Universitas Indonesia Library >> UI - Tesis Membership

Studi Kasus tentang Penerapan Terapi Desensitisasi Sistematik pada Penderita Fobia

Deskripsi Lengkap: https://lib.ui.ac.id/detail?id=20343314&lokasi=lokal

---

Abstrak

ABSTRAK
Fobia ialah kelompok gangguan yang kecemasannya dictuskan oleh adanya obyek yang jelas, yang sebenarnya secara umum tidak berbahaya; dan sebagai akibatnya situasi obyek yang demikian secara khusus dihindari atau dihadapi dengan perasaan terancam.

Fobia dapat mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari_ Penderita fobia membutuhkan terapi agar mereka dapat rnenjalankan fungsi kehidupan sehari-hari dengan nyaman. Menumt beberapa kepustakaan desensitisasi sistematik merupakan terapi yang efektif untuk mengatasi fobia. Atas dasar ini penulis ingin meneliti tentang penerapan terapi desensitisasi sistematik terhadap penderita fobia.

Desensitisasi sistematik, suatu teknik terapi perilaku yang diciptakan oleh Wolpe (1982) untuk menghilangkan respon cemas ini didasarkan pada prinsip counterconditioning dan recivrocal inhibition yang menyatakan bahwa jika suatu penghambat respon cemas dapat diciptakan pada saat hadirnya stimuli yang menimbulkan cemas, maka penghambat ini akan memperlemah ikatan antara stimuli dengan kecemasan. Caranya ialah dengan menghadapkan secara bertahap pasien yang sedang dalam keadaan rilek kepada situasi/obyek yang menyebabkan ia cemas.

Penulis ingin meneliti apakah ada perubahan perilaku fobia pada subyek penelitian, khususnya apakah kecemasan terhadap obyek fobia menjadi hilang atau berkurang sebagai hasil dari perlakuan desensitisasi sistematik. Penulis juga ingin mengetahui bagaimana berlangsungnya prosedur penerapan terapi desensiiisasi sistematik yang meliputi penyusunan hirarki lcecemasan, latihan :ileksasi dan desensitization proper; apa saja yang terjadi pada subyek selama menjalani terapi, bagaimana proses terapeutik berlangsung dan kndala apa yang dialami subyek dalam menjalani terapi.

Metoda yang dipakai adalah studi kasus tunggal dengan desain kuasi eksperimen ABA yang terdiri dari fase baseline A yaitu masa sebelum periakuan, fase perlakuan B yaitu masa terapi diberikan dan fasefoilow-rqn A.

yaitu masa setelah terapi tidalc diberikan lagi. Menurut Kazdin (1992) studi kasus tunggal kuasi eksperimen terletak di antara ekstrim studi kasus dan penelitian eksperimen kasus tunggal mumi sehingga mempunyai sebagian ciri-ciri kualitatif dan sebagian ciri-ciri kuantitatif yang mungkin tidak sempurna Metoda seperti ini diperlukan karena dalam penelitian klinis persyaratan studi eksperimen kasus tunggal mumi sulit dipenuhi_ Namun demikian Kazdin menyarankan beberapa persyaratan yang sbaiknya diusahakan untuk meningkatkan validitas intemal dari penelitian yang dasarnya adalah studi kasus ini. Dalam penelitian ini sebagian besar persyaratan yang diajukan oeh Kazdin diusahakan dipenuhi oleh penulis. Subyek penelitian terdiri dari lima orang mahasiswi. Pengambilan sampel dilakukan secara accidema! sampling, Teknik pengumpulan data adalah wawancara, observasi dan self rating scale dengan
subjective unit of disturbance (sud) scale dari Wolpe (1982) dan alatnya ialah kuesioner, beberapa petunjuk pedoman perlakuan, fasilitas pendukung perlakuan dan alat-alat yang diperlukan untuk pencatatan. Analisis dilakukan dengan melihat secara visual kepada gratik dan tabel hasil terapi serta didasarkan kepada persyaratan yang diajukan oleh Kazdin (1992) lentang studi kasus tunggal kuasi eksperimen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi desensitisasi sistematik dapat menurunkan taraf kecemasan terhadap obyek Fobia pada klima kasus dan penurunan kecemasan ini ditransfer dalam kehidupan sehari-hari bila berhadapan dengan sitruasifobyek fobia dalam kenyataan.
Atas dasar hasil penelitian ini disarankan agar terapi desensitisasi sistematik ini dikembangkan di bidang psikologi klinis; agar terapis yang melakukan terapi ini juga mernperhatikan pentingnya hubungan terapeutik terapis-Pasien, empati dan pembinaan harapan; memperhatikan persyaratan ruang serta tempat duduk untuk rileksasi dan desensitisasi sistematik sehingga hasil terapi bisa optimal dan agar dilakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak; dilakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak.