seorang anak dalam menghadapi situasi atau suasana yang dia takuti (kegelapan). Proses pertama yang dilakukan, anak tersebut dimasukkan kedalam ruang gelap, ditemani oleh orangtua atau dokter. Ketika berada didalam ruang gelap, dilakukan juga proses tahapan pertama atau terapi sugesti. Orangtua atau dokter memberikan sugesti kepada anak tersebut bahwa ketika berada diruangan gelap, seorang anak tidak perlu takut, panik, ataupun cemas karena ketika berada di ruangan tersebut, tidak ada yang harus ditakuti.

Selanjutnya, anak tersebut dimasukkan kembali ke ruangan gelap seorang diri. Tahapan ini dilakukan untuk membangun keberanian dan menghilangkan persepsi rasa takut sang anak terhadap kegelapan. Sedikit demi sedikit rasa ketakutan itu akan hilang, dan juga anak itu dapat mengatasi suasana kegelapan dengan tenang, tidak panik, dan ketakutan.

Setelah dilakukannya tahapan terapi perilaku, dilanjutkan dengan terapi konsentrasi. Hal ini dilakukan untuk mengembalikan kurangnya konsentrasi seorang anak karena rasa kecemasan dan kepanikan yang berlebihan akibat dari *achluophobia.* Terapi konsentrasi dengan cara memberikan sebuah permainan yang dapat melatih konsentrasi seorang anak, seperti mainan *puzzle,* bongkar pasang, dan lain sebagainya.

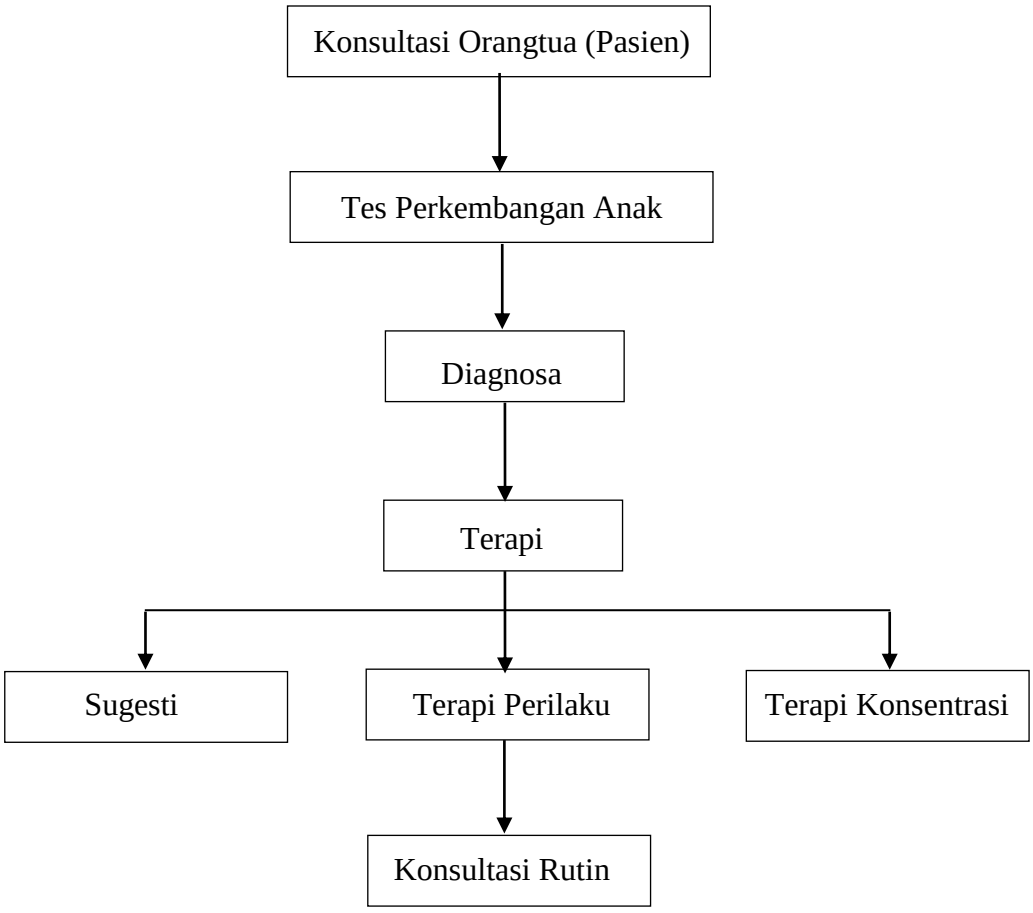
Untuk tingkatan *achluophobia* yang masih rendah, cukup dilakukan terapi ini karena cukup efektif untuk menyembuhkan *achluophobia.* Untuk tingkatan *achluophobia* yang sudah sangat tinggi, barulah digunakan obat-obatan atau secara medis disebut dengan *farmakotherapy.*

5. Konsultasi Rutin

Semua tahapan dari terapi tersebut, dilakukan secara berkala, atau sekitar seminggu dari tiap tahapan metode terapi. Orangtua harus melakukan konsultasi rutin membawa si anak ke Psikolog. Hal ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana proses penyembuhan seorang anak dari hari per hari.

Apabila mengalami kemajuan di dalam setiap tahapan prosesnya, maka akan dilanjutkan kepada metode penyembuhan selanjutnya. Apabila mengalami kemunduran pada setiap prosesnya, maka proses terapi akan kembali kepada tahapan awal dan seterusnya.

Tabel II.1 Tahapan Penyembuhan *Achluophobia*
Sumber : Wawancara



II.1.6 Terapi Di Rumah Selama Proses Penyembuhan

Selain melakukan proses terapi penyembuhan di psikolog, tentunya dirumah juga harus dilakukan proses terapi untuk mendukung penyembuhan penyakit *achluophobia* pada anak. Orangtua dan semua orang dirumah harus selalu memantau dan memperhatikan proses terapi si anak, dimulai dari tingkah laku dan kondisi anak terutama ketika mengalami situasi gelap. Orangtua tentunya harus

selalu menjalin komunikasi dengan anak agar terus memantau perkembangan anak.

Pada tahapan ini, orang tua memposisikan diri sebagai psikolog atau konselor dirumah. Semua saran dan solusi yang diberikan oleh psikolog dilakukan ulang oleh orangtua dirumah. Hal yang selalu harus rutin dilakukan, yaitu orangtua selalu memberikan sugesti dan melakukan terapi perilaku kognitif (menggali pikiran anak) agar si anak selalu membayangkan hal yang positif tentang kegelapan. Hal ini dilakukan selama periode tertentu untuk menghilangkan rasa cemas dan takut akibat dari *achluophobia.*

Kemudian, orangtua harus membiasakan si anak untuk terbiasa ketika berada didalam suasana gelap, seperti sedang tidur. Ketika tidur, biasakan lampu dimatikan tetapi tidak langsung kepada kedaan gelap total. Proses ini dilakukan secara bertahap. Pertama matikan lampu ketika tidur tetapi orangtua masih harus menemani si anak tidur. Kemudian, tahapan selanjutnya lampu dimatikan dan pintu kamar dibiarkan terbuka agar keadaan didalam kamar tidak gelap gulita, dan orangtua mulai meninggalkan anak sendiri. Dan tahapan terakhir, lampu dimatikan dalam keadaan pintu tertutup, dan membiarkan anak untuk tertidur sendiri dikamar. Tahapan terapi ini dilakukan selama periode tertentu minimal dua bulan agar sedikit demi sedikit rasa takut dan kecemasan anak terhadap kegelapan mulai hilang, sampai dengan penyakit *achluophobia* pada anak tersebut hilang dan dinyatakan sembuh. (Dewi Wijayanti).

II.2 Pengertian Anak

Anak atau anak-anak adalah seorang manusia atau individu yang sedang berada dalam satu rentang perubahan perkembangan yang dimulai dari bayi hingga remaja. Menurut Pasal 1 Undang-Undang Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak, anak adalah seseorang yang belum berumur 18 tahun, dan masih dalam kandungan.

Anak adalah individu yang rentan karena perkembangannya yang kompleks disetiap tahapan pertumbuhannya, baik dari aspek psikologis maupun fisiologisnya. Dibandingkan dengan orang dewasa, anak juga jauh lebih rentan dalam merespon berbagai hal yang diterima oleh dirinya. Dimulai dari memahami sesuatu, memberikan persepsi, dan juga dalam mengambil keputusan.

Dalam proses perkembangannya, anak memiliki ciri fisik dan ciri kognitif. Ciri fisik adalah semua anak tidak mungkin memiliki pertumbuhan fisik yang sama tetapi mempunyai perbedaan dalam pertumbuhannya. Dari segi ciri kognitif, sama halnya juga dengan ciri fisik. Setiap anak mengalami perkembangan yang tidak sama. Adakalanya anak dengan perkembangan kognitif cepat dan adapula yang perkembangannya lambat.

II.2.1 Perkembangan Anak

Pada dasarnya, perkembangan anak terdiri dari tiga tahapan perkembangan, yaitu perkembangan kognitif, afektif (emosi), dan psikomotor, atau bisa juga disebut dengan perkembangan fisik dan psikis (Hoffnung, 1994, h131). Perkembangan kognitif adalah perkembangan yang terjadi secara internal di dalam pusat susunan saraf manusia. Perkembangan afektif adalah perkembangan emosi anak. Emosi merupakan salah satu aspek yang sangat berpengaruh dalam proses perkembangan anak karena sangat mempengaruhi sikap dan perilaku anak, dan juga kondisi mental seorang anak. Sedangkan perkembangan psikomotor adalah perkembangan kepribadian manusia yang berhubungan dengan gerakan jasmaniah dan fungsi otot.

Perkembangan atau pertumbuhan adalah bertambahnya dari aspek fisik adalah berkembangnya struktur tubuh maupun sel atau juga bertambah besarnya sel-sel yang ada didalam tubuh. Perkembangan pada aspek psikologis dapat yaitu kemampuan berkembang anak dalam merespon atau menilai sesuatu, memberikan persepsi, dan juga perkembangan anak dalam berpikir.

Dalam perkembangannya, pastinya setiap memiliki tingkat pertumbuhan fisik dan mental yang berbeda pada setiap individunya. Ada yang memiliki pertumbuhan

yang cepat dan ada pula yang lambat. Faktor-faktor yang mempengaruhi cepat atau lambatnya perkembangan dari seorang anak diantaranya faktor orangtua dan juga dari lingkungannya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan yaitu diantaranya faktor keturunan/pembawaan, dan lingkungan perkembangan. Setiap individu dilahirkan ke dunia dengan membawa keturunan/bawaan tertentu. Hereditas/keturunan merupakan faktor pertama yang mempengaruhi perkembangan suatu anak. Dalam hal ini, faktor keturunan merupakan totalitas karakteristik individu yang diwariskan orangtua kepada anak, baik fisik dan psikis yang dimiliki oleh seorang anak tersebut.

Faktor orangtua tentunya sangat berpengaruh bagi perkembangan anak baik dari aspek fisik maupun psikologisnya. Kemampuan orangtua dalam memahami dan memberikan cakupan gizi atau makanan sangat berpengaruh bagi pertumbuhan fisik sang anak. Begitupun juga dalam perkembangan pskologis seorang anak, cara orangtua memberikan arahan, didikan, dan juga aturan dapat membangun perkembangan psikologis atau mental seorang anak. Sama halnya dengan lingkungan, interaksi seorang anak terhadap lingkungannya seperti bermain dengan teman, ataupun kegiatan di sekolah dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan psikologis seorang anak.

II.2.2 Pertumbuhan Masa Anak-anak Awal

Dalam konsep perkembangan juga terkandung pertumbuhan. Setiap anak yang sedang mengalami masa perkembangan pasti juga mengalami masa pertumbuhan. Chaplin (2002) mengemukakan bahwa pertumbuhan sebagai satu pertambahan atau kenaikan dalam ukuran dari bagian-bagian tubuh atau dari organisme sebagai suatu keseluruhan.

Dari pengertian diatas dapat dipahami bahwa istilah pertumbuhan dalam konteks perkembangan merujuk pada perubahan-perubahan yang bersifat kuantitatif, yaitu

peningkatan dalam ukuran dan struktur, seperti pertumbuhan badan, kepalada, kaki, badan, dan sebagainya,.

Pada pertumbuhan masa anak-anak awal, biasanya mengalami pertumbuhan yang pesat pada bertambahnya struktur badan seperti lengan dan kaki, bertumbuhnya gigi, dan juga rambut. Pertumbuhan fisik pada masa anak-anak juga ditandai dengan berkembangnya keterampilan motorik. Sekitar usia tiga tahun, anak sudah dapat berjalan dengan baik, dan sekitar empat dan lima tahun anak sudah terampil menggunakan kakinya untuk berjalan ataupun berlari. Sesuai dengan bertambahnya struktur badan, anak-anak menjadi lebih aktif bergerak dan juga melakukan berbagai kegiatan seperti bermain dirumah ataupun di taman kanak-kanak.

Tabel II.2 Perkembangan Motorik Masa Anak-Anak Awal
Sumber : Roberton (1984)

Usia/Tahun	**Motorik Kasar**	**Motorik Halus**
2 – 3 Tahun	Berjalan dengan baik, berlari, melompat	Meniru sebuah lingkaran, makan menggunakan sendok
3 – 4 Tahun	Melempar, Menangkap benda	Mengancingkan baju, membuat gambar sederhana
4 - 5 Tahun	Berlari jauh tanpa terjatuh, berenang di air yang dangkal	Menggunting, menggambar orang, meniru angka dan huruf

Menurut Gessel (1954) mengungkapkan *Principle of Developmental Direction* (Prinsip Arah Perkembangan) yaitu perkembangan tidak berlangsung acak, melainkan dalam pola yang teratur. Kenyataanya adalah perkembangan bergerak maju secara sistematis dari kepala hingga ke ujung kaki,contohnya seorang bayi yang baru lahir relatif lebih matang susunan saraf motoriknya di bagian kepala daripada yang ada di bagiannya muncul lebih dulu dibandingkan koordinasi kaki.

II.2.3 Keterlambatan Perkembangan Pada Anak

Keterlambatan perkembangan pada anak tentunya sangat berpengaruh pada aspek fisik maupun mental dari seorang anak. Keterlambatan perkembangan pada anak dapat dipengatuhi oleh berkembangnya aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang tidak seimbang. Keterlambatan perkembangan pada anak dapat menyebabkan :

- Keterlambatan perkembangan motorik seperti duduk, berdiri, dan berjalan.
- Gagap atau tuna wicara.
- Kesulitan konsentrasi dan mudah terganggu.
- Sulit untuk belajar bagaimana membangun hubungan dengan orang lain.
- Sering tampil agresif dan nakal.
- Kurangnya minat pada orang lain, egois, dan menuntut.
- Anak cenderung pendiam atau tidak mau diam *(hyperactive).*

II.2.4 Perkembangan Emosional Masa Anak-anak Awal

Pada usia empat sampai lima tahun, anak sudah menyadari bahwa dirinya berbeda dengan bukan dirinya (orang lain). Pada anak usia ini, mereka mulai memiliki sifat-sifat emosional yang ikut berkembang pada dirinya.

Karso (1982) menyebutkan, beberapa jenis emosi yang berkembang pada masa anak yaitu :

- Takut, yaitu perasaan terancam oleh suatu objek yang dianggap membahayakan. Anak mulai menyadari berbagai hal yang dapat mengancam atau membahayakan terhadap dirinya.
- Cemas, yaitu perasaan takut yang bersifat khayalan, yang tidak ada objeknya. Kecemasan ini muncul mungkin dari situasi-situasi yang dibayangkan atau dikhayalkan.
- Marah, merupakan perasaan yang tidak senang, atau benci baik terhadap diri sendiri, orang lain, atau objek tertentu, yang diwujudkan dalam bentuk verbal (kata-kata/makian) atau nonverbal (mencubit, memukul, dan merusak).

- *Phobi*, yaitu perasaan takut terhadap objek yang tidak patut untuk ditakutinya (rasa takut yang abnormal) seperti takut air, takut gelap, takut ulat, dan sebagainya. Perasaan ini muncul akibat perlakuan orangtua atau orang lain yang menakut-nakutinya, atau sebagai orangtua untuk menghukum, atau menghentikan perilaku anak yang tidak disenanginya.

Perkembangan emosi juga dapat membantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Proses perkembangan emosi yang baik tentunya dapat memberikan dampak positif yang baik bagi anak dan begitu pula sebaliknya.

II.3 Analisa Masalah

Berdasarkan dari fokus masalah yang telah ditentukan, maka permasalahan terletak pada kurangnya pemahaman dan pengetahuan orang tua tentang *achluophobia* pada anak. Orang tua cenderung tidak mengetahui gejala-gejala dari *achluophobia*. Berdasarkan data temuan dari hasil wawancara kepada ahli psikologi Dewi Wijayanti menyatakan bahwa para orangtua yang berkonsultasi sebagian besar tidak mengetahui ciri-ciri atau gejala seorang anak menderita *achluophobia* dan hanya dianggap sebagai rasa takut yang biasa.

Kurangnya pemahaman orangtua terhadap *achluophobia* akan berdampak semakin meningkatnya stadium *achluophobia* pada anak. Apabila tidak ditanggulangi sejak dini, akan membuat tingkat ketakutan anak menjadi semakin tinggi dan semakin sulit untuk diobati.

II.4 Kesimpulan dan Solusi

Berdasarkan hasil analisa yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa permasalahan adalah kurangnya pemahaman para orangtua terhadap *achluophobia* pada anak dan juga ketidaktahuan orangtua untuk menangani *achluophobia.* Dengan demikian maka penyelesaian masalah atau solusi dari permasalahan tersebut adalah melalui media informasi. Tujuan dari media informasi ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan juga pemahaman kepada para orangtua agar dapat memberikan penangangan *achluophobia* anak. Melalui media informasi ini juga

dapat membantu proses penyembuhan pasca konsultasi orangtua dengan terapi dirumah. Dengan media informasi ini diharapkan para orangtua mengetahui tindakan apa yang harus dilakukan pada anak yang menderita *achluophobia.*