

Multiple Baseline Design Across Materials-Behaviors-Examiners : Penerapan untuk Kasus Blood Phobia

Listyo Yuwanto dan Christine Santoso

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

miauw_99@yahoo.co.id /5050814@gmail.com

Abstract. This research was inspired by a sufferer of blood phobia, who needed a psychological help. The subject was a female sufferer. Method used is a combination of a qualitative approach and multiple baseline design across behaviors-materials-examiners. Data were collected through interview, observation, phobia self-test, and the big five personality inventory. Subject was treated with cognitive behavior therapy. Result reveals an alteration between baseline phase and treatment phase, thus it can be concluded that the cognitive behavior therapy is appropriate for this blood phobia disorder patient.

Key words: blood phobia sufferer, multiple baseline design, cognitive behavior therapy

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi seorang penderita fobia darah yang membutuhkan bantuan penanganan. Metode penelitian merupakan kombinasi antara kualitatif dan *multiple baseline design across behaviors-materials-examiners*. Subjek penelitian satu orang (perempuan). Data diperoleh melalui wawancara, observasi, *phobia self-test*, dan *the big five personality inventory*. Bentuk intervensi adalah terapi kognitif perilaku. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan antara *baseline phase* dengan *treatment phase*, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi kognitif perilaku cukup efektif dalam membantu mengatasi fobia darah yang dialami subjek.

Kata kunci : penderita fobia darah, *multiple baseline design*, terapi kognitif perilaku

Blood Phobia

Phobias aren't just extreme fears: they are irrational fears. Menurut American Psychiatric Association (2000) fobia spesifik (*specific phobia*) adalah ketakutan irasional yang disebabkan oleh adanya situasi atau objek yang jelas, yang sebenarnya tidak berbahaya, situasi atau objek tersebut dihindari atau dihadapi dengan perasaan terancam. Individu yang mengalami fobia, takut terhadap objek atau situasi tertentu yang sebenarnya tidak berbahaya dan sebagian besar orang tidak mengalami masalah ketika berhadapan dengan objek atau situasi yang ditakutkan oleh individu yang mengalami fobia (Royal College of Psychiatrists, 1998). Objek atau situasi yang ditakutkan oleh penderita fobia disebut dengan objek atau situasi fobik. Individu yang mengalami fobia, sadar bahwa ketakutan terhadap suatu situasi atau objek tertentu bersifat irasional,

tetapi ketika mereka berhadapan dengan situasi atau objek tersebut mereka menjadi takut dan tidak mampu mengontrol ketakutannya itu (National Mental Health Association, 1996). Makna irasional adalah ancaman objek atau situasi fobik di luar proporsi ancaman objek atau situasi yang sesungguhnya, sebenarnya tidak mengancam tetapi bagi penderita fobia mengancam (Clerq, 1994; Sadarjoen, 2005)

Pembagian tipe fobia spesifik menurut DSM-IV antara lain (sitat dalam Kaplan, Sadock, & Grebb, 1996): (a) tipe binatang, misalnya anjing, kucing, laba-laba, (b) tipe lingkungan alam, misalnya badai, air, (c) tipe darah, injeksi, dan cedera, (d) tipe situasional, seperti gelap, terang, dan (e) tipe lain yang tidak masuk ke dalam empat tipe sebelumnya misalnya suara keras, orang asing, karakter bertopeng. Fobia spesifik termasuk dalam salah satu jenis *anxiety disorder* (American Psychiatric Association, 2000). *Anxiety disorder* sendiri terdiri atas *panic disorder*, *agoraphobia*, *social phobia*, *obsessive compulsive*, *generalized anxiety disorder*, *specific phobia*, dan *post traumatic stress disorder*.

Korespondensi: Listyo Yuwanto dan Christine Santoso, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Jl Raya Kalirungkut, Surabaya.