

**PENDEKATAN KONSELING PADA KLIEN “H” YANG
MENGALAMI FOBIA SOSIAL**

DI FAKULTAS DAKWAH & KOMUNIKASI



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata
Satu Sarjana Sosial (S.Sos) Dalam Ilmu Dakwah
Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam**

Oleh:

M.Arung Samudra

NIM: 12520017

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH
PALEMBANG**

1437 H / 2016

NOTA PEMBIMBING

Hal: Pengajuan Ujian Munaqosyah

Kepada Yth Bapak Dekan
Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
UIN Raden Fatah
Di_
Palembang

Asalammualaikum Wr. Wb

Dengan Hormat

Setelah mengadakan bimbingan dengan sungguh-sungguh maka skripsi saudara **M. Arung Samudra** Nim: 12520017 yang berjudul: **"Study Kasus Pada Klien "H" Yang Mengalami Fobia Sosial Di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi"** telah Dapat diajukan dalam sidang munaqosyah di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.

Demikianlah yang dapat disampaikan kiranya dapat dimaklumi, untuk itu kami ucapkan terima kasih.

Wasalammualaikum Wr. Wb

Palembang, 13 Oktober 2016

Pembimbing I

Drs. H Aminullah Cik Sohar MPd.I
NIP.1953230191980031002

Pembimbing II

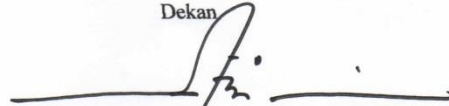
Neni Noviza, M.Pd
NIP. 19790342008012012

PENGESAHAN SKRIPSI MAHASISWA

Nama : M. Arung Samudra
Nim : 12520017
Fakultas/ Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Pendekatan Konseling Pada Klien "H" yang mengalami fobia Sosial di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
Telah dimunaqsyahkan dalam sidang terbuka Fakultas dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang, yang dilaksanakan pada:
Hari/Tanggal : Kamis/ 27 Oktober 2016
Tempat : Ruang Sidang Munaqsyah Fakultas Dakwah dan komunikasi UIN Raden Fatah Palembang
Dan telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Sosial Islam (S.Sos). Program strata I (SI) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang

Palembang 28 November 2016

Dekan



Dr. Kusnadi, MA
NIP. 197108192000031002

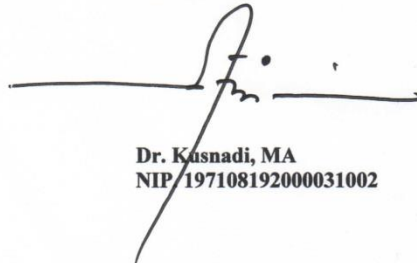
TIM PENGUJI

Ketua



Manallulaili M.Ed
NIP. 197204152003122003

Penguji I



Dr. Kusnadi, MA
NIP. 197108192000031002

Sekretaris



Manah Rasmanah, M.Si
NIP. 197205072005012004

Penguji II



Manah Rasmanah, M.Si
NIP. 197205072005012004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Arung Samudra
Tempat & Tanggal Lahir : Ranau, 01 Agustus 1995
NIM : 12520017
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
Judul Skripsi : Studi Kasus Pada Klien "H" Yang Mengalami Fobia Sosial Di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1. Seluruh data, informasi, interpretasi, pembahasan, dan kesimpulan yang disajikan dalam skripsi ini kecuali yang disebutkan sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan, penelitian, pengolahan serta pemikiran saya dengan pengarahan pembimbing yang di tetapkan. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Demikian pernyataan ini di buat dengan sebenar-benarnya dan apabila ditemukan adanya bukti ketidak benaran dalam pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademis berupa pembatalan gelar akademik yang saya peroleh melalui pengajuan skripsi ini.

Palembang, 26 September 2016
Yang membuat pernyataan



M. Arung Samudra
NIM:12520017

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Pendekatan Konseling Pada Klien H yang mengalami fobia sosial di fakultas Dakwah dan komunikasi**”. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya yang setia dan selalu istiqomah hingga yaumul akhir.

Skripsi ini dibuat sebagai syarat menyelesaikan pendidikan strata 1 (S1) pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari sebagai makhluk Allah SWT yang memiliki kekurangan tentunya dalam penulisan tugas akhir ini masih jauh dari sempurna atau yang diharapkan, baik dari segi isinya maupun dari bahasanya. Hal ini dikarenakan kemampuan, pengetahuan serta pengalaman terbatas pada diri penulis dan banyak juga hambatan-hambatan yang dialami dalam menyelesaikan skripsi ini, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun.

Dan tidak lupa juga penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Terutama kepada dosen pembimbing yang bersedia meluangkan waktu, mencurahkan tenaga dan pikiran yang bersifat positif dalam mengerjakan skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas dengan ganjaran pahala yang besar.

Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih yang tiada terhingga kepada yang terhormat:

1. Yth. Prof. Dr. H. Muhammad Sirozi, Ph.D, selaku Rektor UIN Raden Fatah Palembang.
2. Yth. Dr. Kusnadi, MA, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.
3. Yth. Drs H. Aminullah Cik Sohar MPd, Selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan ilmu, bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Yth. Neni Noviza MPd Selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan ilmu, bimbingan, dan bantuan dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Yth. Manah Rasmanah Selaku Seketaris Jurusan yang selalu memberikan motivasi, pengarahan, dan nasehat selama ini.
6. Yth. Dr. H, Abdur Razzaq Selaku penasehat akademik yang selalu memberikan motivasi, pengarahan dan nasehat selama ini Selaku Penasehat

Akademik yang selalu memberikan motivasi, pengarahan, nasehat, serta bimbingan selama ini.

7. Ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada Klien H, yang telah membantu serta berkerjasama dalam proses penelitian.
8. Bapak dan Ibu dosen serta Staff administrasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat serta membantu kelancaran penulisan skripsi ini.
9. Kedua Orang tuaku, Bapak dan Ibu yang selalu mendo'akan, memberikan kasih sayang, fasilitas, perhatian, pengertian serta semangat yang tak terhingga. Bagi penulis kedua orang tualah motivasi terbesar untuk dapat menyelesaikan skripsi ini yang selalu memberikan spirit serta motivasi yang tak ternilai dan juga memberikan nasehat yang tak ternilai harganya.
10. Rekan seperjuangan BPI angkatan 2012, yang selalu berjuang bersama dan selalu ada di hari-hari yang tidak akan pernah terlupakan dan akan menjadi kenangan terindah dalam cerita hidup penulis.
11. Rekan seperjuangan di organisasi, Pengurus DEMAF Dakwah & Komunikasi Pengurus Asosiasi Mahasiswa Dakwah Indonesia, Pemuda Oku Selatan Cabang Palembang, Laskar Ulul Albab Serta PMII

Selanjutnya, penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kelemahan. Hal ini dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang penulis miliki, untuk itu penulis berharap agar

pembaca berkenan memberikan saran yang sifatnya membangun. Akhirnya, semoga karya ilmiah ini dapat menjadi referensi, perbandingan dan motivator kepada mahasiswa dan juga semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin. *Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Palembang, Oktober 2016

Penulis,

M.Arung Samudra
NIM: 12520017

MOTTO

Disiplin pada diri sendiri adalah modal yang paling berharga bagi sebuah kesuksesan

Skripsi ini ku persembahkan untuk.....

- *Almarhum ayah Yazi Madlin Jercinta, ibu ku yang luar biasa Frda Yanti*
- *M. Rasyid dan kajong Atini Yang telah membesarkanku,*
- *Atak adi, Bucik Susi, pakewo Zali yang selalu mendampingi sejak kecil*
- *Adik Ku Jercinta, Jasya Bagas dan Bagja Fajri yang ku sayangi*
- *Yang terhormat Dekan dan Dosen-Dosen Fakultas Dakwah Komunikasi Wakil Dekan 1,2,3 Kajur dan sekjur BPR, Dosen serta Staf pegawai di fakultas Dakwah dan komunikasi UIN Raden Fatah Palembang*
- *Semangat Juangku Suci Lestari Larasati*
- *Sahabat-sahabatku seperjuangan, Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam UIN Raden Fatah Palembang Angkatan 2012 yang telah memberikan motivasi selama ini*
- *Almamater UIN yang ku banggakan*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
NOTA PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO & LEMBAR PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR ISI.....	x
ABSTRAKSI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. LATAR BELAKANG MASALAH.....	1
B. RUMUSAN MASALAH	5
C. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN	6
D. KEGUNAAN PENELITIAN.....	6
E. TINJAUAN PUSTAKA.....	7
F. KARANGKA TEORI.....	9
G. METODELOGI PENELITIAN	14
H. TEKNIK PENGUMPULAN DATA.....	16
I. SISTEMATIKA PEMBAHASAN.....	18
BAB II LANDASAN TEORI	
A. PERILAKU	20
B. INTERAKSI SOSIAL.....	24
C. FOBIA.....	34
BAB III DESKRIPSI WILAYAH PENELITIAN	
A. SEJARAH BERDIRINYA UIN RADEN FATAH PELEMBANG	49
B. SEJARAH BERDIRINYA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI.....	51
C. VISI MISI TUJUAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI	57

D. JURUSAN PROGRAM STUDY FAKULTAS DAKWA DAN KOMUNIKASI.....	59
E. KEADAAN SARANA PRASARANA	62
F. KEADAAN DOSEN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI	64
G. KEADAAN MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI.....	66

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. DESKRIPSI DATA PENELITIAN	68
B. PENYAJIAN DATA.....	69
C. ANALISA DATA PENELITIAN.....	89
D. PEMBAHASAN	94

BAB V PENUTUP

A. KESIMPULAN	98
B. SARAN	99
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul Pendekatan Konseling Pada Klien "H" yang mengalami Fobia sosial di Fakultas Dakwah & Komunikasi. Fobia sosial adalah ketakutan yang tidak rasional terhadap pandangan negatif orang lain sehingga mereka cenderung menghindari situasi sosial dan aktivitas sosial, rumusan masalah dalam penelitian ini, faktor penyebab fobia sosial pada klien "H", masalah apa saja yang dihadapi klien "H" yang mengalami fobia sosial, bagaimana pendekatan bimbingan Konseling dalam mengatasi masalah fobia sosial pada klien "H".

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apa saja penyebab klien "H" mengalami fobia sosial, mengetahui masalah apa saja yang dihadapi klien "H" yang mengalami fobia sosial, mengetahui pendekatan bimbingan Konseling dan bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi fobia sosial. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif menggunakan metode studi kasus, menggunakan teknik analisis data, penjabaran pola, pembuatan eksplanasi, dan analisis deret waktu subjek dalam penelitian ini adalah klien "H" mahasiswa jurusan Sistem Informasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang yang mengalami fobia sosial. Alat pengumpul data dalam penelitian ini melalui wawancara mendalam, observasi serta dokumentasi.

Hasil penelitian faktor penyebab klien "H" mengalami fobia sosial pernah di bully di lingkungan sosial serta kurangnya perhatian dari orang tua, masalah yang dihadapi klien "H" adalah timbulnya rasa takut dan cemas ketika melakukan interaksi sosial dan ketika berada di lingkungan sosial. Setelah dilakukan pendekatan Bimbingan Konseling Klien "H" mengalami kemajuan dengan berkurangnya kecemasan yang dirasakan ketika berada di lingkungan sosial serta terbentuknya prasangka positif didalam diri klien "H" dan serta mulai rajin melakukan ibadah.

Kata Kunci: Studi Kasus, Fobia Sosial .

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara naluriah kodrati atau fitrah manusia memerlukan orang lain dalam kehidupannya begitu manusia dilahirkan ia memerlukan interaksi dengan orang disekitarnya, secara kodrati, artinya memang demikianlah diciptakan tuhan manusia merupakan makhluk sosial yaitu makhluk yang memerlukan sesamanya untuk pertumbuhan dan perkembangannya.

Manusia sebagai makhluk sosial tidak bisa dipisahkan dari interaksi sosial, tidak bisa lepas dari hubungan satu sama lain dalam kehidupan sehari-hari. Ia selalu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Dalam menghadapi lingkungan sekitar individu dituntut untuk tidak bersifat pasif tetapi ia harus bersifat aktif berinteraksi dengan orang-orang di lingkungannya sehingga terciptalah hubungan sosial yang baik antar satu individu dengan individu yang lain. Allah SWT berfirman dalam surat Al-Hujuraat ayat 13

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۚ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ

اللَّهِ أَتْقَانَكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya: Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling

*taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.*¹

Selain manusia makhluk individual secara hakiki manusia juga merupakan makhluk sosial. Pada dasarnya manusia tidak hidup seorang diri tanpa berinteraksi dengan manusia lain. Dengan interaksi sosial manusia dapat merealisasikan kehidupannya secara individual. Sebab tanpa timbal balik dalam interaksi sosial, manusia tidak dapat merealisasikan kemungkinan-kemungkinan potensi sebagai individu²

Interaksi sosial adalah suatu hubungan antar individu atau lebih, dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi individu yang lain atau bisa juga merubah perilaku individu yang lain, bisa juga memberikan kebaikan jika ia melakukan interaksi sosial dengan lingkungan yang baik ataupun sebaliknya jika ia berinteraksi dengan lingkungan yang kurang baik, akan memberikan pengaruh yang kurang baik bagi dirinya³

Hal ini merupakan keuntungan yang besar bagi manusia, sebab dengan adanya dua macam fungsi yang dimiliki itu timbullah kemajuan-kemajuan dalam hidup bermasyarakat. Pada umumnya interaksi itu berkisar kepada usaha dalam menyesuaikan diri dan penyesuaian diri ini didapat dengan cara yang disebut (*auto= sendiri, plastis=dibantu*) yaitu seseorang harus menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya, misalnya seorang mahasiswa yang berkuliah pada sebuah

¹ Departemen Agama RI, *Al-Quran Dan Terjemahannya*, (Jakarta: Indiva Media Kreasi, 2003)

² Achmad Mubarak, *konseling Agama Teori & Kasus*, (Jogjakarta:Fajar Pustaka Baru, 2002) , hal 127

³ Abu Ahmadi, *Psikologi Sosial* , (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal, 49

universitas maka dia harus bisa menyesuaikan dirinya dengan lingkungan, tata tertib, serta aturan yang sudah ditentukan oleh universitas tersebut .

Maka timbullah anggapan manusia itu dalam hidupnya dan perkembangan pribadinya semata-mata ditentukan oleh dunia luar, pengaruh dari lingkungan sekitar, dalam melakukan interaksi sosial tidak semua individu bisa berinteraksi dengan baik terhadap lingkungan sosialnya, ada sebagian orang yang tidak bisa berinteraksi dan menarik diri dari lingkungan sosialnya⁴

Sebuah hal yang normal ketika kita merasa gugup dalam situasi tertentu, namun menjadi tidak normal ketika kecemasan tersebut dirasakan hampir setiap melakukan interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari. Pribadi yang tidak bisa berinteraksi dengan baik dengan lingkungan sosialnya, selain menarik diri dari lingkungan sosialnya, pribadi seperti ini biasanya enggan untuk berkomunikasi, dan bergaul dengan dunia luar menjadi pribadi yang tertutup, ia lebih senang sendiri dan menganggap orang sekitarnya adalah orang asing, orang-orang seperti ini biasanya mengidap phobia sosial

Phobia adalah ketakutan dan kecemasan yang abnormal, tidak rasional dan tidak bisa dikontrol terhadap situasi atau obyek tertentu. Merupakan ketakutan khas yang neuruti yang kemudian menimbulkan ketakutan dan kecemasan⁵ Orang yang mengalami phobia sosial ini biasanya selalu gelisah jika berada ditempat yang ramai, takut dengan orang yang baru dikenal, selalu khawatir, cemas,

⁴ Ibid; hal, 50.

menghindar dari kegiatan sosial, susah untuk bergaul dengan lingkungan, susah berbicara di lingkungan sosial, bahkan yang paling parah lagi orang yang mengidap phobia sosial ini takut menghadapi orang lain, dan menghindari situasi sosial yang normal.

Penyebab dari phobia sosial ini ada beberapa penyebab, karena faktor keturunan karena orang tuanya merupakan pengidap phobia sosial juga, ada juga karena lingkungan pernah mengalami trauma dan mengalami perilaku yang tidak menyenangkan dari lingkungannya seperti *bullying* dikucilkan dan dijauhi dari lingkungannya, faktor dari diri sendiri, karena ia selalu memiliki pemikiran selalu merendahkan dirinya dan kurang memiliki kepercayaan diri.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di lapangan terhadap klien H ditemukan gejala-gejala sebagai berikut:

1. Tidak mau kontak mata secara langsung dengan lawan bicara, kesulitan membangun kontak mata dengan lawan bicara
2. Lebih senang berinteraksi dengan benda, seperti komputer dan lebih aktif berinteraksi di sosial media daripada lingkungan sosialnya
3. Emosi labil dan mudah marah tidak bisa mengontrol emosi
4. Suka memainkan jari-jari ketika berkomunikasi dengan lawan bicaranya
5. Takut untuk berinteraksi dengan orang yang baru dikenal, karena takut dan malu

6. menghindari keramaian, lebih senang menyendiri kurang bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.
7. mengalami gejala kecemasan ketika berhadapan dengan orang lain,
8. gugup serta susah berinteraksi dengan lingkungan sosialnya dan menutup diri.

Berdasarkan dari latar belakang masalah diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut secara ilmiah dengan judul **PENDEKATAN KONSELING PADA KLIEN "H" YANG MENGALAMI FOBIA SOSIAL DI FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan beberapa permasalahan yang berkaitan dengan studi kasus klien H yang mengalami phobia sosial, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Faktor-faktor penyebab phobia sosial pada klien H ?
2. Masalah apa saja yang dihadapi klien H yang mengalami phobia sosial?
3. Bagaimana pendekatan bimbingan konseling dalam mengatasi masalah phobia sosial pada klien H ?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian didalam karya ilmiah ini merupakan target yang hendak di capai melalui berbagai aktivitas penelitian, karena segala yang diusahakan jelas mempunyai tujuan tertentu sesuai dengan permasalahan yang dihadapi, tujuan penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui apa saja penyebab klien mengalami phobia sosial
2. Mengetahui masalah apa saja yang dihadapi klien yang mengalami phobia sosial
3. Mengetahui pendekatan bimbingan konseling dan Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi phobia sosial

D. Kegunaan penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi Mahasiswa di lingkungan Fakultas dakwah & Komunikasi, memberikan kontribusi keilmuan dan menambah wawasan bagi mahasiswa dalam mengembangkan ilmu konseling penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan wacana pemikiran untuk mengembangkan, memperdalam, memperkaya khasanah pengetahuan

1. Secara teoritis penelitian ini dapat menjadi pengembangan ilmu pengetahuan yang ada di Fakultas Dakwah & komunikasi UIN Raden Fatah Palembang, juga menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya
2. Secara praktis penelitian ini dapat memberikan pengetahuan serta memberikan solusi terhadap klien yang mengalami phobia sosial

E. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari terjadinya pengulangan hasil temuan yang membahas permasalahan yang sama dari seseorang, baik bentuk buku atau dalam bentuk tulisan lainya yang relevan dengan obyek yang sama. Maka penulis akan memaparkan beberapa tinjauan pustaka yang sudah ada. Dari hasil temuan ini

nantinya akan penulis jadikan sebagai sandaran teori dan sebagai perbandingan dalam pengupasan permasalahan tersebut. Diantaranya sebagai berikut:

Isniah Ayu V, 2014, *Bimbingan Islam Dalam Mengatasi Ketergantungan Terhadap Minuman Keras (study kasus di desa Lubuk Budi Kecamatan Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim)* metodologi penelitian yang digunakan ialah study kasus yaitu penjodohan pola, pembuatan eksplanasi, dan analisa deret waktu. Dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi adalah faktor keluarga, faktor lingkungan dan faktor kekerasan terhadap anak. Dampak mengkonsumsi minuman keras secara terus menerus adalah sering merasakan pusing emosi yang tidak terkendali, perubahan pada fisik, sering berkelahi, kecelakaan lalu lintas dan di jauhi oleh orang-orang.

Hairul epindi, 2012, *Pendekatan Bimbingan Spiritual untuk Mengatasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi (Study Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah & Komunikasi IAIN Raden Fatah)* metodologi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode Observasi, Wawancara dan pendampingan terhadap mahasiswa. Hasil dari penelitian ini pendekatan bimbingan dapat dilakukan pada mahasiswa. Yang akan menyelesaikan skripsi, setelah dilihat dari kasus saudara As pertama dia mempunyai motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan skripsi, kedua ia rajin beribadah baik wajib maupun sunnah, ketiga ia siap untuk menyelesaikan ujian skripsi.

Fitroh ifatull izza, 2014, jurusan Bimbingan dan konseling Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas muria kudus, *penerapan konseling behavioristik teknik desensititasi sistematis untuk mengatasi phobia sosial pada*

peserta didik kelas X unggulan MA NU Kudus, metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian ini adalah studi kasus. Subjek penelitian ini ada tiga peserta didik yang mengalami phobia sosial. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara dan observasi sebagai metode pokok, serta metode dokumentasi sebagai metode pelengkap. Analisis data penelitian ini meliputi tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan yaitu reduksi data, paparan data, penarikan kesimpulan/verifikasi. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa, setelah diberikan layanan konseling behavioristik teknik desensitisasi sistematis sebanyak tiga kali, MF yang awalnya menunjukkan gejala phobia sosial dengan sikap pendiam dan jarang berinteraksi dengan teman-teman di kelas, menjadi tidak takut untuk berinteraksi dengan teman dan orang-orang di sekitarnya.

Jurnal *social phobia*, oleh prabu supramaniam, *Udayana University School Of medicine* Denpasar, phobia sosial adalah suatu kondisi yang ditandai oleh ketakutan yang signifikan dan persisten dari situasi sosial atau kinerja yang malu mungkin terjadi. Paparan situasi sosial atau kinerja hampir selalu memprovokasi respon kecemasan langsung.

Buku David Lewis, *Taklukan phobia anda* penerbit Arcan. 1991 menjelaskan tentang memahami phobia dan menyembuhkan phobia yang dialami individu

F. Kerangka Teori

Sebagai acuan dan landasan berfikir dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori psikoanalisa, *Rational emotive therapy* dan teori interaksi sosial

Teori Psikoanalisa

Ciri-ciri kepribadian pada seseorang selalu dipengaruhi pengalaman-pengalaman masa lalunya. Karena itu untuk mengetahui person perlu diteliti masa lalu atau sejarah kehidupan individu yang bersangkutan. Maka dari itu untuk dapat mempelajari sejarah kehidupan seseorang dengan menemukan pengalaman-pengalaman dimasa lalu yang berpengaruh pada kepribadian masa kini

Sigmund Freud merumuskan sistem kepribadian manusia menjadi tiga sistem. Id, ego, super ego tiga sistem kepribadian ini kinerjanya tidak dapat dipisahkan mereka berjalan selaras dalam diri manusia. Dalam diri orang yang memiliki jiwa yang sehat ketiga sistem ini bekerja dalam suatu susunan harmonis sebaliknya kalau ketiga sistem itu bekerja secara bertentangan satu sama lain maka orang tersebut dinamainya orang yang tak bisa menyesuaikan diri. Ia menjadi tidak puas dengan dirinya dan lingkungannya.⁶

Freud juga menyatakan bahwa perkembangan manusia ditentukan oleh usia lima tahun pertama pertumbuhannya, artinya pengalaman psikis lima tahun pertama sangat menentukan kepribadian manusia, ada tiga tahapan penting dalam teori freud, tahap oral, anal dan tahap phallic. Jika manusia masuk pada masa remaja maka tahapan penting berikutnya adalah tahap genital

Struktur kepribadian manusia menurut Freud

1. Id (aspek biologis) merupakan wadah yang berisi dorongan-dorongan bawaan yang bersifat primitif dan dorongan biologis manusia (*insting*)

⁶ Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), hal 132

sebagai suatu sistem id mempunyai fungsi menunaikan kehidupan asli manusia id ini merupakan bawaan sejak lahir, sejak manusia lahir mereka dikuasai oleh id, id adalah sumber naluri dan kurang terorganisasi, selalu mencari kesenangan dan kepuasan dan menolak segala bentuk rasa sakit dengan kata lain id selalu mengemban prinsip kesenangan (*pleasure principle*), yang tujuannya untuk membebaskan manusia dari dorongan ketegangan dorongan naluri dasar, makan, minum, seks dan sebagainya id dimotivasi dua insting dasar insting seksual dan insting agresif, letak id berada di alam bawah sadar manusia

2. Ego (aspek psikologis) ego selalu berhubungan dengan dunia nyata, ego merupakan sistem yang berfungsi menyalurkan dorongan id ke keadaan yang nyata segala bentuk dorongan naluri dasar yang berasal dari id hanya dapat direalisasi dalam bentuk nyata melalui bantuan ego, sifat ego ini adalah logis dan bertindak realistis dengan kata lain ego akan menjadi penengah antara id dan dunia nyata.⁷ Ego juga mempunyai sifat yang mengatur dan memerintah juga sebagai mediator yang melakukan kontrol terhadap id. Ego lah yang menyebabkan manusia menundukan hasrat hewannya dan hidup sebagai wujud yang rasional ego memiliki unsur kesadaran mampu menghayati secara batiniah maupun lahiriah. Menampilkan akal budi dan pikiran, selalu siap menyesuaikan diri, dan mampu mengendalikan dorongan, menampilkan prinsip realitas yaitu menghambat dan mengendalikan prinsip kesenangan

⁷ *Ibid*; hal 134

3. Super ego (aspek moralitas) tujuan super ego adalah membawa individu ke kesempurnaan sesuai dengan pertimbangan keadilan dan moral berfungsi sebagai pengawas tindakan yang dilakukan oleh ego. Dapat diibaratkan super ego kata hati yang terbentuk melalui proses internalisasi yang meliputi larangan dan perintah dari dunia luar yang berhubungan dengan lingkungan sosial dan moral hal ini mengarahkan super ego untuk berbicara tentang nilai-nilai seperti baik buruk, benar, salah pantas atau tidak pantas super ego meletakkan segala sesuatunya tidak berdasarkan pada kesenangan tetapi lebih pada kesempurnaan. Super ego yang ada pada diri manusia memberikan pegarahan etis dan norma yang harus dianut. Salah satu fungsi super ego adalah sebagai hati nurani yang mengontrol dan mengritik perbuatan

Interaksi Sosial

Manusia dalam kehidupan sehari-hari tidak bisa dilepaskan dari hubungan satu dengan yang lain, ia selalu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan orang-orang disekitarnya, manusia memerlukan hubungan dengan lingkungannya tanpa hubungan ini manusia akan sulit berinteraksi, hubungan manusia dengan lingkungannya meliputi

1. manusia dapat bertentangan dengan lingkungannya
2. manusia dapat menggunakan lingkungan
3. manusia dapat berpartisipasi ikut serta dengan lingkungannya
4. manusia dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya

Interaksi sosial dapat diartikan sebagai hubungan-hubungan sosial yang dinamis. Hubungan sosial yang dimaksud dapat berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara kelompok yang satu dengan kelompok lainnya, maupun antara kelompok dengan individu. Dalam interaksi juga terdapat simbol, di mana simbol diartikan sebagai sesuatu yang nilai atau maknanya diberikan kepadanya oleh mereka yang menggunakannya⁸

1. Teori *Nativisme* (aliran pembawaan) mengatakan bahwa perkembangan manusia dalam hidup bermasyarakat itu tergantung pada pembawaan, sehingga pengaruh dunia sekitar sedikit sekali, dalam teori ini individu telah ditentukan oleh sipat bawaan dan tidak bisa dirubah, pembawaan itulah yang menentukan hasil perkembangan individu. Manakala pembawaannya baik maka baik pula individu tersebut begitupun sebaliknya, dalam teori ini lingkungan tidak memberikan pengaruh terhadap perkembangan individu karena individu sudah memiliki potensi bawaan sejak lahir, ketika potensi bawaannya baik maka baik pula individu tersebut, misalnya sebagai ahli agama, guru pelukis, pencuri dan propesi yang lain itu semua merupakan bakat yang dibawa sejak lahir. lingkungan dan pendidikan tidak dapat merubah pembawaan, bakat yang dibawa sejak lahir
2. Teori *Empririsme* manusia dalam perkembangan pribadinya di tentukan oleh dunia luar (pengaruh lingkungan) dalam teori ini pengaruh-pengaruh dari faktor pembawaan (keturunan) diannggap tidak ada, misalnya manusia yang bersifat sombong, egoistik dan sebagainya itu semua merupakan pengaruh

⁸ Agus Abdul Rahman, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Raja Grafindo 2009) hal 105

dari dunia luar, pelopor teori ini adalah John Locke dengan teorinya tabularasa manusia dilahirkan seperti kertas kosong yang belum ditulis, manusia akan jadi apa tergantung pada lingkungan dan pendidikannya jadi sejak dilahirkan anak tersebut tidak mempunyai bakat dan pembawaan apa-apa lingkunganlah yang membentuk kepribadian dari anak tersebut, sebagai teori ini adalah penemuan manusia serigala (*homo peros*) di Prancis dan India walaupun mereka adalah anak manusia, tetapi karena bertahun-tahun dipelihara oleh serigala, ternyata ia tidak bisa berbuat seperti yang biasa dilakukan oleh manusia, tetapi hanya dapat meraung dan merangkak sebagai mana serigala memeliharanya. Dengan demikian dapat dibuktikan bahwa kemampuan-kemampuan yang kemudian oleh manusia tidak karena keturunan, tetapi dipengaruhi/diperoleh dari lingkungan masyarakat.

3. Teori *convergensi* teori ini beranggapan bahwa perkembangan pribadi manusia dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor pembawaan dan faktor lingkungan, faktor dalam dan faktor luar (indogen dan exogen). Teori ini ternyata punya dasar yang lebih kuat daripada yang lain, karena dalam perkembangan kepribadian manusia kedua faktor tersebut tidak bisa diabaikan. Namun demikian aliran ini juga mempunyai kelemahan-kelemahan yaitu tidak bisa menjelaskan beberapa perbandingan pengaruh kedua faktor tersebut dalam perkembangan kepribadian individu. Hal tersebut sampai sekarang belum bisa ditetapkan. Kemungkinan pada manusia berkembang bila ia bergaul dengan masyarakat artinya, kalau lingkungan tidak memungkinkan berkembang tiap-tiap potensi, maka potensi (benih-benih) itu tidak mungkin

juga berkembang, sebagai contoh orang yang mempunyai bakat penyanyi, tetapi ia lahir dikalangan ilmuwan, maka tidak mungkin benih itu berkembang. Sebagaimana kacang yang tumbuh di atas batu yang kering tidak mungkin subur

G. Metodologi Penelitian

Metodologi penelitian berasal dari kata “Metode” yang artinya cara yang tepat untuk melakukan sesuatu; dan “Logos” yang artinya ilmu atau pengetahuan. Jadi, metodologi artinya cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara saksama untuk mencapai suatu tujuan. Sedangkan “Penelitian” adalah suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan dan menganalisis sampai menyusun laporannya. Jadi metodologi penelitian adalah ilmu mengenai jalan yang dilewati untuk mencapai pemahaman. Jalan tersebut harus ditetapkan secara bertanggung jawab ilmiah dan data yang dicari untuk membangun/ memperoleh pemahaman harus melalui syarat ketelitian, artinya harus dipercaya kebenarannya.

1. Jenis Penelitian

Dalam upaya memperkaya data dan untuk lebih memahami serta menambah informasi dalam menyusun skripsi ini, maka penulis menggunakan metode penelitian dengan metode kualitatif. Menurut Herdiyansyah dalam bukunya *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial* ‘Penelitian kualitatif adalah suatu penelitian ilmiah yang bertujuan untuk memahami suatu fenomena dalam konteks sosial secara

alamiah dengan mengedepankan proses interaksi komunikasi yang harus mendalam antara peneliti dengan fenomena yang diteliti⁹

2. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah klien H yang mengalami phobia sosial, klien adalah mahasiswa jurusan sistem informasi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang

3. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Data Primer, merupakan data yang diperoleh dari sumber data pertama di lapangan.¹⁰ Dalam penelitian ini yang termasuk sebagai data primer adalah wawancara kepada sumber data yaitu klien H yang mengalami phobia sosial, dan teman kelas klien H jurusan sistem informasi di Fakultas dakwah dan komunikasi
- b. Data Sekunder, merupakan data yang diperoleh dari sumber kedua. Data sekunder ini untuk melengkapi data primer, dan biasanya data sekunder ini sangat membantu peneliti bila data primer terbatas atau sulit diperoleh.”¹¹ Data sekunder diperoleh dalam bentuk yang sudah jadi (tersedia) antara lain dari buku, jurnal dan artikel yang membahas tentang phobia sosial

H. Teknik Pengumpulan Data

⁹ Herdiansyah. *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), hal. 9

¹⁰ Rachmat Kriyantono. *Teknik Praktis Riset Komunikasi: Disertai Contoh Praktis Riset Media, Publik Relations, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*, (Jakarta:Kencana, 2006), hal. 41

¹¹ *Ibid.*, hal. 42.

Untuk mencari informasi guna mendapatkan data-data yang diperlukan, peneliti menggunakan teknik yaitu:

1) Wawancara Mendalam (*In depth Interview*)

Menurut Rahmat Kriyantono, “Wawancara adalah suatu cara mengumpulkan data-data atau informasi dengan cara langsung bertatap muka dengan informan agar mendapatkan data secara lengkap dan mendalam.”¹² Wawancara dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan dua jenis pertanyaan. Pertama, wawancara terstruktur yaitu menggunakan daftar pertanyaan yang telah dibuat oleh penulis sebagai panduan (*interview guide*). Dan kedua, wawancara tak terstruktur, yaitu menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang muncul secara spontan dan merupakan perkembangan dari daftar pertanyaan yang ada, sifatnya informal.

2) Observasi

Menurut Suharsimi Arikunto, dalam bukunya *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, observasi adalah suatu teknik yang dilakukan dengan cara mengadakan pengamatan secara teliti serta pencatatan secara sistematis.¹³ Observasi dilakukan dengan mengadakan penelitian terhadap phobia sosial yang dialami oleh klien H

3) Dokumentasi

¹² *Ibid* hal 100

¹³ Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hal. 272.

Peneliti mencari dokumen-dokumen yang berkaitan dengan penelitian ini. Dokumen itu dapat berupa dokumen publik atau dokumen privat. Dokumen publik misalnya: jurnal, berita-berita surat kabar, artikel, dan lainnya yang berkaitan dengan masalah phobia sosial. Dengan teknik ini peneliti berusaha memperoleh data dan informasi dengan cara menggali dan mempelajari tentang phobia sosial dan pengidap phobia Sosial

I. Metode Analisis Data

Robert K Yin membagi tiga teknik analisis untuk studi kasus, yaitu

1. penjadohan pola, yaitu dengan menggunakan logika penjadohan pola. Logika seperti ini membandingkan pola yang didasarkan atas data empirik dengan pola yang diprediksikan (atau dengan beberapa prediksi alternatif). Jika kedua pola ini ada persamaan, hasilnya dapat menguatkan validitas internal studi kasus yang bersangkutan.¹⁴
2. pembuatan eksplanasi, yang bertujuan untuk menganalisis data studi kasus dengan cara membuat suatu eksplanasi tentang kasus yang bersangkutan
3. analisis deret waktu, yang banyak dipergunakan untuk studi kasus yang menggunakan pendekatan eksperimen dan kuasi eksperimen

J. Sistematika pembahasan

Sistematika pembahasan dalam skripsi ini dimaksudkan mempermudah dalam memahami gambaran secara umum tentang penelitian ini agar dapat memberikan kerangka atau gambaran garis besar pembahasan materi, untuk

¹⁴ Yin K Robert, *Study Kasus: Desain & Metode* (Jakarta: Raja Grafindo, 2003), hal 120

mempermudah pembaca dalam mengikuti penulisan skripsi ini. Maka penulis memberikan sistematika dan penjelasan sebagai berikut :

BAB I Pendahuluan, Bab ini menggambarkan tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan Pustaka, Kerangka teori, metode Penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II Landasan Teori, Pengertian phobia sosial, Pengertian kepribadian, Perkembangan mental dan gejala serta pengaruh phobia sosial bagi klien H

BAB III deskripsi wilayah penelitian berisikan tentang penjelasan wilayah penelitian, meliputi sejarah, luas wilayah, Fasilitas, visi misi serta struktur organisasi.

BAB IV Analisa data pembahasan tentang klien H yang mengalami phobia sosial. Yang isinya tentang Masalah apa saja yang di hadapi klien H yang mengalami phobia sosial, Faktor-faktor penyebab phobia sosial pada Klien H. Bagaimana peran bimbingan konseling dalam mengatasi masalah phobia sosial pada klien H

BAB V Penutup, pada bab ini akhir dari skripsi yang berisikan kesimpulan dan saran .

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku

I. Pengertian Perilaku

Dalam kamus besar bahasa Indonesia kata perilaku sama artinya dengan tingkah laku yaitu tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan.¹⁵ Perilaku merupakan hal yang unik setiap individu memiliki perilaku yang berbeda dengan individu yang lain baik dalam hal kepandaian bakat dan sikap individu tersebut dilingkungana sosialnya.

Perilaku merupakan perwujudan gerak dari dalam jiwa manusia yang telah menetap sebagai sifatnya. Baik buruk perilaku yang dilakukan sebagai respon terhadap lingkungan sekitarnya amat dipengaruhi oleh faktor tersebut. Azwar syarifudin menyatakan bahwa perilaku merupakan ekspresi sikap seseorang, sikap itu sudah terbentuk dalam dirinya karena berbagai tekanan atau hambatan dari luar atau dalam dirinya. Artinya potensi reaksi yang sudah terbentuk dalam dirinya akan muncul berupa perilaku aktual sebagai cerminan sikapnya.¹⁶

Kartini kartono mengartikan perilaku sebagai perbuatan yang sangat luas kegiatan dan cakupannya tidak hanya berupa gerakan fisik seperti berbicara berjalan, berlalri memukul dan lain-lainnya, tetapi perilaku merupakan totalitas

¹⁵ Departemen pendidikan dan kebudayaan, *kamus Besar Bahasa Indonesia*, (jakarta: percetakan nasional, 2000), h. 61

¹⁶ Azwar syarifudi, *sikap manusia teori dan pengukuranya*, (yogyakarta: pustaka pelajar, 1995),h. 16

aktivitas manusia mulai dari fisik emosi dan kognisi seperti belajar,berfikir berfantasi, marah sedih bingung dan sebagainya.¹⁷

jadi dapat difahami bahwa perilaku diartikan sebagai reflek atau reaksi individu terhadap lingkungannya. Tanggapan tersebut bisa berbentuk ucapan, perbuatan bahkan tidak adanya reaksi, setiap perilaku individu berbeda satu sama lain perilaku juga cerminan dari sikap individu, perwujudan gerak dalam jiwa manusia yang telah menetap sebagai sifatnya, baik buruk perilaku yang dilakukan sebagai respon terhadap lingkungan sekitarnya

II. Teori Perilaku

Dalam berperilaku manusia didorong oleh motif tertentu sehingga manusia berperilaku. Setiap individu memiliki perilaku yang berbeda satu sama lain. Dalam hal ini ada beberapa teori yang dikemukakan tentang perilaku:

- a) Teori perilaku dikemukakan oleh Mc Dougall pelopor psikologi sosial ia mengemukakan perilaku disebabkan karena insting insting ini merupakan perilaku bawaan dan insting akan mengalami perubahan karena pengalaman organisme dilingkungan sosialnya
- b) Teori dorongan (*drive theory*) bertitik tolak pada pandangan bahwa organisme memiliki dorongan-dorongan tertentu. Dorongan ini berkaitan dengan kebutuhan organisme yang mendorong organisme berperilaku. Jadi dapat disimpulkan dalam teori ini dorongan didalam diri organisme yang membuat organisme berperilaku

¹⁷ Kartini kartono, psikologi umum, (Bandng: Penerbit Alumni, 1984), h.4

- c) Teori insentif berpendapat bahwa perilaku organisme disebabkan oleh insentif. dengan adanya insentif maka akan mendorong organisme berperilaku, insentif ada yang positif dan ada yang negatif yang positif berkaitan dengan hadiah. Yang akan mendorong organisme dalam berperilaku, sedangkan yang negatif berkaitan dengan hukuman yang dapat menghambat dalam organisme berperilaku
- d) Teori atribusi teori ini ingin menjelaskan sebab-sebab perilaku orang apakah perilaku itu disebabkan oleh disposisi internal (motif atau sikap) ataukah oleh keadaan eksternal, dalam teori ini pada dasarnya perilaku manusia itu dapat atribusi internal, tetapi juga dapat atribusi eksternal.
- e) Teori kognitif apabila seseorang memilih perilaku mana yang mesti dilakukan maka yang bersangkutan akan memilih alternatif perilaku yang akan membawa manfaat sebesar-besarnya bagi yang bersangkutan. Dengan kemampuan memilih ini berarti faktor berpikir berperan dalam menentukan pemilihannya dengan kemampuan berfikir seseorang akan dapat melihat apa yang dihadapi pada waktu sekarang dan juga dapat melihat ke depan apa yang akan terjadi dalam seseorang berperilaku.¹⁸

III. Pembentukan Perilaku

Dalam proses pembentukan perilaku dibagi dalam tiga cara:

- a) Pembentukan perilaku dengan kondisioning perilaku dibentuk dengan kebiasaan, membiasakan diri untuk berperilaku seperti yang diharapkan hingga akhirnya terbentuklah perilaku tersebut

¹⁸ Udin S winataputra, *teori belajar da pembelajaran* (jakarta: Universitas terbuka) h. 70

- b) Pembentukan perilaku dengan pengertian cara ini berdasarkan atas teori belajar kognitif yaitu belajar dengan adanya pengertian
- c) Pembentukan perilaku dengan menggunakan model perilaku dibentuk menggunakan model atau contoh . pemimpin dijadikan model atau contoh oleh yang dipimpinnya , anak menjadikan orang tua sebagai model dan contoh untuk dirinya.¹⁹

IV. Bentuk-Bentuk Perilaku

Perilaku dibagi menjadi dua macam bentuk :

- a) Perilaku terbuka adalah semua tingkah laku yang bisa langsung dilihat dan diperhatikan orang lain tanpa perlu penelitian yang mendalam seperti makan minum, berbicara, berlari dan sebagainya
- b) Perilaku tertutup kebalikan dari perilaku terbuka, perilaku ini tidak bisa dilihat secara langsung untuk mengetahuinya diperlukan penelitian secara mendalam terhadap perilaku tersebut.²⁰

B. Interaksi Sosial

I. Pengertian Interaksi Sosial

Dalam kehidupan, seorang individu selalu berhubungan dengan lingkungan fisik, lingkungan psikis, atau lingkungan rohaninya. Salah satu bentuk hubungan manusia dengan lingkungannya adalah interaksi sosial, hubungan manusia dengan manusia yang lain ini berkisar pada usaha menyesuaikan diri,

¹⁹ Samsuniyawati marat, *perilaku manusia* (Bandung: Refika Aditama). h. 71

²⁰ Sarlito wirawan sarwono, *pengantar umum psikologi*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2000), h. 33

baik bersifat *autoplastis* maupun *aloplastis* di mana individu yang satu menyesuaikan diri dengan individu yang lain, atau individu yang lain menyesuaikan diri dengan individu pertama

Interaksi sosial merupakan intisari kehidupan sosial artinya kehidupan sosial tampak secara konkrit dalam berbagai bentuk pergaulan dengan orang lain, interaksi sosial merupakan bentuk pelaksanaan kedudukan manusia sebagai makhluk sosial artinya bentuk pergaulan sosial menjadi bukti betapa manusia membutuhkan kerjasama dengan orang lain, tanpa ada interaksi sosial seseorang tidak bisa mengembangkan pemikirannya juga tidak bisa berkerjasama dengan orang lain.²¹ Menurut Soerjono Soekanto interaksi sosial merupakan dasar proses sosial yang terjadi karena adanya hubungan sosial yang dinamis mencakup hubungan antar individu, antar kelompok, atau antar individu dan kelompok.²²

Interaksi sosial diartikan sebagai suatu bentuk hubungan anatara dua orang atau lebih, di mana tingkah laku seseorang diubah oleh tingkah laku yang lain. Perubahan tingkah laku tersebut terjadi melalui dorongan antar pribadi yang bersifat biologis. Proses tersebut berlangsung timbal balik di mana masing-masing bertindak dalam keseluruhan proses yang mempengaruhi atau menyebabkan orang lain juga bertindak interaksi sosial dengan demikian merupakan perilaku timbal balik di mana masing-masing individu dalam proses itu mengharapkan dan menyesuaikan diri dengan tindakan yang dilakukan orang lain

²¹ Hidanto dnan, *sosiologi*, (jakarta: erlangga, 2011), h. 60

²² Soedjarwo, *Proses dan interaksi sosial dalam Pendidikan*, (jogja: Mandar Maju 2010), h 80

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan interaksi sosial adalah hubungan timbal balik antara dua orang atau lebih, yang saling mempengaruhi satu sama lain. Dengan adanya hubungan timbal balik timbullah kemungkinan saling mengubah atau memperbaiki perilaku masing, Hal ini merupakan keuntungan yang besar bagi manusia, sebab dengan adanya interaksi sosial timbullah kemajuan-kemajuan dalam hidup bermasyarakat

Interaksi sosial merupakan syarat yang utama terjadinya aktivitas sosial, tanpa adanya interaksi sosial maka tidak akan ada aktivitas sosial, dan hubungan sosial di masyarakat, dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial merupakan syarat utama terjadi hubungan sosial dan aktivitas sosial dengan adanya interaksi sosial individu bisa melakukan aktivitas sosial dan hubungan sosial di masyarakat²³

II. Faktor-faktor Interaksi Sosial

a) Faktor Imitasi

Yaitu setiap individu memiliki sifat kecenderungan untuk melakukan seperti yang dilakukan oleh orang lain. Dari sisi positif imitasi dapat mendorong seseorang untuk mematuhi kaidah-kaidah dan nilai-nilai yang berlaku namun. Namun hal negatif dapat juga terjadi misalnya yang ditiru adalah tindakan yang menyimpang. Proses imitasi dapat dijelaskan sebagai berikut, proses imitasi diawali oleh timbulnya sebuah gagasan (keyakinan baru) di dalam masyarakat sebagai perangsang pikiran. Gagasan itu lalu dirumuskan oleh individu berbakat tinggi yang kemudian menjadi ide baru ide ini lalu diimitasi dan disebarkan oleh

²³ Dadang supardan, *pengantar ilmu sosial*, (jakarta: Bumi Aksara, 2013), h. 27

orang banyak dalam masyarakat. Imitasi terjadi secara bergelombang ini dapat menyebabkan timbulnya gagasan baru baru, lalu dirumuskan oleh individu demikian seterusnya

Imitasi memiliki nilai positif terutama dalam bidang pendidikan dan perkembangan individu, di mana imitasi dapat merangsang perkembangan watak seseorang, imitasi juga dapat mendorong individu atau kelompok untuk melaksanakan perbuatan-perbuatan baik. Sedangkan segi-segi negatif dari imitasi, yaitu apabila hal-hal yang salah ataupun secara moral ditolak.

b) Faktor Sugesti

Adalah suatu proses mempengaruhi dari individu terhadap individu yang lain, sehingga ia dapat menerima norma atau pedoman tingkah laku tertentu tanpa melalui pertimbangan terlebih dahulu. Yang dimaksud sugesti disini ialah pengaruh psikis, baik yang datang dari dirinya sendiri maupun dari orang lain, yang pada umumnya diterima tanpa adanya kritik. Karena itu dalam psikologi sugesti dibedakan menjadi dua:

- 1). *Auto* sugesti, yaitu sugesti terhadap diri yang datang dari dirinya sendiri
- 2). *Hetero* sugesti sugesti yang datang dari orang lain

Dalam ilmu jiwa sosial sugesti dapat dapat dirumuskan sebagai suatu proses di mana seseorang individu menerima suatu cara penglihatan, atau pedoman-pedoman tingkah laku dari orang lain tanpa kritik terlebih dahulu. Arti

sugesti dan imitasi dalam hubungannya, dengan interaksi sosial adalah hampir sama, bedanya ialah bahwa dalam imitasi orang satu mengikuti salah satu dari dirinya, sedangkan pada sugesti seseorang memberikan pandangan atau sikap dari dirinya lalu diterima oleh orang lain di luarnya²⁴. Sugesti akan mudah terjadi bila memenuhi syarat-syarat berikut:

- 1) sugesti karena hambatan berpikir makin kurang daya kemampuan memberikan kritik maka akan makin mudah orang tersebut menerima sugesti dari orang lain. Dari kritik itu akan mengalami hambatan kalau individu itu dalam keadaan lemah berpikirnya. Misalnya kondisi fisik kiat mengalami gangguan tertentu sehingga lemah, pada umumnya individu yang mudah menerima sesuatu yang dianggap dapat meringankan kondisinya yang lemah itu. Orang yang mudah disugesti biasanya orang yang berada dalam ketidakmampuan menggunakan daya pikirnya, apabila orang terkena kesan atau stimulus yang bersifat emosional tidak dapat lagi berpikir secara baik atau kritis, sehingga dengan demikian akan mudah menerima apa yang dikemukakan oleh orang lain
- 2) sugesti karena keadaan pikiran yang terpecah belah (*dissosiasi*) orang itu mengalami dissosiasi kalau orang itu dalam keadaan kebingungan menghadapi bermacam-macam persoalan misalnya. Karena orang itu sedang mengalami kebingungan pada umumnya akan mudah menerima apa yang dikemukakan oleh orang lain tanpa dipikir terlebih dahulu

²⁴ *Ibid.*, h. 29

- 3) sugesti karena mayoritas dalam hal ini orang akan mempunyai kecenderungan untuk menerima suatu pandangan, pendapat atau norma-norma atau pedoman tingkah laku tertentu, apabila norma itu mendapatkan dukungan dari orang banyak atau mayoritas, dimana sebagian besar dan kelompok atau golongan itu memberikan sokongan pendapat tersebut. Hal ini akan mudah diterima individu, apabila sebagian besar dari kelompoknya telah menyatakan persetujuan, orang beranggapan bahwa oleh karena sebagian besar dari anggota telah menerimanya, maka adalah akan terasing atau tersingkir dari mayoritas bila tidak ikut menerimanya
- 4) sugesti karena minoritas walaupun materi yang diberikan sama, tetapi yang memberikan berbeda, maka akan terdapat perbedaan di dalam menerimanya. Dalam hal ini orang mempunyai kecenderungan bahwa akan mudah menerima apa yang dikemukakan oleh orang lain apabila yang memberikan itu mempunyai otoritas mengenai masalah tersebut.
- 5) Sugesti karena *will to believe* bila dalam diri individu telah ada pendapat yang mendahuluinya dan pendapat ini masih dalam keadaan yang samar-samar dan pendapat tersebut searah dengan yang disugestikan itu, maka pada umumnya orang itu akan mudah menerima pendapat tersebut. Sugesti ini diarahkan kepada gambaran aspek gambaran pedoman tingkah laku yang demikian, dimana hal ini akan lebih mudah diterima individu yang bersangkutan sebab dengan adanya sugesti diarahkan kepada aspek gambaran pedoman tingkah laku adalah merupakan suatu pendukung terhadap nilai-nilai yang telah samar dimiliki seseorang

a) Faktor Identifikasi

Identifikasi dalam psikologi berarti dorongan untuk menjadi identik (sama) dengan orang lain, baik secara lahiriah maupun batiniah. Proses identifikasi ini mula-mula berlangsung secara tidak sadar (secara dengan sendirinya) kemudian irasional yaitu berdasarkan perasaan-perasaan atau kecenderungan-kecenderungan dirinya yang tidak diperhitungkan secara rasional, dan yang ketiga identifikasi berguna untuk melengkapi sistem norma-norma, cita-cita dan pedoman-pedoman tingkah laku orang yang mengidentifikasi itu, maksud identifikasi adalah suatu kecenderungan yang tanpa disadari untuk menyamakan diri bertingkah laku yang sama seperti yang dilakukan pihak lain.

Imitasi dan identifikasi ini memiliki hal yang berbeda, Perbedaan antara identifikasi dan imitasi adalah imitasi dapat berlangsung antara orang-orang yang saling tidak kenal, sedangkan identifikasi perlu dimulai lebih dahulu dengan teliti sebelum meraka mengidentifikasikan dirinya. Nyata bahwa hubungan sosial yang berlangsung di identifikasi adalah lebih mendalam daripada hubungan atau proses-proses sugesti maupun imitasi.

b) Faktor Simpati

Suatu kecenderungan sikap merasa dekat dan tertarik untuk mengadakan hubungan saling mengerti dan kerjasama dari pihak individu yang satu terhadap individu yang lain, dorongan utama simpati adalah ingin mengerti dan kerjasama dengan orang lain, hubungan simpati menghendaki hubungan kerjasama antara 2 orang atau lebih yang setaraf, simpati bermaksud bekerjasama, simpati dapat

dirumuskan sebagai perasaan tertariknya orang yang satu terhadap orang yang lain proses simpati dapat pula berjalan secara perlahan-lahan secara sadar dan cukup nyata dalam hubungan dua atau lebih orang dengan demikian hanya akan berlangsung dan berkembang dalam relasi kerjasama antara dua orang atau lebih bila terdapat saling pengertian

III. Syarat-Syarat Interaksi Sosial

Ada dua syarat terjadinya interaksi sosial didalam masyarakat:

a) Kontak Sosial

Interaksi sosial terjadi karena adanya kontak syarat yang pertama dalam interaksi sosial adalah terjadinya kontak sosial secara fisik kontak terjadi apabila terjadi hubungan badaniah saling menyentuh secara fisik atau berhadapan langsung. Dengan berkembangnya kemajuan teknologi dewasa ini kontak sosial juga dapat terjadi lewat perantara berupa telepon, telegraf, radio, sosial media dan yang lain yang tidak perlu memerlukan sentuhan badaniah, yang terpenting kontak hanya mungkin berlangsung bila kedua belah pihak sadar akan kedudukan atau keadaan masing-masing sehingga dapat memberikan tanggapan.

Kontak sosial memiliki dua sifat yaitu kontak sosial positif apabila kontak sosial tersebut mengarah pada suatu kerja sama serta hubungan kerjasama yang baik, yang kedua adalah kontak sosial yang negative mengarah kepada suatu pertentangan atau bahkan sama sekali tidak menghasilkan kontak sosial

Kontak sosial dapat berlangsung dalam tiga bentuk yaitu sebagai berikut :

- a. Antara orang perorangan (antar individu) contohnya adalah kontak antara anak dan orang tuanya proses demikian terjadi melalui proses komunikasi,yaitu proses dimana anggota masyarakat yang baru mempelajari norma dan nilai
- b. Kontak antar kelompok misalnya kontak anantara dua perusahaan dalam hubungan bisnis
- c. Kontak antar individu dan suatu kelompok contohnya kontak antara calon anggota dan para anggota organisasi yang akan dimasukinya²⁵

b) Komunikasi

Interaksi sosial terjadi karena adanya komunikasi. Komunikasi adalah faktor yang penting bagi kehidupan manusia sebagai makhluk sosial tanpa mengadakan komunikasi individu tidak mungkin dapat berkembang normal dilingkungan sosialnya²⁶. Komunikasi adalah suatu proses penyampaian pesan dan penerimaan pesan (ide gagasan) dari suatu pihak ke pihak yang lain agar terjadi upaya saling mempengaruhi antar keduanya dalam komunikasi kemungkinan sekali terjadi berbagai macam penafsiran terhadap tingkah laku orang lain. Senyum misalnya dpat ditafsirkan sebagi keramahtamahan, sikap bersahabat atau bahkan sebagai sikap sinis dan sikap ingin menunjukan kemenangan. Dalam proses komunikasi, pesan harus disampaikan lewat bahasa yang dimengerti oleh kedua belah pihak komuniaksi berjalan dengan efektif

²⁵ Idianto Munin, *Op. Cit*; h. 56

²⁶ Arifin, *Psikologi Dakwah suatu pengantar studi*, (jakarta: Bumi Aksara, 2004), h. 74

apabila pesan yang disampaikan pihak pengirim ditafsirkan sama oleh pihak penerima, jika tidak sama maka akan terjadi salah paham

IV. Macam-Macam Interaksi

Manusia dalam memberikan reaksi dalam proses interaksi di suatu kelompok menunjukkan berbagai tingkah laku yang berbeda-beda perbedaan reaksi tersebut menurut R.F Bales dan Stordtbeck, dapat di kategorikan menjadi empat macam:

- a) Tindakan integratif-ekspresif, yaitu tingkah laku yang bersifat terpadu menyatakan dorongan kejiwaan seseorang. Termasuk kategori ini ialah perbuatan menolong orang lain menunjukkan rasa setia kawan
- b) Tindakan yang menggerakkan kelompok ke arah penyelesaian suatu problem yang dipilihnya, seperti memberi jawaban terhadap pertanyaan, memberi sugesti, memberi pendapat, memberi penjelasan
- c) Tindakan mengajukan pertanyaan berupa permintaan untuk orientasi sugesti dan pendapat
- d) Tindakan intergratif-ekspresif yang bersifat negatif yakni tingkah laku terpadu yang menyatakan dorongan kejiwaan yang bersifat menghindar. Termasuk dalam kategori ini adalah pernyataan tidak setuju, menimbulkan ketegangan antagonisme dan pengunduran diri.²⁷

²⁷ H.M Arifin, *Psikologi dan Beberapa Aspek kehidupan Rohaniah Manusia*,(Jakarta : Bulan Bintang ,1996), h. 82

C. Phobia

I. Pengertian Phobia

Kata phobia berasal dari kata Yunani, *phobos* berarti takut. Konsep takut dan cemas berkaitan erat, takut adalah perasaan terancam dari sesuatu obyek atau situasi dan selalu ada alasan mengapa seseorang takut²⁸. Namun fobia berbeda dengan ketakutan yang biasa. Phobia adalah ketakutan yang hebat, di luar proporsi tuntutan situasi. phobia tidak memiliki alasan yang rasional dan di luar kontrol si penderitanya.

Phobia adalah ketakutan dan kecemasan yang abnormal, tidak rasional, dan tidak bisa dikontrol terhadap sesuatu obyek tertentu²⁹. Merupakan ketakutan yang khas yang neurotis, sebagai simbol dari konflik-konflik neuroti, yang kemudian menimbulkan ketakutan dan kecemasan rasa ketakutan yang berlebihan pada sesuatu hal atau [fenomena](#) misalnya takut terhadap tempat yang sempit dan tertutup (*claustrophobia*), takut terhadap ketinggian atau takut berada di tempat-tempat yang tinggi (*acrophobia*), takut terhadap kerumunan orang atau tempat ramai (*achlophobia*).

Menurut Dr. Achmad Mubarak MA. Dalam bukunya “*konseling agama teori dan kasus*” phobia adalah “perasaan yang tidak beralasan artinya apa yang ditakuti itu sebenarnya tidak mempunyai potensi menakutkan dan membahayakan

²⁸ Diktat Psikologi abnormal Fakultas Ushuludin dan pemikiran Islam program study psikologi islam 2014

²⁹ Kartini kartono, *Patologi Sosial 3 gangguan-gangguan kejiwaan* (jakarta: raja wali pers, 2002), h. 135

apa-apa dan karena itu orang lain biasanya menertawakan rasa takutnya itu dan tertawaan orang itu malah menambahnya semakain cemas”³⁰

phobia bisa dikatakan dapat menghambat kehidupan orang yang mengidapnya. Bagi sebagian orang, perasaan takut seorang pengidap phobia sulit dimengerti. Itu sebabnya, pengidap tersebut sering dijadikan bulan bulanan oleh teman sekitarnya. Jadi phobia adalah suatu perasaan ketakutan yang ditimbulkan oleh sesuatu yang tidak memperlihatkan ancaman yang sejati terhadap kelangsungan hidup kita. Responya mungkin sesuatu yang cenderung mental, mengakibatkan pikiran yang rancu, ketidakmampuan untuk mengingat yang mudah diingat

Phobia acapkali merupakan ketakutan yang tersembunyi, rapi diselubungi oleh mereka yang menderitanya, pengidap phobia biasanya malu atas phobia yang mereka alami mereka mengangapa malu akan apa yang mereka yakin sebagai seatu penyakit mental yang serius yang menyebabkan mereka menanggung kesedihan, para penderita phobia biasanya menghindari keadaan yang bisa memicu timbulnya rasa takut³¹.

Kalaupun ia tidak menjauhi keadaan yang menimbulkan phobia dan akan menghadapinya, ia menjalaninya dengan penuh tekanan dan rasa tidak nyaman, ia tampak sangat menderita dalam situasi itu. Sebenarnya penderita phobia sadar bahwa ketakutan yang timbul terlalu berlebihan dan kerana itu mereka menyadari bahwa menyadari memiliki masalah dengan keadaan ini. Penderita phobia

³⁰ Achmad Mubarak, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Bina Rena Perwira, 2001), h. 51

³¹ Iskandar junaidi, *Anomali Jiwa*, (yogyakarta: penerbit Andi, 2012), h. 95

menyadari bahwa ketakutannya tidak beralasan dan berlebihan, namun ia sendiri tidak berdaya untuk mengatasinya.

Jadi dapat dipahami phobia adalah ketakutan yang berlebihan yang abnormal dan tidak irasional dialami oleh individu terhadap suatu keadaan atau objek tertentu, yang disebabkan oleh suatu peristiwa atau pengalaman yang pernah dialaminya yang membuatnya takut, rasa takut ini berlebihan dan tidak bisa dikontrol terhadap suatu objek.

II. Penyebab Timbulnya Phobia

Pada tingkat yang ekstrim, penderita phobia akan merasa ia akan menjadi gila karena ketakutan yang membayangnya. Sebagian phobia disebabkan karena pengalaman traumatis, yang seringkali terjadi pada masa kanak-kanak. Seorang anak yang digigit oleh anjing mungkin di kemudian hari akan takut dengan semua anjing, meskipun si anak bahkan sudah lupa dengan pengalaman itu. Pengalaman seseorang terjebak di lift juga bisa menyebabkan fobia terhadap lift, atau bahkan lebih parah lagi bisa tergeneralisasi menjadi takut berada dalam ruangan sempit dan tertutup. sebab-sebab terjadinya phobia antara lain :

- a) Pengalaman buruk yang ekstrim
- b) Pernah mengalami ketakutan yang hebat, pengalaman traumatis, shock hebat
- c) Pengalaman asli ini dibarengi perasaan malu dan bersalah lalu ditekan kedalam ketidaksadaran sehingga pengalaman ini sulit dilupakan
- d) Jika mengalami rangsangan serupa, timbullah ketakutan yang bersyarat, sungguhpun pengalaman aslinya sudah dilupakan, respon kekuatan hebat

selalu muncul kembali, walaupun ada usaha-usaha untuk menekan dan melenyapkan respons-respons tadi dalam ketidaksadaran³².

Jadi dapat disimpulkan bahwa penyebab phobia adalah rasa trauma dan pengalaman buruk yang ekstrem yang dialami seseorang di masa lalu sehingga menimbulkan ketakutan yang hebat, kemudian ditekan ke dalam ketidaksadaran untuk melupakannya walaupun pengalaman asli sudah dilupakan, namun ketakutan dan rasa shock tersebut akan timbul kembali

III. Pengertian Phobia Sosial

Setiap individu dalam menjalankan kehidupan sosialnya harus mampu berinteraksi dengan lingkungan sosial dan menjalin hubungan sosial dengan individu yang lain di lingkungan sosialnya, hal ini merupakan hal yang wajib dan tidak bisa dihindari oleh individu dengan berinteraksi dan menjalin hubungan sosial individu bisa bersosialisasi dan berkembang. Namun demikian jika hubungan sosial sangat mengganggu dan merasakan kecemasan yang berlebihan sehingga menghindari situasi sosial atau menghadapinya dengan perasaan tertekan, tentu hal ini tidak wajar disebut Phobia sosial

Phobia sosial adalah ketakutan yang tidak rasional terhadap pandangan negatif orang lain. Penderita merasa bahwa semua orang memandangi dan mengevaluasi dirinya sehingga mereka cenderung menghindari situasi sosial, seperti berbicara di depan publik, tampil di panggung, bekerja ketika diawasi, makan di tempat umum, dan juga berinteraksi dengan orang banyak, karena

³² Paisol Burlian, *Patologi Sosial*, (Palembang: Unsri Press, 2013) h.144

khawatir akan berbuat sesuatu yang memalukan³³. Keadaan ini menetap, berlangsung terus menerus dan dapat ditimbulkan oleh orang yang mereka kenal. Kecemasan penderita lebih kuat ditimbulkan oleh kelompok daripada individual, teman-teman sebaya daripada orang yang lebih tua, orang dengan jenis kelamin yang berbeda, dan orang yang lebih berkuasa daripada dirinya

Bentuk dasar dari phobia sosial adalah ketakutan terhadap evaluasi negatif dari orang lain, takut untuk melakukan atau mengatakan sesuatu yang memalukan atau yang membuat dirinya merasa hina, mereka merasa seribu pasang mata sedang memperhatikan mereka dengan teliti setiap gerak yang mereka lakukan. Mereka meragukan kemampuan sosial mereka sehingga mengganggu ketika berinteraksi dengan orang lain.

Penderita phobia sosial mengalami ketakutan yang berlebih ketika dihadapkan pada situasi sosial tertentu Para penderita phobia sosial menghindari berinteraksi dengan orang ramai berbicara dengan orang yang baru dikenal, ia merasa tidak nyaman dan selalu cemas ketika berinteraksi dengan orang banyak, menganggap apa yang dilakukan merupakan sebuah kesalahan,

Penderita menyadari bahwa ketakutan mereka merupakan tindakan yang tidak tepat dan tidak wajar sehingga mereka menjaganya supaya tidak diketahui atau dilihat orang lain. Jenis phobia sosial yang lebih umum ditandai dengan kecemasan pada hampir seluruh situasi sosial. Penderita phobia sosial menyeluruh biasanya merasa bahwa penampilannya tidak sesuai dengan yang diharapkan,

³³ *Ibid.*; h. 100

mereka merasa akan dihina, disepelekan atau dipermalukan didepan orang lain atau lingkungan sosialnya

Jadi phobia sosial adalah ketakutan terhadap pandangan negatif orang lain keadaan dimana seseorang mengalami kecemasan dan rasa takut sehingga menghindari situasi sosial, karena ia merasa ketika ia berada dilingkungan sosialnya ia akan disepelekan dan dipermalukan oleh orang lain disekitar lingkungan sosialnya. Ketakutan ini terus berlangsung penyebabnya biasanya karena ia pernah mengalami perilaku yang kurang baik seperti *dibully*.

IV. Ciri-ciri Phobia Sosial

Kriteria Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition (DSM-IV) untuk Phobia sosial adalah sebagai berikut (American Psychiatric Association 1994) Orang tersebut merasakan ketakutan yang nampak jelas dan menetap terhadap satu atau lebih situasi sosial dimana terdapat kumpulan orang yang belum dikenalnya atau dimana ia berkemungkinan dievaluasi oleh orang lain. Ia takut akan berbuat sesuatu atau menunjukkan gejala yang memalukan. Anak-anak menunjukkan kecemasan dalam pergaulan dengan teman sebaya, tidak hanya dengan orang dewasa.

Paparan terhadap situasi yang ditakutkan hampir selalu mengakibatkan kecemasan. Pada anak-anak dapat berupa menangis, bergeming, atau menarik diri dari situasi. Orang tersebut menyadari kalau ketakutannya berlebihan dan tidak beralasan. Pada anak-anak pemikiran ini tidak selalu ada. Menghindari situasi sosial yang ditakutkan. Bila terpaksa terpapar, akan mengalami kecemasan dan

tekanan yang sangat hebat. Penghindaran, kecemasan atau tekanan yang dialami berpengaruh secara signifikan terhadap rutinitas sehari-hari, fungsi akademis/pekerjaan, hubungan atau aktivitas sosial.

Pada penderita di bawah 18 tahun, gejala telah tampak paling sedikit selama 6 bulan. Ketakutan yang dialami tidak disebabkan oleh efek fisiologis suatu substansi (seperti: narkoba, obat-obatan) dan tidak disebabkan oleh kelainan mental lain yang lebih parah. phobia sosial digolongkan sebagai phobia sosial umum kalau ketakutan meliputi sebagian besar situasi sosial dan mempertimbangkan adanya gangguan kepribadian menghindar. Keadaan lain yang terkait meliputi perasaan tertekan, disfungsi somatis/seksual, dan kepribadian pencemas dan takut berinteraksi

Secara umum penderita phobia sosial menghindari lingkungan sosialnya selalu merasa tidak nyaman ketika melakukan interaksi sosial. Seseorang dapat dikatakan memiliki phobia sosial jika memiliki ciri sebagai berikut

- a) Memiliki ketakutan terhadap situasi sosial dimana ia menjadi merasa asing dan seakan diawasi. Penderita phobia ini takut kalau tindakannya akan memalukan.
- b) Berhadapan dengan situasi sosial yang ditakuti akan mengakibatkan kecemasan dan mudah terserang *Panic Attack*.
- c) Orang itu sadar bahwa ketakutannya berlebihan dan tidak masuk akal namun tidak mampu mengatasinya.
- d) Menghindari situasi sosial dengan kecemasan yang sangat kuat.

- e) Untuk usia 18 tahun ke bawah, hal ini berlangsung selama setidaknya 6 bulan.
- f) Ketakutan tersebut tidak disebabkan oleh efek fisiologis suatu zat (misalnya obat) atau gangguan mental lainnya.

V. Macam-macam Phobia

Ada beberapa macam-macam bentuk phobia diantaranya adalah

1. *Acrophobia* : ketakutan pada tempat yang tinggi
2. *Acousticoophobia* : takut pada suara
3. *Agoraphobia* : timbulnya rasa takut ketika berada dalam situasi keramaian atau tempat terbuka
4. *Aggllophobia*,: takut pada penyakit dan parasit
5. *Noctiphobia* : takut pada malam hari
6. *Amathphobia* : takut pada debu
7. *Amaxophobia* : takut duduk dalam kendaraan
8. *Androphobia* : takut pada orang laki-laki
9. *Antropophobia* : takut pada orang/ manusia, masyarakat
10. *Astrophobia* : takut pada guntur (petir), gejala meteorologis dilangit, angkasa, bintang dan lain-lain
11. *Autophobia* : takut pada diri sendiri, takut seorang diri
12. *Bathophobia* : takut pada kedalaman atau objek didalam tanah
13. *Chronophobia* : takut pada waktu
14. *Claustrophobia* : takut menghadapi ruangan tertutup
15. *Coitophobia* : takut bersenggama

16. *Demonophobia* : takut pada demon, setan-setan dan hantu
17. *Dipsophobia* : takut minum-minuman alkoholik
18. *Phantophobia* : takut pada segala sesuatu
19. *Elektrophobia* : takut pada aliran listrik
20. *Gynaephobia* : takut pada wanita
21. *Microphobia* : takut pada benda-benda kecil
22. *Necrophobia* : takut pada orang mati, jenazah, mayat
23. *Hematophobia* : takut melihat darah
24. *Hodophobia* : takut untuk berpergian
25. *Ideophobia* : takut pada ide-ide
26. *Hyliophobia* : takut pada sinar matahari
27. *Hidrophobia* : takut pada air
28. *Zoophobia* : takut pada binatang
29. *Xenophobia* : takut pada orang asing
30. *Vaccinophobia* :takut disuntik, takut diberi vaksin
31. *Thermophobia* : takut pada suhu panas
32. *Sitophobia* : takut makan, macam-macam makanan
33. *Thalassophobia* : takut lautan, samudra
34. *Osmhophobia* : takut pada bau tubuh orang
35. *Pyrophobia* : takut pada api

Orang yang mengalami salah satu phobia diatas akan menghindari keadaan yang menyebabkan ia mengalami gangguan ketakutan yang luar biasa ketika ia

berada didalam kondisi yang membuat ia tertekan, ketakutan ini tidak beralasan dan tidak rasional

VI. Terapi Untuk Penderita Phobia

Banyak penderita phobia dan keluarga atau teman mereka yang bermaksud baik bahkan menjadikan keadaan lebih buruk dengan mempunyai satu atau lebih anggapan yang sangat salah mengenai hakikat phobia dan cara-cara terbaik untuk melenyapkan ketakutan itu, ada beberapa terapi yang bisa digunakan untuk menghilangkan phobia, Terapi bertujuan untuk membantu penderita phobia mengatasi phobia yang dideritanya. ada beberapa terapi yang bisa digunakan untuk mengatasi phobia, yaitu:

A. Psikoanalisa

Tujuan terapi psikoanalisa adalah mengembalikan fungsi ego agar dapat lebih kuat atau membuat hal-hal yang tidak disadari oleh kleni menjadi hal yang disadari sepenuhnya, berusaha semaksimal mungkin agar penderita phobia dapat mencapai kesadaran diri, bertindak jujur, mampu menangani kecemasan secara realistis dan bisa mengendalikan tingkah lakunya yang tidak rasional, teknik terapi psikoanalisa sebagai berikut

1) Asosiasi bebas

Teknik utama terapi psikoanalisa adalah asosiasi bebas, suatu pemanggilan kembali pengalaman-pengalaman masa lampau, yang berkaitan dengan dengan situasi traumatik di masa lampau, melalui asosiasi bebas ini dapat memanggil pengalaman masa lalu dan bisa

melepaskan emosi yang berkaitan dengan situasi traumatis, Dalam proses terapi ini pertama kali yang dilakukan adalah meminta klien untuk rileks atau duduk di kursi, klien diminta untuk mengosongkan pikirannya dari kegiatan sehari-hari³⁴. Kemudian klien untuk mengungkapkan apa saja yang lewat dibenaknya pada saat itu juga. Apapun yang direspon dalam pikirannya itu harus dikatakan, walaupun yang dikatakannya menyakitkan tidak, logis remeh dan sebagainya, dapat dipahami dalam teknik ini klien diminta untuk jujur mengungkapkan apa yang sedang terjadi didalam dirinya, dari ungkapan permasalahan ini dapat diketahui masalah yang menekan didalam diri klien

- 2) Analisis mimpi adalah prosedur yang penting untuk menyingkap bahan yang tak disadari dan memberikan kepada klien pemahaman atas beberapa area masalah yang tidak terselesaikan, selama tidur pertahanan melemah, dan perasaan yang direpresi muncul ke permukaan. freud memandang bahwa mimpi sebagai jalan istimewa menuju ketidak sadaran. Sebab melalui mimpi-mimpi itu hasrat-hasrat, kebutuhan-kebutuhan dan ketakutan yang tidak disadari akan muncul.³⁵

Teknik ini dilaksanakan dengan cara membuat klien tidur dan bermimpi. Teknik ini merupakan suatu prosedur yang penting untuk menyingkapi hal-hal yang berada di alam bawah sadar klien. Selama proses tidur,

³⁴ Boy soedarmadji , *op.cit*; h,.114

³⁵ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama) h, 44

pertahanan diri klien mulai lemah dan perasaan-perasaan yang telah lama ditekan akan dapat muncul dengan sendirinya, hal ini dikarenakan mimpi merupakan refleksi konflik dan tekanan dalam kepribadian manusia

- 3) penafsiran adalah suatu prosedur dalam menganalisis asosiasi bebas, mimpi-mimpi, terdiri atas tindakan-tindakan analisis yang menyatangkan dan menerangkan, bahkan mengajari klien makna-makna tingkah laku yang dimanifestasikan oleh mimpi-mimpi dan asosiasi bebas, upaya penafsiran ini bertujuan untuk menyingkap hal-hal yang tidak disadari oleh klien, hanya saja penafsiran ini harus tepat waktu, karena dikhawatirkan klien akan menolak apa yang telah ditafsirkan tentang dirinya

B. pendekatan Bimbingan Konseling Islam

Lazimnya bimbingan konseling islam memiliki metode dan teknik masing-masing metode bimbingan konseling islam ini berdasarkan segi komunikasi tersebut. Pengelompokannya menjadi, metode komunikasi langsung, dan metode komunikasi tidak langsung, pendekatan metode bimbingan konseling islam dapat diartikan sebagai cara untuk mendekati masalah yang dihadapi oleh klien sehingga diperoleh hasil yang memuaskan.

1. pendekatan Langsung

adalah metode komunikasi langsung dimana pembimbing atau konselor melakukan komunikasi langsung (Bertatap Muka) dengan orang yang dibimbingnya, metode ini dapat dirinci lagi menjadi:

a. metode individual (pendekatan Individual)

pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya, hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik:

- 1) percakapan pribadi, yakni pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang dibimbing;
- 2) kunjungan ke rumah (*Home Visit*), yakni pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya tetapi dilaksanakan di rumah kliennya tetapi dilaksanakan di rumah klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah klien dan lingkungannya;
- 3) kunjungan dan observasi kerja, yakni pembimbing melakukan percakapan individu sekaligus mengamati klien dan lingkungannya;

b. Metode kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi dengan langsung dengan klien dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan teknik-teknik yaitu:

- 1) Diskusi kelompok, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan kelompok klien yang mengalami masalah yang sama;
 - 2) Karyawisata, yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karyawisata sebagai forumnya;
 - 3) Sosiodrama, yakni bimbingan konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan dan mencegah timbulnya masalah (psikologis);
 - 4) Psikodrama, yakni bimbingan yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan dan mencegah timbulnya masalah;
 - 5) *Group teaching*, yakni pemberian bimbingan konseling dengan memberikan materi ceramah kepada kelompok yang telah disiapkan
2. Metode tidak langsung

Metode tidak langsung adalah metoded bimbingan konseling yang dilakukan melalui media komunikasi masa. Hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok massal.

- a. Metode individual melalui surat menyurat, telpon dan sosial media;
- b. Metode dan kelompok massal melalui papan bimbingan, surta kabar, majalah, brosur radio (media audio) dan televisi³⁶

³⁶ Aunur Rahman Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam islam*, (Jogjakarta: UII Press, 2011), h.55

Metode dan teknik yang digunakan dalam melaksanakan bimbingan konseling, tergantung pada:

- 1) Masalah atau problem yang sedang dihadapi klien;
- 2) Tujuan penggarapan masalah;
- 3) Keadaan klien yang dibimbing;
- 4) Kemampuan pembimbing atau konselor menggunakan metode dan teknik bimbingan konseling;
- 5) Sarana prasana yang tersedia;
- 6) Organisasi dan layanan administrasi layanan bimbingan dan konseling.

BAB III

DESKRIPSI WILAYAH PENELITIAN

A. Sejarah Berdirinya UIN Raden Fatah Palembang

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Raden Fatah Palembang diresmikan pada tanggal 13 november 1964 di Gedung Dewan Perwakilan Rakyat Propinsi Sumatera Selatan, berdasarkan surat keputusan Menteri Agama Nomor 7 tahun 1964 tanggal 22 oktober 1964.

Berdirinya IAIN Raden Fatah juga erat kaitannya dengan keberadaan lembaga-lembaga pendidikan tinggi agama islam yang ada di Sumatera Selatan dengan IAIN Sunan Kalijaga di Yogyakarta dan IAIN Syarif Hidayatullah di Jakarta. Cikal bakal IAIN awalnya digagas oleh tiga orang ulama, yaitu: K.H.A. Rasyid Sidik, K.H. Husin Abdul Mu'in dan K.H. Siddik Adim pada saat berlangsung muktamar Ulama se Indonesia di Palembang tahun 1957.

Gagasan tersebut mendapat sambutan luas baik dari pemerintah maupun peserta muktamar. Pada hari terakhir muktamar, tanggal 11 september 1957 dilakukan peresmian pendirian Fakultas Hukum Islam dan Pengetahuan Masyarakat yang diketuai oleh K.H.A. Gani Sindang Muchtar Effendi sebagai sekretaris. Setahun kemudian dibentuk Yayasan Perguruan Tinggi Islam Sumatera Selatan (Akte Notaris No. 49 tanggal 16 juli 1958) yang pengurusnya terdiri dari pejabat pemerintah, ulama dan tokoh-tokoh masyarakat.

Pada tahun 1975 s.d tahun 1995 IAIN Raden Fatah memiliki 5 Fakultas, tiga fakultas di Palembang, yaitu fakultas Syariah, fakultas Tarbiyah dan fakultas Ushuludin. Dan dua fakultas lagi ada di Bengkulu, yaitu fakultas Ushuludin di

Curup dan fakultas Syariah di Bengkulu. Sejalan dengan kebijakan pemerintah dalam upaya pengembangan kelembagaan perguruan tinggi agama islam, maka pada tanggal 30 juni 1997 yang masing-masing kedua fakultas ditingkatkan statusnya menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN), yaitu STAIN Curup dan STAIN Bengkulu.

Dalam perkembangan berikutnya IAIN Raden Fatah membuka dua fakultas baru, yaitu Fakultas Adab dan Fakultas Dakwah. Berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama R.I Nomor 103 tahun 1998 tanggal 27 februari 1998. Cikal bakal fakultas Adab dimulai dari pembukaan dan penerimaan mahasiswa Pogram Studi (Prodi) Bahasa dan Sastra Arab dan Sejarah Kebudayaan Islam pada tahun Akademik 1995/1996.

Pada tahun 2015 IAIN resmi berganti nama menjadi UIN Raden Fatah Palembang dan memiliki enam fakultas dengan bertambahnya satu fakultas yaitu Ekonomi dan Bisnis Islam dengan membuka Jurusan / Program Studi yang ada diantaranya Ekonomi Islam (EKI) dan D3 perbankan Syariah (DPS).

B. Sejarah Berdirinya Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Keberadaan Fakultas Dakwah tidak terlepas dari Fakultas Ushuludin IAIN Raden Fatah Palembang, dimana sejak tahun 1976 Fakultas Ushuludin telah mengembangkan jurusan yang sebelumnya hanya ada satu jurusan saja yaitu Perbandingan Agama, ditambah satu jurusan yaitu Dakwah.³⁷

Seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, maka diperlukan adanya pengembangan Fakultas dilingkungan IAIN Raden Fatah

³⁷ J. Suyuthi Pulungan Dkk, *Buku Pedoman Akademik Institut agama islam Negeri Raden Fatah*,(Palembang: IAIN Raden Fatah Press, 2001), Ed Revisi Tahun 2008 h. 193

Palembang, sehubungan dengan hal tersebut menjelang tahun Akademik 1995/1996 Fakultas Ushuludin jurusan Dakwah membentuk program studi Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) dan Bimbingan Islam (BPI).

Sebagai langkah awal untuk pendirian Fakultas Dakwah, maka dilaksanakanlah rapat senat Fakultas Ushuludin pada tanggal 13 Februari 1995. Dari hasil rapat tersebut ditetapkan tim persiapan pendirian Fakultas Dakwah dengan SK Dekan Nomor : In/4/111.2/Pp.07.660/1995 tanggal 16 februari 1995 dengan personil sebagai berikut:

- | | |
|------------|---------------------------------|
| Ketua | : Drs. Komarudin Sahar |
| Sekretaris | : Drs. Taufik Akhyar |
| Anggota | : 1. Drs. H. M. Yamin Maris |
| | 1. Drs. H. Abdullah Yahya |
| | 2. Drs. Thohlon Abdul Rauf |
| | 3. Drs. H. Saifullah Rasyid, MA |
| | 4. Drs. Turmudzi DS |

Selanjutnya pada tanggal 10 agustus 1995 Fakultas Ushuludin IAIN Raden Fatah Palembang kembali mengadakan sidang senat dengan hasil keputusan bahwa: pada tahun Akademik 1995/1996 mahasiswa yang akan mendaftar Jurusan Dakwah adalah sebagai mahasiswa program studi KPI dan BPI. Mahasiswa inilah yang merupakan cikal bakal mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Raden Fatah Palembang.

Upaya usaha untuk mendirikan Fakultas Dakwah selanjutnya yaitu dengan membentuk pengolah program sebagai berikut:

Ketua pengolah	: Drs. Komarudin Sahar
Sekretaris	: Drs. H. M. Kamil Kamal
Anggota	: 1. Drs. H. Thohlon Abdul Rauf 2. Drs. Basyaruddin Hamdan 3. Drs. Asmawi

Sebagai usaha untuk mempercayai proses pendirian Fakultas Dakwah dan Adab dilingkungan IAIN Raden Fatah Palembang, dibentuklah tim gabungan pendirian Fakultas Dakwah dan Adab, dengan SK Rektor Nomor: XXXIII Tahun 1995. Personilnya sebagai berikut:

Ketua	: Drs. H. M. Yamin Maris
Sekretaris	: Drs. H. Saifullah Rasyid, MA
Anggota	: 1. Drs. H. Ali Ahmad Zen 2. Drs. Komarudin Sahar 3. Dr. J. Suyuti Pulungan, MA

Dalam pertemuan ini gabungan tersebut dengan Rektor IAIN Raden Fatah Drs. H. Moh. Said, MA disepakati bahwa kedua Fakultas yang akan didirikan itu

hendaklah mempersiapkan mahasiswa-mahasiswanya dan menyusun proposal untuk dikirim ke Menteri Agama RI guna merealisasikannya.

Langkah berikutnya tim menyebarkan angket ke pesantren-pesantren serta MAN/MAS yang ada diwilayah Sumatera Selatan. Disamping itu, dilakukan juga studi banding ke IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, IAIN Sunan Gunung Jati Bandung serta IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta pada tanggal 1-9 desember. Dari Fakultas Dakwah diwakili oleh Dr. Komarudin Sahar dan Drs. H. M. Kamil Kamal kesemuanya dilakukan dalam rangka studi kelayakan berdirinya Fakultas Dakwah.

Berdasarkan hasil angket dan studi banding yang telah dilaksanakan tersebut, maka dibuatlah proposal dan kemudian diajukan kepada Menteri Agama RI. Disamping itu, Rektor IAIN Raden Fatah telah mengeluarkan SK No.b/II-i/up/212/1997 tanggal 14 september 1997 tentang struktur badan pengolahan persiapan Fakultas Dakwah IAIN Raden Fatah Palembang, yakni sebagai berikut:

Ketua : Dr. Aflatun Muchtar, MA

Wakil ketua : Drs. Komarudin Sahar

Wakil ketua : Drs. H. M. Kamil Kamal

Anggota : Mirwan Fasta, S.Ag

Ahmad Darmawan

Pada tahun akademik 1997/1998 badan pengolah persiapan Fakultas dakwah mulai mempersiapkan jadwal kuliah. Disamping itu, dosen-dosen fakultas Ushuludin mengadakan konsolidasi dengan para mahasiswa Fakultas Ushuludin Jurusan Dakwah angkatan 1995/1996 dan 1996/1997 dengan membagi dua jurusan yaitu Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) dan Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI).

Pada tanggal 27 februari 1998 dengan SK Menteri Agama RI No. 103 tahun 1998 berdirilah Fakultas Dakwah di IAIN Raden Fatah pada tanggal 13 juli 1998.

Berdasarkan SK Rektor Nomor :IN/4/1.2/KP.07.6/140/1998 tanggal 14 mei 1998. Ditetapkan pelaksana harian tugas dekan Fakultas Dakwah IAIN Raden Fatah dan pembantu-pembantunya yaitu:

Dekan Fakultas Dakwah : Dr. Aflatun Muchtar, MA

Pembantu Dekan I : Drs. H. M. Kamil Kamal

Pembantu Dekan II : Dra. Dalinur M. Nur

Pembantu III : Drs. Komarudin Sahar

Sedangkan pengangkatan staf jurusan ditetapkan dengan SK Rektor Nomor: In/4/1.2/Kp.07.6/145/1998 sebagai berikut:

Ketua jurusan KPI : Dr. M. Amin S

Sekretaris jurusan KPI : Dra. Hamidah, M. Ag

Ketua Jurusan BPI : Drs.M. Musrin HM

Sekretaris Jurusan BPI : Dra. Eni Murdiati

Akan tetapi, jabatan struktural tersebut tidak berlangsung lama karena Dr. Aflatun Muchtar, MA sebagai Dekan Fakultas Dakwah terpilih sebagai Pembantu Rektor bidang kemahasiswaan. Oleh karena itu, sebagai pelaksana tugas harian Dekan ditunjuklah DRS. Kamil Kamal.

Dengan keluarnya SK Menteri Agama RI tentang Dekan dan Pembantu Dekan Fakultas Dakwah, maka secara definitifve terhitung mulai tanggal 4 oktober 2000, kepemimpinan Fakultas Dakwah sebagai berikut:

Dekan Dakwah : Drs. H. M. Kamil Kamal

Pembantu Dekan I : Drs. M. Amin S

Pembantu Dekan II : Dra. Dalinur M. Nur

Pembantu Dekan III : Drs. Komaruddin Sahar

Karena Drs. M. Amin S yang menjabat PD I Fakultas Dakwah dan Dra. Hamidah M.Ag mengikuti program S3 di IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, maka posisi kajur dan sekjur KPI tidak ada yang terisi. Untuk mengatasi hal ini, Drs. M. Amin S merangkap jabatan, sebagai PD I dan Kajur KPI dan untuk sekjur dipilhlah Dra. Choiriyah. Berikutnya setelah Dra. Hamidah, M. Ag kembali, maka ia diusulkan untuk menjadi kajur KPI menggantikan posisi Drs. M. Amin S

Fakultas merupakan tempat pemahaman teknis Dakwah. Melalui kelompok pengajaran ini, mahasiswa diharapkan memahami dan mampu mengaplikasikan metode-metode berdakwah dengan baik. Awalnya fakultas Dakwah mempunyai dua jurusan yaitu Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) dan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI).

Namun seiring berjalannya waktu dan semakin banyak peminatnya fakultas ini berubah menjadi fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Pada tanggal 9 maret 2010, pihak fakultas mengajukan surat dengan nomor In. 03/1.1/Kp.07.6/300/2010 dengan tujuan meminta fakultas Dakwah berubah sebutan menjadi fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Tanggal 31 desember 2010 pihak institut mengeluarkan Surat Keputusan dengan nomor in.03/v/Kp.01.2/108/2010. Fakultas Dakwah berubah sebutan menjadi Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Namun, surat keputusan ini berlaku mulai terhitung dari tanggal 1 januari 2011. Dengan ketentuan bahwa apabila dikemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini akan diadakan pembetulan sebagaimana mestinya.

Fakultas Dakwah dan Komunikasi awalnya hanya mempunyai 2 jurusan yaitu Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) dan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI). Namun, pada tahun 2010 fakultas ini sesuai dengan perkembangannya, menambah dua jurusan yaitu Sistem Informasi (SI) dan Jurnalistik. Dan pada tahun 2015 fakultas ini menambah satu jurusan lagi yaitu Ilmu Komunikasi.

Kemudian, pada tahun 2016 fakultas inipun menambah dua jurusan baru lagi yaitu Manajemen Dakwah (MD) dan Pengembangan Masyarakat Islam (PMI).

C. Visi Misi dan Tujuan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Visi Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Menjadi pusat pengembangan dan penyebaran (Dakwah) Islam melalui sumber daya manusia yang berintegrasi tinggi sesuai bidangnya, berwawasan global, berkarakter islami dan berakhlak mulia.

Misi Fakultas Dakwah dan Komunikasi

1. Mengembangkan kompetensi mahasiswa dalam bidang Komunikasi Penyiaran Islam, Bimbingan Konseling Islam, Jurnalistik dan Sistem Informasi.
2. Mengintegrasikan ilmu-ilmu keislaman dan ilmu-ilmu sosial dan sains sehingga dapat dikemas dalam bingkai komunikasi yang efektif, bimbingan konseling islami, jurnalistik prophetik dan sistem informasi yang komprehensif.
3. Meningkatkan *capacity building* tenaga pendidik dan tenaga kependidikan serta memaksimalkan sumber belajar.
4. Meningkatkan fungsi dan peran media dalam penyebarluasan nilai-nilai keislaman, baik media cetak, penyiaran, informasi elektronik melalui web maupun konseling langsung kepada sasaran.

Tujuan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Menghasilkan sarjana yang memiliki wawasan keislaman komprehensif maupun mengembangkan diri dalam mendakwahkan Islam sesuai dengan bidang-bidangnya, komunikasi, bimbingan dan konseling, jurnalistik dan sistem informasi. Serta memiliki jaringan yang luas, terbuka dan responsive terhadap perubahan sosial dan senantiasa berakhlak mulia.

D. Jurusan / Program Studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi

I. Visi dan Misi Prodi Komunikasi Penyiaran Islam

Visi Komunikasi Penyiaran Islam

Menjadi jurusan Komunikasi Penyiaran Islam tahun 2018 sebagai pusat pengembangan dan penyebaran (Dakwah) islam melalui sumber daya manusia yang berintegrasi tinggi sesuai bidang, berwawasan global, berkarakter islami dan berakhlak mulia.

Misi Komunikasi Penyiaran Islam

- a) Mengembangkan kompetensi mahasiswa dalam bidang komunikasi penyiaran islam, sebagai juru dakwah maupun meningkatkan fungsi dan peran media dalam penyebarluasan nilai-nilai keislaman.
- b) Mengintegrasikan ilmu-ilmu keislaman dengan ilmu-ilmu sosial dan sains sehingga dapat dikemas dalam bingkai komunikasi yang efektif, dengan melakukan riset dan pengembangan tentang Komunikasi Penyiaran Islam (KPI).
- c) Meningkatkan *capacity building* tenaga pendidik dan tenaga kependidikan serta memaksimalkan sumber belajar dan untuk

memenuhi kebutuhan masyarakat dan berbagai lembaga pemerintah maupun swasta.

II. Visi Misi Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam

Visi Bimbingan Penyuluhan Islam

Menjadi program studi Bimbingan dan Konseling Islam tahun 2018 profesional dalam pengembangan keahlian dibidang Bimbingan Konseling, Penyuluhan dan Psikoterapi Islam untuk membangun nilai-nilai individu, keluarga, institusional dan sosial sesuai dengan misi utama dakwah islam.

Misi Bimbingan Penyuluhan Islam

- a) Melakukan studi tentang bimbingan konseling, penyuluhan dan psikoterapi islam baik sebagai ilmu maupun sebagai gejala aktifitas manusia untuk merumuskan konsep-konsep baru dibidang ke-BKI-an.
- b) Melakukan riset dan pengembangan tentang bimbingan konseling, penyuluhan dan psikoterapi islam untuk menemukan relevansi dan nilai guna dimasyarakat. Menyiapkan tenaga professional dalam bidang bimbingan konseling, penyuluhan dan psikoterapi islam untuk memenuhi kebutuhan masyarakat dan berbagai lembaga pemerintah maupun swasta

III. Visi Misi Prodi Jurnalistik

Visi Jurnalistik

Menjadi tempat mencetak anak bangsa yang agamis dan bertanggung jawab atas pengembangan masyarakat berdasarkan potensi dan pengetahuan akademik serta terampil (professional) dibidang jurnalistik 2015

Misi Jurnalistik

- a) Melaksanakan dan mengembangkan pendidikan dan pengajaran ilmu jurnalistik terutama radio, film, televisi, dan surat kabar.
- b) Melakukan penelitian dalam media massa yang didasarkan dengan nilai-nilai resmi.
- c) Melakukan pengabdian kepada masyarakat terutama dalam profesi jurnalistik baik elektronik maupun media cetak

IV. Visi dan Misi Prodi Sistem Informasi

Visi Sistem Informasi

Menghasilkan lulusan yang unggul dan berkelanjutan di Bidang Teknologi Informasi, khususnya Sistem Informasi pada tahun 2015 yang berstandar nasional berkarakter islami dan beakhlak mulia.

Misi Sistem Informasi

- a) Melaksanakan dan mengembangkan pendidikan dan pengajaran ilmu sistem informasi.

- b) Melakukan penelitian dalam media yang didasarkan dengan nilai-nilai islam.

Melakukan pengabdian kepada masyarakat terutama dalam profesi TIK dengan menggunakan media yang berbasis teknologi.

E. Keadaan Sarana dan Prasarana Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang bila ditinjau dari perkembangan fisik cukup maju, berkat adanya perhatian dari menunjang pelaksanaan kerja. Perkembangan ini dapat dilihat dari segi gedung yang permanen, ruang Dekan, ruang Pembantu Dekan, ruang Kajur, ruang TU, ruang Kantor, ruang Dosen, ruang Seminar.

Dalam suatu lembaga perguruan tinggi fakultas Dakwah dan Komunikasi, sarana dan prasarana mutlak harus ditingkatkan demi tercapainya tujuan organisasi. Untuk lebih jelasnya keadaan sarana dan prasarana fakultas dakwah dan komunikasi dapat dilihat dari tabel berikut ini:

TABEL 3.1

Keadaan sarana dan prasarana fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang

No	Jenis sarana prasarana	Jumlah	keterangan
1	Ruang Dekan	1	Baik
2	Ruang Wakil Dekan	3	Baik
3	Ruang Tamu	1	Baik

4	Ruang Kajar	4	Baik
5	Ruang TU	1	Baik
6	Ruang Kantor	1	Baik
7	Musholah	1	Baik
8	Ruang Seminar	1	Baik
9	Ruang Laboratorium SI	2	Baik
10	Perpustakaan	1	Baik
11	Ruang BEM	1	Baik
12	Ruang Kuliah	17	Baik
13	Ruang Radio	1	Baik
14	Penerangan Listrik	-	Listrik/PLN
15	Air bersih	-	PDAM
16	WC	12	Baik
17	Ruang Multimedia dan AC	1	Baik
18	Absensi Pegawai	1	Baik
19	Computer	-	-

Sumber: BAK fakultas Dakwah

Berdasarkan tabel diatas dapat dipahami bahwa sarana dan prasarana fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang, dapat dikategorikan baik dan lengkap. Keadaan sarana dan prasarana demikian sangat mendukung unutm mencapai tujuan organisasi, walaupun sarana dan prasarana tersebut mutlak selalu ditingkatkan kualitasnya dan kuantitasnya sehingga dapat sejalan dan sesuai dengan perkembangan zaman.

F. Keadaan Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pada tahun Akademik 1997/1998 badan pengelola persiapan fakultas Dakwah dan Komunikasi mulai mempersiapkan jadwal kuliah. Disamping itu, dosen-dosen fakultas Ushuludin jurusan Dakwah angkatan 1995/1996 dan 1997/1998 dengan membagi dua jurusan yaitu Komunikasi Penyiaran Islam (KPI) dan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI). Berdasarkan SK Rektor Nomor: IN/4/1.2/kp.07.6/140/1998 tanggal 14 mei 1998.

Sedangkan pengangkatan staf jurusan ditetapkan dengan SK Rektor Nomor: IN/4/1.2/kp.07.6/145/1992 sebagai berikut:

Katua jurusan KPI	: Drs. M. Amin S
Sekretaris jurusan KPI	: Dra. Hamidah, M.Ag
Ketua Jurusan BPI	: Drs. M. Musrin HM
Sekretaris jurusan BPI	: Dra. Eni Murdiati

Karena Dr. Aflatun Muchtar, MA yang menjabat sebagai Dekan Fakultas Dakwah UIN Raden Fatah terpilih sebagai Pembangtu Rektor I UIN Raden Fatah bidang kemahasiswaan. Sehingga pelaksanaan tugas harian Dekan ditunjuklah Drs. H. Kamil Kmal

Dengan keluarnya SK Menteri Agama RI tentang Dekan dan Pembantu Dekan Fakultas Dakwah, maka secara definitifve terhitung mulai tanggal 4 oktober 2000, kepemimpinan Fakultas Dakwah sebagai berikut:

Dekan Dakwah	: Drs. H. M. Kamil Kamal
--------------	--------------------------

Pembantu Dekan I : Drs. M. Amin S

Pembantu Dekan II : Dra. Dalinur M. Nur

Pembantu Dekan III : Drs. Komaruddin Sahar

Karena Drs. M. Amin S yang menjabat PD I Fakultas Dakwah dan Dra. Hamidah M.Ag mengikuti program S3 di IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, maka posisi kajur dan sekjur KPI tidak ada yang terisi. Untuk mengatasi hal ini, Drs. M. Amin S merangkap jabatan, sebagai PD I dan Kajur KPI dan untuk sekjur dipilhlah Dra. Choiriyah. Berikutnya setelah Dra. Hamidah, M. Ag kembali, maka ia diusulkan untuk menjadi kajur KPI menggantikan posisi Drs. M. Amin.

Dengan selesainya masa tugas Drs. H.M Kamil Kamal sebagai Dekan fakultas Dakwah, maka berdasarkan SK Rektor terhitung mulai tanggal 26 agustus 2004 sampai sekarang jabatan Dekan dijabat oleh

Adapun susunan kepemimpinan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tahun 2016 sebagai berikut:

Dekan Fakultas Dakwah : Dr. Kusnadi, M.A

Wakil Dekan I : Dr. Abdul Rozak, M.A

Wakil Dekan II : Drs. Hj. Dalinur M. Nur, MM

Wakil Dekan III : Manalullaili, M. Ed

Kajur KPI : Anita Trisiah M.Sc

Kajur BPI	: Neni Noviza M.Pd
Kajur Jurnalistik	: Suamina duku, M.Si
Kajur SI	: Ruliansyah, M.kom
Kajur PMI	: Muhammad Aji Isnaini, M.A
Kajur Manajemen Dakwah	: Chandra Darmawan, M. Hum

G. Keadaan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang

Berikut adalah tabel jumlah mahasiswa di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dari tahun 2008 sampai dengan tahun 2015.

TABEL 2
Keadaan Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Bimbingan penyuluhan Islam (BPI)	Komunikasi Penyuluhan Islam (KPI)	Jurnalistik	Sistem Informasi	IlmuKomunikasi
Tahun 2008 31 orang	Tahun 2008 23 orang	-	-	-
Tahun 2009 29 orang	Tahun 2009 16 orang	-	-	-
Tahun 2010 33 orang	Tahun 2010 44 orang	Tahun 2010 15 orang	Tahun 2010 89 orang	-

Tahun 2011 45 orang	Tahun 2011 21 orang	Tahun 2011 23 orang	Tahun 2011 139 orang	-
Tahun 2012 39 orang	Tahun 2012 78 orang	Tahun 2012 94 orang	Tahun 2012 191 orang	-
Tahun 2013 46 orang	Tahun 2013 54 orang	Tahun 2013 71 orang	Tahun 2013 234orang	-
Tahun 2014 62 orang	Tahun 2014 81 orang	Tahun 2014 122 orang	Tahun 2014 180 orang	-

Sumber : BAK Fakultas Dakwah

Jadi jumlah mahasiswa yang aktif terhitung dari tahun 2008 sampai dengan 2014 adalah 1.760 orang mahasiswa.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

I. Identitas Klien

Klien H dilahirkan di tanjung sakti kecamatan Pumi Kabupaten Lahat pada tanggal 08 Desember 1998, anak ke 2 dari 3 bersaudara, masa kecilnya dihabiskan di desa tanjung sakti kecamatan pumi kabupaten lahat, kemudian pada tahun 2014 pindah ke kota Palembang untuk melanjutkan kuliah di jurusan sistem informasi, fakultas Dakwah & Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang,

Riwayat pendidikan klien H SDN Tanjung sakti Kecamatan Pumi lulus pada tahun 2008, kemudian melanjutkan sekolah menengah pertama di SMPN 01 Tanjung sakti lulus pada tahun 2011, lalu melanjutkan ke sekolah menengah atas di SMA 01 Tanjung Sakti lulus pada tahun 2014, kemudian pindah ke kota Palembang pada tahun 2014 untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi, pada fakultas Dakwah & Komunikasi Jurusan Sistem Informasi UIN Raden Fatah Palembang.

Klien H adalah anak kedua dari tiga bersaudara, kakak yang pertama sudah menikah dan tinggal bersama Klien H di Palembang, sedangkan adik klien H tinggal di Lahat bersama kedua orang tua, dan masih kelas 2 sama, ayah klien H bekerja sebagai pegawai negeri sipil di staf pemerintahan kecamatan, sedangkan ibu beliau bekerja sebagai guru,

klien H memiliki hobi membaca brain of skill toys makanan pavorit klien H adalah bakso bakar dan puding minuman pavorit klien H adalah jus alpukat, berat badan klien H 55 kg tinggi badan 165 kulit sawo matang

B. Penyajian Data

I. Transkrip Wawancara Klien H

Peneliti :Selamat pagi deg?

Klien H :Selamat pagi kak

Peneliti :Bagaiman proses kuliahnya lancar ?

Klien H :Alhamdulillah lancar kak?

Peneliti :Sehatkan , apa masih ada kendala ?

Klien H :Alhamdulillah kak, walaupun masih ada kendal tapi harus tetap dijalani (sambil tersenyum)

Peneliti : Oke siap harus iu harus selalu semangat dan harus menjalani hari-hari dengan semangat Bagaimana masih sering menulis diblog kakak lihat aktif sekali buat vidio di instagram (peneliti memperhatikan instagram dan sosial media Klien H sebagai salah satu cara mengobservasi klien H)

Klien H :Masihkah kalau lagi pengen aktifnya, ya aktif untuk nulis dan buat vidio di instagram tapi kalau lagi malas dan kuota habis tidak bisa lagi aktif disosial media (sambil tersenyum)

Peneliti :Ya kuota inilah yang menjadi masalah mahasiswa ini untuk katip di sosial media H ini asalnya dari mana ?

Klien H :Asal saya dari daerah Lahat kak dari daerah Tanjung Pumi desa Tanjung Sakti

Peneliti :Dari Lahat ya , lumayan jauh Lahat dari Palembang sekitar 7 jam perjalanan

Klien H :Ya kak lumayan jauh, soalnya daerah saya perbatasan antara kabupaten Lahat dengan Kota Pagar Alam

Peneliti : Oh bukan di Kota Lahatnya, tapi jauh lagi daerahnya berbatasan dengan Kota Pagar Alam.

Klien H : Iya kak

Peneliti: : Sejak kapan mengalami kecemasan dan ketakutan kita melakukan interaksi sosial ?

Klien H :Sejak SMP kak, ketika SD masih biasa saja ceria seperti kawan yang lain, masih sering main keluar rumah (ekspresi Wajah Sedih)

Peneliti :Jadi mengalami kecemasan dan ketakutannya sejak SMP

Klien H : Ya kak sejak SMP kelas 1 semester 2,

Peneliti :Kalau boleh tau apa penyebabnya timbul rasa takut tersebut?

Klien H :Sewaktu smp itu lebih banyak diam di rumah dan jarang sekali keluar rumah, nah sewaktu keluar rumah kawan ini mengejek (*membully*), dengan sebutan anak rumahan jarang keluar rumah , diam di rumah saja, sehingga timbullah rasa bersalah didalam diri saya kak (sambil menundukan kepala)

Peneliti :Lalu sejak itu ?

Klien H : sejak itu Takut , ketika berinteraksi lagi akan di bully dan diejek lagi, setiap ingin berinteraksi selalu merasakan hal seperti itu . padahal saya tahu bahwa sebenarnya ketakutan itu tidak seperti yang diperkirakan di dalam pikiran tapi dalam hati tidak bisa untuk melwannya, sulit kak

peneliti :Oh jadi penyebab nya karena mengalami perlakuan yang kurang baik dari lingkungan, dan menimbulkan rasa trauma di dalam diri H, selain takut untuk berinteraksi apa yang H rasakan?

Klien H :selain itu jika ada orang yang baru dikenal menghampiri secara tiba-tiba selalu merasa takut dan selalu merasa bahwa orang baru tersebut akan memberikan ancaman

Peneliti : bisa di contohkan seperti apa ?

Klien H : Misalnya kak ketika say ingin mudik memilih waktu malam, salam di bis atau travel, memilih untuk tidur, karena takut untuk

berinteraksi dan bertemu orang baru, walaupun bis dan travel tersebut berhenti.

Peneliti : oh seperti itu, Jadi sejak smp mengalami ketakutan dan kecemasan sampai sekarang kuliah masih mengalami ketakutan dan kecemasan tersebut

Klien H : Iya kak ,

Peneliti : apakah Orang tua tau H mengalami takut dan cemas ketika berada di lingkungan sosial ?

Klien H : Tahu kak, itulah salah satu penyebabnya juga dulu waktu kecil orang tua sering bertengkar di rumah, setiap bertengkar ini , saya yang menyaksikan timbul rasa takut juga dan cemas juga, akhirnya rasa takut tumbuh dan berkembang juga

Peneliti : Kalau boleh tau pekerjaan orang tua H ini apa ?

Klien H : Ibu itu guru sd di dusun saya kak sednagakan, ayah pegawai di kecamatan

Peneliti : H ini anak berapa jadi ?

Klien H : Anak ke 2, ayuk kakak yang pertama sudah menikah dan tinggal di Palembang, sedangkan adik masih sma sekolah di dusun

Peneliti : Kondisi apa saja yang bisa menyebabkan klien H timbulnya phobia sosial?

- Klien H : Misalnya kak jika ada orang dikenal datang untuk menghampiri, disitu sering takut cemas, badan panas dingin , tidak mau memulai pembicaraan terlebih dahulu dan butuh penyesuaian
- Peneliti : Bagaimana dulu awal ketika pertam kuliah ?
- Klien H : Awal pertama kuliah itu butuh penyesuaian dulukan karena dapat lingkungan yang baru, ya memberanikan diri awal pertama kuliah dulu, dengan teman sekelas mulai membangun komunikasi walaupun ditengah keterbatasan, tapi ingin membantu teman sekeles untuk mepersiapkan awal prose kuliah , membantu ketua kelas, sebagai seorang pemimpin, Karena tahu pemipin itu berat
- Peneliti :Awal kuliah berapa lama waktu menyesuaikan diri dengan lingkungan teman sekelas ?
- Klien H : Tidak sampai 1 bulan
- Peneiti : Bagaimana interaksi dengan teman dikelas ?
- Klien H : Alhamdulilah teman dikelas baik-baik semua awalnya memang mereka merasa aneh, tapi lama kelamaan bisa memaklumi dan tahu tentang diri saya, yang susah untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial
- Peneliti : Ya alhamdulilah kakak lihat juga teman sekelas H ini meberikan suport terhadap H , tidak menjauhi H tapi membantu untuk

berubah juga, lalu selama proses kuliah apakah ada masalah yang ditimbulkan oleh ketakutan dan cemas tersebut?

Klien H : Ada kak misalnya ketika ingin pindah gedung dari gedung a dan b sepanjang jalan tersebut selalu mengalami kecemasan kak, terus inginnya berada di zona nyaman (tempat tongkrongan & di rumah)

Peneliti : Selain itu ?

Klien H : Jika disuruh ke tempat yang belum diketahui akan merasa takut, contohnya seperti ke fakultas lain kak, lalu ketika harus pergi dari kosan ke kampus memilih waktu pagi karena masih sepi dan pulang pada sore hari. Kalau siang jalan sudah ramai, dulu pernah pergi ke kampus siang sepanjang jalan gugup dan berkeringat dingin, saya akan merasa tenang jika berada di zona nyaman. (tempat yang sudah biasa dikunjungi)

Peneliti : Jadi tidak pernah melakukan aktivitas lain diluar zona nyaman ?

Klien H : Pernah kak waktu itu photo kelas di jakabaring, itu pun dipaksa dan berginjal dengan teman sekelas kalau tidak berginjal dengan teman sekelas mungkin tidak berani

Peneliti : Apa yang dirasakan waktu itu ?

Klien H : Takut kak, tapi mencoba untuk berani karena ada teman

Peneliti : Kalau masalah yang dihadapi di rumah ?

Klien H : Ya kerana takut untuk melakukan aktivitas sosial, jadi lebih memilih tidur dirumah, kebanyakan tidurnya

Peneliti : Jadi lebih memilih untuk tidur daripada melakukan aktivitas sosial ?

Klien H :Ya kak, kalau sudah dirumah jangan ada lagi orang yang datang untuk bertamu, sebisa mungkin orang di sekitaran rumah tidak tahu kalau saya sedang berada dirumah

Peneliti : Maksudnya deg ?

Klien H :Ya kalau ada yang tahu keberadaan dirumah selalu merasa terancam jadi lebih memilih tidur

Peneliti : Kalau ada orang yang ke rumah, datang bertamu misalnya ?

Klien H : Harua memberi tahu dulu jangan mendadak kalau mendadak, kalau mendadak tidak akan mney hut panik dan pura-pura tidak tahu, sebisa mungkin ,menyembunyikan keadaan bahwa sedang ada saya dirumah

Peneliti : bagaimana pandangan orang disekitar h ketika sudah tahu bahwa h mengalami phobia sosial

Klien H : ada yang menerima ada juga yang tidak Ya kak, karena biasanya orang yang sudah tahu kondisi saya, akan menjauhi dan bercerita

kepada orang lain, sehingga orang lain itu juga tahu, padahal tujuan saya terus terang itu agar mereka bisa memaklumi kondisi saya

Peneliti : Kakakpun merasakan apa yang H rasakan tapi H harus belajar menerima keadaan tersebut yang penting H punya kemauan untuk berubah yang penting kita itu harus selalu huznudzo dengan orang lain

Klien H :Nah iya kak huznudzon ini yang susah, saya sering bersuazon kepada orang lain ini, menganggap mereka akan memberikan ancaman padahal itu sebenarnya tidak terjadi, cuam ada dipikiran

Peneliti : Nah mulai sekarang harus belajar untuk melupakan hal tersebut ingatan terhadap rasa traumanya harus dilupakan, berikan sugesti yang positif terhadap diri H lawan rasa takutnya dengan membiasakan diri untuk berinteraksi dengan orang disekitarnya Apakah H ingin berubah?

Klien H : ingin sekali kak saya tidak mau selalu seperti ini ingin normal seperti yang lain tapi masih terasa berat untuk berubah

Peneliti : Apa yang membuat berat padahal sudah berniat ?

Klien H : Entahlah kak merasa berat saja

Peneliti :Cobalah untuk rutin berdoa melakukan ibadah sholat malam dan berdzikir

Klien H :Ya kak dulu pernah mencoba , berubah namun lama kelamaan aktivitas itu tidak dilakukan lagi

Peneliti : Sekarang cobalah untuk dilakukan aktivitas tersebut dan mulai lagi semoga ada perubahan didalam diri h selamat mencoba

Kode	Baris	Hasil wawancara
------	-------	-----------------

ISM	1	Selamat pagi kak Alhamdulillah lancar kak Alhamdulillah kak,
	2	walaupun masih ada kendala tapi harus tetap dijalani (sambil
	3	tersenyum) Masihkah kalau lagi pengen aktifnya, ya aktif untuk nulis
	4	dan buat vidio di instagram tapi kalau lagi malas dan kuota habis tidak
	5	bisa lagi aktif disosial media Asal saya dari daerah lahat kak dari
	6	daerah tanjung Pumi desa tanjung sakti Ya kak lumayan jauh,
PPS	7	soalanya daerah saya perbatasan antara kabupaten lahat dengan kota
	8	pagar alam , iya kak Sejak smp kak, ketika sd masih biasa saja ceria
	9	seperti kawan yang lain, masih sering main keluar rumah Ya kak
TS	10	sejak smp kelas 1 semester 2, Sewaktu smp itu lebih banyak diam di
	11	rumah dan jarang sekali keluar rumah, nah sewaktu keluar rumah
	12	kawan ini mengejek (<i>membully</i>), dengan sebutan anak rumahan
DPS	13	rumahan jarang keluar rumah diam di rumah saja, sehingga timbullah
TKS	14	rasa bersalah didalam diri saya kak Takut , ketika berinteraksi lagi
	15	akan di bully dan diejek lagi, setiap ingin berinteraksi selalu
	16	merasakan hal seperti itu . padahal saya tahu bahwa sebenarnya
	17	ketakutan itu tidak seperti yang diperkirakan di dalam pikiran tapi
DPS	18	tidak bisa untuk melawannya Sejak itu jika ada orang yang baru
DPS	19	dikenal menghampiri secara tiba-tiba selalu merasa takut dan selalu
DPS	20	merasa bahwa orang baru tersebut akan memberikan ancaman Iya
PPS	21	kak , Tahu kak, itulah salah satu penyebabnya juga dulu waktu kecil
	22	orang tua sering bertengkar dirumah, setiap bertengkar ini , saya yang
	23	menyaksikan timbul rasa takut juga dan cemas juga, akhirnya rasa

LTK	24	takut tumbuh dan berkembang juga Ibu guru sd di dusun saya kak
	25	sedanagakan, ayah pegawai dikecamatan Anak ke 2 , ayuk kakak yang
	26	pertama sudah menikah dan tinggal di Palembang, sedangkan adg
DPS	27	masih sma sekolah di dusun Misalnya kak jika ada orang dikenal
DPS	28	datang untuk menghampiri, disitu sering takut cemas, badan panas
	29	dingin , tidak mau memulai pembicaraan terlebih dahulu dan butuh
	30	penyesuaian Awal pertama kuliah itu butuh penyesuaian dulukan
DPS	31	karena dapat lingkungan yang baru, ya dmemberanikan diri awal
	32	pertam akuliah dulu, dengan teman sekelas mulai membangun
	33	komunikasi walupun ditengah keterbatasan, tapi awal dulu ingin
	34	membantu teman sekelas untuk mepersiapkan awal proses kuliah ,
	35	membantu ketua kelas, sebagi seorang pemimpin, Karena tahu
	36	pemipin itu berat Tidak sampai 1 bulan Alhamdulillah teman dikelas
	37	baik-baik semua awalnya memang mereka merasa aneh, tapi lama
	38	kelamaan bisa memaklumi dan tahu tentang diri saya, yang susah
	39	untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial Ada kak misalnya ketika
	40	ingin pindah gedung dari gedung a dan b sepanjang jalan tersebut
	41	selalu mengalami kecemasan kak, terus inginnya berada di zona
	42	nyaman (tempat tongkrongan & di rumah) , Jika disuruh ke tempat
	43	yang beum diketahui akan merasa takut, contohnya seperti ke fakultas
	44	lain kak Pernah kak waktu itu photo kelas di jakabaling, itupun
	45	dipaksa dan perginyapun dengan teman sekelas kalau tidak perginya
	46	dengan teman sekelas mungkin tidak berani Takut kak, tapi mencoba

DPS	47	untuk berani karena ada teman Ya kerana takut untuk melakukan
	48	aktivitas sosial, jadi lebih memilih tidur dirumah, kebanyakan
	49	tidurnya Ya kak, kalau sudah dirumah jangan ada lagi orang yang
	50	datang untuk bertamu, sebisa mungkin orang di sekitaran rumah tidak
	51	tahu kalau saya sedang berada dirumah Ya kalau ada yang tahu
DPS	52	keberadaan dirumah selalu merasa terancam jadi lebih memilih tidur
	53	Harus memberi tahu dulu jangan mendadak kalau mendadak, kalau
	54	mendadak tidak akan mneyahut panik dan pura-pura tidak tahu,
	55	bahwa sedang ada saya dirumah Ya kak, karena biasanya orang yang
	56	sudah tahu kondisi saya, akan menjauhi dan bercerita kepada orang
	57	lain, sehingga orang lain itu juga tahu, padahal tujuan saya terus
	58	terang itu agar mereka bisa memaklumi konidis saya Nah iya kak
	59	huznudzon ini yang suash, saya sering ber suuzon kepada orang lain
	60	ini, menganggap mereka akan memberikan ancaman padaha itu
	61	sebenarnya tidak terjadi, cuam ada dipikiran ingin sekali kak saya
	62	tidak mau selalu seperti ini ingin normal seperti yang lain tapi masih
	63	terasa berat untuk berubah Entahlah kak merasa berat saja Ya kak
	64	dulu pernah mencoba , berubah namun lama kelamaan aktivitas itu
		tidak dilakukan lagi

Keterangan Tabel

1. DPS : Dampk Phobia Sosial

2. TS : Trauma Sosial
3. PPS : Penyebab Phobia Sosial
4. LTK : Latar Belakang Keluarga

II. Faktor Penyebab Klien H mengalami Phobia Sosial

Phobia sosial adalah ketakutan yang tidak rasional terhadap pandangan negatif orang lain. Penderita phobia sosial merasa bahwa semua orang memandangi dan mengevaluasi dirinya sehingga mereka cenderung menghinadri situasi sosial, cenderung menyendiri dan menarik diri dari lingkungan sosialnya, walaupun ia berinteraksi maka akan mengalami gejala kecemasan yang menimbulkan rasa takut untuk berinteraksi dengan orang lain apalagi orang tersebut baru dikenal.

Phobia sosial inilah yang dialami oleh klien H, Awalnya klien H merupakan pribadi yang sama seperti pribadi yang lainnya, ia merupakan seseorang yang aktif berinteraksi dilingkungan tanpa merasa terganggu ketika melakukan interaksi sosial. Memang klien H adalah anak yang pendiam sejak dari kelas 1 sampai dengan kelas 4 sekolah dasar, semenjak kelas 5 Sekolah dasar ia menjadi anak yang aktif hampir sama dengan anak se-usianya

Peneliti pun bertanya kepada klien H apakah phobia sosial ini menghambat proses kuliahnya, ia mengaku sangat susah untuk berinteraksi di luar zona nyaman, walaupun ingin keluar dari zona nyaman tersebut ia harus ditemani oleh orang yang ia kenal, dan iapun merasa tidak betah ketika melakukan kegiatan diluar zona nyaman tersebut

Situasi berubah ketika ia memasuki bangku Smp ia mulai takut untuk berinteraksi sosial, dan cenderung menghindari interaksi sosial dan cenderung untuk berdiam diri dirumah daripada memilih keluar untuk berinteraksi sosial. Menurut klien H penyebab utama ia mengalami phobia sosial adalah sewaktu smp ia sering berdiam diri dirumah, kemudian ketika ia keluar rumah orang-orang disekitarnya memberi julukan sebagai anak rumahan, karena sebutan anak rumahan inilah yang membuat klien H malas untuk keluar rumah, hal inilah yang menjadi penyebab phobia sosial.

Phobia sosial yang muncul jika tidak diobati akan menjadi penyakit phobia permanen, dimana penderita akan menghindari situasi sosial atau yang bersifat umum, seperti yang terjadi pada klien H karena proses pembiaran dan juga tidak ada yang membantu, menyebabkan ketakutan dan kecemasan untuk melakukan aktivitas sosial yang bersifat umum.

Ia beranggapan negatif kepada orang yang ingin berinteraksi dengan klien H semenjak itulah klien h lebih sering menyendiri dirumah karena takut *dibully* ketika keluar rumah³⁸ Hal ini berdampak pada diri klien h semenjak ia menderita phobia sosial ia menjadi sulit berinteraksi dengan lingkungannya, ia harus berinteraksi dengan orang yang sudah lama dikenal, bahkan ada beberapa situasi sosial yang dihindari oleh klien H. Hal inipun berlanjut sampai sekarang menginjak bangku perkuliahan, klien H takut untuk berinteraksi dengan orang yang baru dikenal, menghindari situasi sosial yang membuat ia tidak nyaman,

³⁸ Wawancara dengan Klien H pada Tanggal 29 Juli 2016

Ketika klien H berada di zona nyaman ia tidak bisa di ganggu, zona nyaman klien H adalah rumah dan kampus gedung Fakultas Dakwah & komunikasi, tiap harinya kedua tempat inilah yang menjadi zona nyaman klien H, aktivitas sehari-hari klien H di lakukan di zona nyaman ini, interaksi sosialnya pun hanya dilakukan di rumah dan gedung fakutas dakwah, ketika beraktivitas di luar zona nyaman ini klien H akan mengalami kepanikan dan sebisa mungkin berusaha menghindar dari tempat tersebut.

Klien H lebih senang dan nyaman berinteraksi dengan benda seperti komputer, menurut pngakuan klien H ia lebih suka menulis daripada berbicara, segala bentuk keresahan sehari-hari ia tuangkan dalam tulisan, klien H pun membuat blog pribadi sebagai tempat ia menumpahkan ide dan kreativitasnya, Orang tua klien H pun pernah memeriksakan klien H ke psikolog, klien H sempat menjalani therapy kepada psikolog tersebut, klien H di anjurkan untuk mongkunsumsi obat, namun klien H menolak karena takut efek samping dari pemberian obat tersebut, ia beranggapan karena penyakit yang diderita ini berhubungan dengan mental bukan fisik.

Ketika beraktivitas selain di zona nyaman tersebut klien H mengalami gejala phobia sosial, keringat akan keluar dan wajah merah, bahkan orang yang menyapa tidak dipedulikan oleh klien H, ketika bertemu dengan orang baru yang baru dikenal klien h tidak mau melakukan interaksi pertama kali.

Dapat disimpulkan penyebab utama dari klien H mengalami phobia sosial adalah Faktor dari lingkungan yang Selain faktor *bully* dari lingkungan yang

menyebabkan phobia sosial ada juga faktor dari keluarga yang kurang memberikan perhatian, sewaktu ia kecil orang tua klien H sering bertengkar, dan menimbulkan trauma, rasa trauma membekas, saat orang tua bertengkar inilah timbul rasa sakit dan takut, rasa sakit dan takut inilah yang menyebabkan klien H tumbuh sebagai pribadi yang pendiam. Hal ini sesuai dengan teori empirisme bahwa perkembangan pribadi manusia ditentukan oleh pengaruh dari luar (lingkungan), pengaruh dari lingkungan keluarga dan lingkungan sekitar yang membentuk phobia sosial yang dialami klien H.

III. Masalah yang sering dihadapi Klien H

Masing-masing individu dalam kehidupan sehari-hari pasti pernah mengalami masalah dalam melakukan interaksi sosial, mulai dari masalah kecil sampai masalah yang besar, masalah yang dihadapi individu itu sendiri atau masalah yang melibatkan orang lain,

Masalah yang dihadapi oleh penderita phobia sosial secara umum biasanya menghindari keadaan-keadaan yang bisa memicu kecemasan terjadi dalam dirinya, ia biasanya mengalami perasaan tertekan ketika berada di lingkungan sosialnya, biasanya setiap orang normal memiliki kemampuan untuk mengatasi ketakutan yang dihadapinya di lingkungan sosialnya, namun pengidap phobia sosial tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi ketakutan yang terjadi tersebut sehingga timbullah perasaan tertekan ketika berada di lingkungan sosial dan ada kecenderungan untuk menghindari keadaan tersebut.

Karena menderita phobia sosial klien H sering mengalami beberapa masalah, terutama masalah ketika ia melakukan interaksi sosial seperti yang sudah dijelaskan seorang pengidap phobia sosial memiliki kecenderungan menghindari situasi sosial yang ada disekitarnya, masalah yang paling utama dialami klien H adalah ketika ia berinteraksi mengalami kecemasan dan ketakutan, kecemasan dan ketakutan ini terjadi didalam diri klien H, “ia beranggapan bahwa orang yang baru dikenal akan memberikan ancaman kepada dirinya dan merasa cemas serta takut. Ketika ia berinteraksi dengan orang yang baru ia kenal timbul perasaan gugup terlihat berkeringat, pipi dan wajah merah, ia berbicara dengan apa adanya dan takut untuk memulai pembicaraan”

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti kepada teman sekelas klien H, “menurut teman sekelasnya klien H merupakan orang yang biasa saja pada awal kenal tidak menunjukkan sesuatu yang aneh namun lama kelamaan menunjukkan perilaku yang aneh klien H, di mata teman sekelasnya klien H rajin dalam mengikuti proses perkuliahan namun ketika berada dikelas ia lebih senang duduk menyendiri dan dalam diskusi kelas pun tidak pernah aktif mengikuti diskusi tersebut, klien H di mata teman sekelasnya adalah orang yang misterius, sulit ditebak dan memiliki emosi yang labil

Teman klien H sudah membantu klien H untuk berinteraksi dengan orang lain, agar klien H tidak bersikap kaku dan gugup ketika melakukan interaksi sosial namun upaya ini belum berjalan dengan baik klien H belum mengalami perubahan masih takut untuk berinteraksi, bahkan dari hasil wawancara peneliti kepada teman klien H, klien H ini pernah selama satu minggu tidak masuk kuliah

tanpa memberikan keterangan, akhirnya teman sekelas klien H mengunjungi kosan klien H untuk menanyakan, alasan klien H tidak masuk kuliah adalah ia melakukan pengobatan ke psikolog, penelitipun bertanya kepada teman sekelas klien H apakah ada perubahan setelah klien H melakukan pengobatan, teman sekelas klien H mengatakan tidak merasa adanya perubahan didalam diri klien H masih seperti biasanya.

Klien H juga susah untuk diajak keluar dari zona nyamannya (Gedung Fakultas Dakwah & Komunikasi dan rumah) selama mengikuti kuliah 2 tempat inilah yang paling nyaman, menurut teman sekelas klien H adalah orang yang susah diajak untuk jalan- jalan, hanya satu kali waktu itu ketika foto kelas di jakabaring, bahkan untuk diajak sholat jumatpun klien H ini susah, ia mau menunaikan sholat jumat ketika ada temannya yang memang dikenal dekat dengan klien H, teman-teman klien H hampir semuanya sudah tahu bahwa klien H ini memiliki

Secara umum masalah yang dialami klien H adalah :

1. Mengalami kecemasan ketika bangun tidur, dalam pikiran klien H, ketika ia bangun dari tidur seolah ada orang yang akan menghampiri klien H dan memberikan ancaman, ini terjadi setiap pagi ketika bangun tidur, klien H menyadari kecemasan ini tidak nyata, tetapi klien H tidak mampu untuk mengatasi ketakutan tersebut;

2. Memilih ke kampus jam 6 karena ketika pergi ke kampus dalam kondisi ramai akan mengalami kecemasan dan gugup di sepanjang jalan dari rumah ke kampus;
3. Susah untuk berkomunikasi dengan orang yang baru dikenal, karena menganggap orang tersebut akan memberi ancaman, susah membangun kontak mata dengan lawan bicara;
4. Takut tampil di depan kelas ketika proses kuliah, walaupun tampil di depan kelas dosen klien H, mengalami kecemasan gugup, dan berkeringat dingin;
5. Selalu merasa terancam di lingkungan sosial, klien H menyadari bahwa ancaman dan rasa takut tersebut tidak mempunyai alasan, namun ia tidak bisa menghilangkan rasa cemas dan takut tersebut di dalam dirinya;
6. Takut untuk pergi ke tempat yang baru, berdasarkan observasi peneliti klien H takut untuk ke tempat baru diluar zona nyaman klien H;
7. Rasa takut dan cemas ini menyebabkan klien H enggan untuk berinteraksi dan melakukan aktivitas lain dengan orang lain, ia lebih memilih tidur dan jarang melakukan aktivitas sosial.

IV. Pendekatan Konseling

Tentunya penderita phobia sosial butuh pendampingan untuk membantu ia menyelesaikan masalah yang ia hadapi. Oleh karena itu perananan bimbingan konseling sangat dibutuhkan dalam penanganan kasus Phobia sosial yang dialami oleh klien H, adapun langkah-langkah Bimbingan Konseling Adalah Sebagai Berikut:

1. Diagnosa langkah diagnosa yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi, beserta latar belakangnya, dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan mengadakan study kasus dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data, kemudian ditetapkan masalah yang dihadapi dan latar belakangnya serta faktor penyebab masalah tersebut
2. Prognosa langkah prognosa ini untuk menentukan jenis bantuan atau terapi yang akan dilaksanakan untuk membimbing kasus ditetapkan berdasarkan langkah diagnosa
3. Terapi adalah langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan terhadap klien, langkah ini merupakan pelaksanaan apa-apa yang ditetapkan dalam langkah prognosa
4. Langkah evaluasi dan follow up langkah ini dimaksudkan menilai dan mengetahui sejauh mana keberhasilan terapi yang digunakan

Sedangkan Fungsi dari kegiatan Bimbingan konseling yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Fungsi preventif atau pencegahan, yakni mencegah timbulnya masalah pada seseorang
2. Fungsi kuratif atau korektif, yakni memecahkan atau menanggulangi masalah yang sedang dihadapi seseorang
3. Fungsi preventif dan developmental, yakni memelihara agar keadaan yang telah baik tidak menjadi tidak baik kembali, dan mengembangkan keadaan yang sudah baik menjadi lebih baik

Pendekatan bimbingan konseling yang digunakan dalam mengatasi masalah phobia sosial pada klien H, adalah dengan menggunakan pendekatan konseling psikoanalisa tujuan dari pendekatan konseling psikoanalisa secara umum adalah mengubah perilaku dalam pengertian yang sangat luas. Dalam pandangan psikoanalisa tujuan konseling agar individu dapat mengetahui ego dan memiliki ego yang kuat, hal ini berarti bahwa konseling akan menempatkan ego pada tempat yang benar yaitu sebagai pihak yang mampu memilih secara rasional dan menjadi mediator antar id dan super ego³⁹ berusaha semaksimal mungkin agar penderita phobia sosial dapat mencapai kesadaran diri, bertindak jujur, mampu menangani kecemasan secara realistis dan bisa mengendalikan tingkah lakunya

Jadi dapat disimpulkan tujuan Secara umum konseling psikoanalisa adalah untuk membantu konseli agar mampu mengoptimalkan fungsi ego sehingga kecemasan atau konflik-konflik intrapsikis mampu ditangani secara realistis dan tidak banyak pada tuntutan nafsu, berpikirnya harus diubah menjadi yang lebih tepat yaitu berpikir yang rasional

Langkah konseling terhadap klien H yang mengalami phobia sosial, langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

- a) Identifikasi kasus merupakan langkah pertama dimaksudkan mengenal kasus dan gejalanya hasil yang dapat disimpulkan dari identifikasi kasus ini adalah klien mengalami kasus phobia sosial yang menyebabkan klien H

³⁹ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang:UMM Press, 2015), h 57

susah melakukan interaksi sosial dan menghindari situasi sosial dilingkungan sosialnya

- b) Diagnosa langkah diaagnosa ini yaitu langkah untuk menetapkan masalah beserta latar belakangnya, dari hasil identifikasi kasusa masalah yang dihadapi oleh klien H adalah masalah phobia sosial, penyebab utama dari phobia sosial ini adalah faktor lingkungan, lingkungan klien sering mem *bully* hal ini membekas, dan mennyebabkan rasa takut dan cemas untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial, selain itu juga kurangnya perhatian dari keluarga,serta pertengkaran orang tua yang menimbulkan rasa takut, rasa takut ini membekas dan tumbuh didalam diri klien H
- c) Prognosa langkah prognosa ini untuk menentukan jenis bantuan dan pendekatan atau terapy yang akan dilaksanakan, pendekatan konseling yang digunakan utuk membantu klien H dalam mengatasi phobia sosial adalah pendekatan psikoanalisa dan pendekatan konseling islam
- d) Langkah terapi adalah langkah yang digunakan untuk pelaksanan bantuan bimbingan konseling terhadap klien H langkah ini merupakan palaksanaan yang ditetapkan dalam langkah prognosa, pendekatan konseling yang digunakan adalah pendekatan psikoanalisa, tahap awal adalah tahap pembukaaan, tahap ini merupakan tahap pertama dari proses konseling yang dilakukan oleh konselor, dalam tahap ini disepakati:

Tahap awal konseling membangun hubungan konseling yang melibatkan klien H yang mengalami taruma pada tahap ini konselor berusaha untuk hubungan dengan cara melibtakna klien dengan diskusi tentang latar belakang penyebab

klien H mengalami phobia sosial, latar belakang lingkungan, dan keluarga klien H, serta bagaimana klien H di lingkungan sosialnya ketika berinteraksi. Kunci dari tahap awal ini adalah keterbukaan antara konselor dan klien, keterbukaan klien untuk jujur mengungkapkan masalah yang sedang dihadapi, isi hati dan perasaan, serta pengalaman masa lalu klien yang mungkin ada hubungannya dengan keadaan sekarang, jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik, maka langkah berikutnya yang dilakukan oleh peneliti adalah mendefinisikan trauma atau masalah yang dihadapi kerja sama antara klien dengan konselor disini sudah terjalin dengan baik, klien sudah mulai terbuka dan mau untuk bercerita, tugas konselor yang paling utama pada tahap ini adalah membantu mengembangkan potensi klien sehingga dengan kemampuannya sendiri bisa mengatasi masalahnya

Tahap pertengahan (tahap kerja) disini adalah tahap yang paling utama yang dilakukan pada tahap ini difokuskan kepada penjelajahan masalah yang dihadapi klien dan bantuan yang akan diberikan kepada klien bantuan yang diberikan adalah dengan menggunakan pendekatan konseling psikoanalisa tujuannya adalah agar individu mengetahui ego dan memiliki ego yang kuat konselor memiliki peran disini agar klien mencapai keadaan diri, bertindak jujur mampu menangani kecemasan dan ketakutan yang disebabkan oleh phobia sosial. Sedangkan pendekatan bimbingan konseling islam adalah membantu individu menghadapi problem yang dihadapinya, membantu individu memahami dan menghayati berbagai cara mengatasi problem kehidupan, membantu individu memahami kondisi dan situasi dirinya dan lingkungannya

Tahap akhir tahap ini ditandai dengan menurunnya kecemasan yang dialami oleh klien H, hal ini diketahui dengan cara konselor menanyakan keadaan kecemasannya kepada klien serta adanya perubahan perilaku yang lebih positif dan sehat, setelah ditanyakan kepada klien klien merasa ada perubahan sikap yang positif yang dirasakan oleh klien didalam dirinya dan mulai berkurang kecemasan serta ketakutan yang terjadi didalam diri klien H yang mengalami phobia sosial.

e) Langkah evaluasi dan follow langkah ini dimaksudkan untuk mengetahui perkembangan dan keberhasilan terapi yang digunakan pada klien H yang mengalami phobia sosial, dimana dalam tahap ini diketahui perkembangan klien H yang mengalami phobia sosial, tentunya perkembangan tersebut adalah perubahan ke arah yang lebih baik, dari hasil evaluasi dan Follow up terdapat perubahan yaitu

1. Berkurangnya kecemasan yang dirasakan klien H ketika melakukan interaksi sosial
2. Mulai berani melawan ketakutan dan kecemasan yang terjadi didalam diri klien H
3. Terbentuknya prasangka positif didalam diri klien H yang awalnya menganggap orang yang akan berinteraksi akan memberi ancaman
4. Rajin melakukan ibadah
5. Ikut aktif dalam kegiatan jurusan walaupun masih pada tahap belajar untuk memberanikan diri
6. Mulai terbuka untuk berkomunikasi dengan orang yang baru dikenal

Tentunya diperlukan Follow up saacara terus menerus agar keadaan yang baik ini bisa beretahan memelihara agar keadaann yang telah baik tidak menjadi tidak baik kembali, dan mengembangkan keadaan yang sudah baik menjadi lebih baik, ketika tidak diberikannya pendampingan maka akan terulang lagi gejala-gejala phobi sosial tersebut

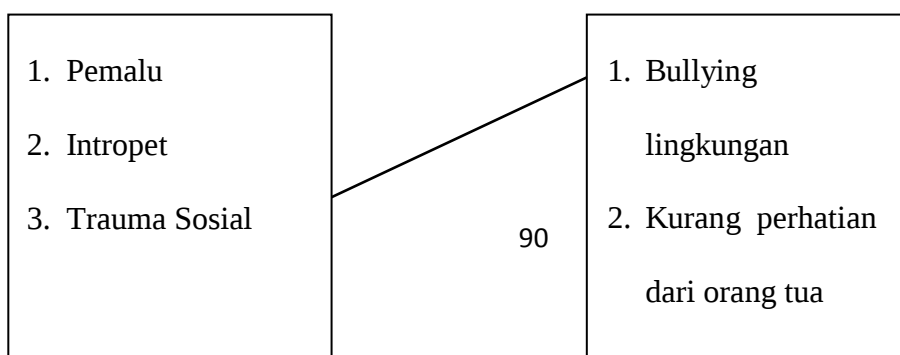
B. Analisa Data Penelitian

I. Penjodohan Pola

Untuk anlisa Studi Kasus, salah satu strategi yang paling disenangi adalah penggunaan logika penjodohan pola. Logika seperti ini membandingkan pola yang didasarkan atas emporos dengan pola yang diprediksikan (atau dengan beberapa prediksi alternatif) jika kedua pola ini ada persamaan , hasilnya dapat menguatkan validitas internal study kasus yang bersangkutan, dalam penelitian ini peneliti sudah membuat tabel prediksi awal peneliti tentang penyebab klien H mengalami phobia sosial, sedangkan tabel selanjutnya yaitu penyebab klien H mengalami phobia sosial berdasarkan data penelitian empiris yang dilakukan peneliti kepada klien H dilapangan.

Prediksi penyebab phobia
Sosial pada klien H.

Penelitian empiris penyebab phobia
sosial pada klien H.



Setelah melihat tabel diatas, bahwa penyebab klien H mengalami phobia sosial, pada prediksi awal yang dilakukan oleh peneliti sebelum melakukan observasi kepada klien H adalah karena klien H adalah pribadi yang pemalu sehingga susah untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya dan cenderung menutup diri ketika berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, karena memiliki pribadi pemalu inilah menurut peneliti yang menjadi salah satu penyebab klien H mengalami phobia sosial

Penyebab kedua yang diprediksikan oleh peneliti adalah, klien H klien H memiliki kepribadian introvert yaitu pribadi yang cenderung menyukai kondisi yang tenang, senang menyendiri, dan cenderung untuk menjauhi interaksi dengan lingkungan sosialnya, peneliti menganggap salah satu hal yang menyebabkan klien H mengalami phobia sosial adalah karena iya seorang yang memiliki kepribadian introvet

Prediksi peneliti selanjutnya adalah klien h pernah mengalami trauma dengan situasi sosialnya, pernah mengalami hal yang tidak menyenangkan atau mendapatkan perlakuan yang kurang baik dari lingkungan sosial yang menjadi penyebab klien H menghindari situasi sosial, sehingga menyebabkan klien H menjadi seorang phobia sosial, prediksi peneliti ternyata dikuatkan dan berkaitan dengan data yang didapatkan berdasarkan observasi dan penelitian terhadap klien H, berdasarkan penelitian penyebab klien h mengalami phobia sosial salah satunya adalah Faktor *Bully* yang dilakukan oleh lingkungan sosial klien H yang menyebabkan trauma dalam diri klien H, trauma tersebut menimbulkan rasa takut untuk melakukan interaksi sosial

prediksi awal yang dilakukan oleh peneliti ada 3 penyebab klien H mengalami Phobia Sosial, dari 3 penyebab awal yang diprediksi kan oleh peneliti hanya satu penyebab yang sama dengan pola yang ditemukan berdasarkan pengalaman empiris yang didapat melalui hasil observasi dan penelitian terhadap klien H, pola yang berhubungan ini adalah trauma sosial dan *bully*, seperti yang sudah dijelaskan oleh peneliti pada penjabaran sebelumnya.

II. Eksplanasi

Phobia sosial atau juga dikenal sebagai gangguan kecemasan sosial, penyakit kecemasan sosial yang ditandai munculnya rasa takut yang kuat pada situasi tertentu yang menyebabkan penderita phobia sosial menghindari situasi sosial, walaupun ia menjalani situasi sosial tersebut, ia menjalaninya dengan penuh tekanan dan sesegera mungkin untuk menghindari atau keluar dari situasi sosial tersebut.

Phobia sosial secara umum adalah orang yang menghindari atau menarik diri dari lingkungan sosialnya, biasanya penderita phobia sosial adalah orang yang tertutup dan susah untuk berinteraksi dengan orang disekitar lingkungan sosialnya, klien H adalah orang yang mengalami phobia sosial ia susah untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya

Dalam interaksi dengan lingkungan sosial nya klien h mengalami ketakutan dan selalu merasa terancam, dalam diri klien H timbul rasa takut mendapatkan ancaman dari orang yang ingin berinteraksi dengan klien H , rasa taut dan ancaman tersebut tidak rasional, klien H menyadari ancaman tersebut hanya

ketakutan di dalam dirinya saja tapi ia tidak mampu untuk menghilangkan rasa takut tersebut didalam diri klien H.

Penyebab utama klien H mengalami phobia sosial adalah faktor *bully* dari lingkungan Klien H dan juga kurang perhatian dari keluarga terutam kedua orang tua klien H, dua penyebab ini yang menyebabkan phobia sosial terjadi didalam diri klien H, gejala fisik yang disebabkan oleh phobia sosial yang dialami oleh klien H ketika berinteraksi dengan situasi sosialnya adalah, tidak mau kontaksecaar langsung dengan lawan bicara, kesulitan membangun kontak mata dengan lawan bicara, suka memainkan jari ketika berkomunikasi dengan lawan bicara, keringat dingin dan selalu mengalami kecemasan, gemetar dan jantung berdebar-debar

Anlisa Deret Waktu

No	Objek yang di observasi	juli	Agustus	september
1	Tidak mau kontak langsung dengan lawan bicara		✓	
2	Lebih senang berinteraksi dengan benda seperti komputer			
3	Lebih aktif berinteraksi di sosial media			
4	Emosi labil dan mudah marah			✓

5	Suka memainkan jari ketika berkomunikasi dengan lawan bicaranya			
6	Takut berinteraksi dengan orang yang baru dikenal		✓	
7	Menghindari keramaian lebih senang menyendiri			✓
8	Mengalami kecemasan ketika berhadapan dengan orang lain			✓
9	Gugup badan gemetar dan susah berinteraksi dengan lingkungan sosialnya			

Ada beberapa kemaajuan yang terjadi pada klien H setelah dilakukan pendekatan bimbingan konseing, secar umum memang meberikan perubahan ke arah yang lebih baik bagi diri klien H namun ada beberapa hal yang tidak bisa dirubah menggunakan pendekatan bimbingan konseling, berkurangnya kecemasan yang dirasakan oleh klien H ketika melakukan interaksi sosial, mulai bias bersosialisasi dengan lingkungan sosialnya bahkan klien H menjadi panitia acara jurusan yang akan dilaksanakan memang setiap perubahan yang terjadi msih butuh proses pendampingan agar rasa takut dan cemas tidak datang dan kembali dirasakan oleh klien H.

Pembahasan

Dalam interaksi sosial setiap individu pasti pernah mengalami masalah dalam melakukan interaksi sosial, baik masalah yang berkaitan dengan individu itu sendiri ataupun masalah dengan orang lain, setiap masalah yang dihadapi biasanya berdampak pada fisik maupun psikis, salah satunya adalah masalah phobia sosial, penderita phobia sosial biasanya mengalami kecemasan, dan tidak mau berinteraksi dengan orang yang baru dikenal, penyakit phobia sosial adalah perasaan takut yang tidak beralasan, artinya apa yang ditakuti itu sebenarnya tidak mempunyai potensi menakutkan atau membahayakan

Penyebab utama klien H mengalami phobia sosial adalah sewaktu smp klien H pernah mengalami Bully dari lingkungannya, karena Faktor Bullying inilah menyebabkan trauma didalam diri klien H yang membekas menimbulkan rasa takut yang hebat ketika ingin berinteraksi dengan lingkungan sosial karena takut mendapatkan perlakuan yang sama. Pengalaman ini terus tumbuh dan berkembang dan klien H tidak mampu untuk menghilangkan ketakutan dan kecemasan ketika berinteraksi dengan lingkungan sosial. sekalipun pengalaman aslinya sudah dilupakan, hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Dr . Faisol Berlian Dalam bukunya yang berjudul patologi Sosial (kajian dalam persepektif Yuridis dan Filosofis) Sebab phobia antara lain:

- a. Pernah mengalami ketakutan hebat pengalaman traumatis, shock hebat

- b. Pengalaman asli ini dibarangi perasaan malu dan bersalah, lalu ditekan ketidaksadaran untuk melupakannya;
- c. Jika mengalami rangsangan serupa, timbullah ketakutan yang bersyarat, sungguhpun pengalaman aslinya sudah dilupakan, respon kekuatan hebat selalu muncul kembali, walupun ada usaha-usaha untuk menekan dan melenyapkan rsepon-rsepon tadi dalam ktidaksadaran.⁴⁰

Ada beberapa masalah yang dihadapi klien yang mengalami phobia Masalah yang sering dihadapi Klien H yang mengalami Phobia sosial

1. Lebih senang berinteraksi dengan benda seperti komputer, dan menghindari situasi sosial;
2. Takut berinteraksi dengan orang yang baru dikenal, karena takut dan malu
3. Emosi labil dan mudah marah;
4. Menghindari keramaian lebih senang menyendiri kurang bersosialisasi dengan lingkungan sosial klien H;
5. Gugup serta susah berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, kalupun berinteraksi selalu merasa cemas dan sebisa mungkin untuk keluar dari situasi tersbut.;
6. Mengalami kecemasan ketika berhadapan dengan dosen dan mahasiswa;
7. Selalu mengalami kecemasan ketika bangun tidur ketika bangun tidur dalam pikiran klien H seolah ada orang yang akan menghampiri klien H dan memberikan ancaman hal ini terjadi setiap pagi ketika bangun tidur

⁴⁰ Faisol Berlian, Patologi Sosial kajian dalam persepektif sosiologis, yuridis dan fisiologis (Unsri Press, 2013), h.144

8. Takut meninggalkan zona nyaman klien H

1. Pendekatan Bimbingan konseling berperan dalam mengatasi masalah phobia sosial yang dialami oleh klien H, ada beberapa kemajuan yang dirasakan didalam diri klien H setelah melakukan proses bimbingan konseling, Adapun pendampingan tersebut dapat dilihat da dirasakan oleh klien H kemajuannya antara lain, Berkurangnya kecemasan yang dirasakan klien H ketika melakukan interaksi sosial mulai berani melawan ketakutan dan kecemasan yang terjai didalam diri klien H Terbentuknya prasangka positif didalam diri klien H yang awalnya menganggap orang yang akan berinteraksi akan memberi ancaman, Rajin melakukan ibadah Ikut aktif dalam kegiatan jurusan walaupun masih pada tahap belajar untuk memberanikan diri

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap klien H sebagai objek penelitian, adalah

2. Klien H mengalami phobia sosial, phobia sosial adalah ketakutan yang tidak rasional terhadap pandangan negatif orang lain keadaan dimana seseorang mengalami kecemasan dan rasa takut sehingga menghindari situasi sosial dan cenderung menutup diri dari lingkungan sosialnya
3. Adapun faktor penyebab phobia secara umum adalah disebabkan pernah mengalami ketakutan yang hebat, pengalaman traumatis atau shock berat, sedangkan penyebab klien H mengalami phobia sosial adalah karena rasa trauma mendapat perlakuan yang kurang baik dari lingkungan sosialnya, (*bullying*) rasa trauma ini membekas dan menimbulkan kecemasan serta ketakutan ketika melakukan interaksi sosial. Selain itu juga ada faktor kurangnya keluarga memberikan perhatian terhadap klien H
4. Karena mengalami phobia sosial klien H menghadapi beberapa masalah terutama masalah yang berhubungan dengan interaksi sosial di lingkungan sosialnya, setiap berada di situasi sosial di lingkungannya klien H selalu mengalami kecemasan dan ketakutan, ia selalu merasa terancam
5. Peneliti melakukan pendampingan terhadap klien H dengan menggunakan pendekatan konseling Psikoanalisa dan konseling spiritual, dan juga langkah

konseling yaitu identifikasi kasus phobia sosial, diagnosa menetapkan masalah yang dihadapi oleh klien H, prognosa menentukan jenis bantuan terhadap klien H, langkah terapi yang menggunakan pendekatan psikoanalisa dan pendekatan Bimbingan Konseling Islam, langkah evaluasi dan follow up untuk mengetahui perkembangan klien H serta keberhasilan pendekatan konseling

6. Adapun pendampingan tersebut dapat dilihat dan dirasakan oleh klien H kemajuannya antara lain, Berkurangnya kecemasan yang dirasakan klien H ketika melakukan interaksi sosial mulai berani melawan ketakutan dan kecemasan yang terdapat didalam diri klien H Terbentuknya prasangka positif didalam diri klien H yang awalnya menganggap orang yang akan berinteraksi akan memberi ancaman, Rajin melakukan ibadah Ikut aktif dalam kegiatan jurusan walaupun masih pada tahap belajar untuk memberanikan diri

B. Saran

Adapun saran yang bisa disampaikan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa tentang phobia sosial dan cara pencegahannya, supaya tidak akan muncul mahasiswa dakwah yang mengalami phobia sosial

2. Tidak melakukan *Bullying* pada orang lain di lingkungan kita agar tidak timbul rasa trauma, rasa trauma inilah yang menjadi penyebab utama seseorang mengalami phobia sosial
3. Selau memberikan perhatian dan kasih sayang pada orang di lingkungan kita, serta menimbulkan komunikasi yang baik agar terciptanya hubungan sosial yang baik.

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama : M. Arung Samudra

Nim : 12520017

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Judul Skripsi : Study Kasus Klien H Yang Mengalami Phobia Sosial Di Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pembimbing I : Drs. H. Aminullah Cik Sohar, MPd.I

NO	Hari/Tanggal	Hal yang dikonsultasikan	Paraf
	10.5.2016	Keperluan Dik. Kabinat Konsultasi Bab I dan Coba belakang awal menulis revisi bab I Bab I lanjut bab berikutnya.	   
	27-8-2016	Revisi bab I dan lanjut bab II	
	5-9-2016	Bab III dan lanjut bab IV dan V	
	28-9-2016	Pada bab V dipecahkan menjadi paragraf dan di akhir bab V lanjut kebab VI	

Revisi bab VI dan
ditentukan perbaikan bab IV dan
V. dan laporan diujikan dan
diijazahkan dan diijazahkan

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama : M. Arung Samudra

Nim : 12520017

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Judul Skripsi : Study Kasus Klien H Yang Mengalami Phobia Sosial Di
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pembimbing II : Neni Noviza Mpd

NO	Hari/Tanggal	Hal yang dikonsultasikan	Paraf
1)	27/05/2016	Penyerahan SK pembimbing skripsi	
2)	30/05/2016	BAB I, perbaiki kajian pustaka ditambah dengan buku, jurnal Perbaiki penulisan sesuaikan dgn EYD wawancara ditambah dgn PA & teman	
3)	15/6/2016.	acc BAB I lanjutkan draft BAB II	
4)	2/8/2016	BAB II perbaiki penulisan sesuai EYD tambahkan terapi untuk phobia, teori ditambah	

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama : M. Arung Samudra

Nim : 12520017

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Judul Skripsi : Study Kasus Klien H Yang Mengalami Phobia Sosial Di
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pembimbing II : Neni Noviza Mpd

NO	Hari/Tanggal	Hal yang dikonsultasikan	Paraf
10.	20/9/2016	BAB IV perbaiki pembahasan	mf.
11.	23/9/2016	acc BAB IV lanjutkan BAB V	mf.
12.	26/9/2016	BAB V perbaiki kesimpulan Sesuaikan / mentawab Rumusan Masalah	mf.
13.	29/9/2016	Bimbingan Skripsi keseluruhan perbaiki abstrak	mf.
14.	28/9/2016	acc skripsi keseluruhan, lanjutkan ke pembimbing I dan daftar Ujian kompre	mf.

KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN FATAH PALEMBANG
NOMOR: 115 TAHUN 2016

TENTANG

PENUNJUKAN PEMBIMBING SKRIPSI STRATA SATU (S.1)
BAGI MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN RADEN FATAH PALEMBANG

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN RADEN FATAH PALEMBANG

- Menimbang : 1. Bahwa untuk mengakhiri Program sarjana (S1) bagi Mahasiswa, maka perlu ditunjuk Tenaga ahli sebagai Pembimbing Utama dan Pembimbing kedua yang bertanggung jawab dalam rangka penyelesaian Skripsi Mahasiswa.
2. Bahwa untuk lancarnya tugas pokok itu, maka perlu dikeluarkan Surat Keputusan Dekan (SKD) tersendiri. Dosen yang ditunjuk dan tercantum dalam SKD ini memenuhi syarat untuk melaksanakan tugas tersebut.
- Mengingat : 1. Undang-undang No. 2 Tahun 1989 tentang system Pendidikan Nasional;
2. Peraturan Pemerintah No. 30 Tahun 1990 tentang Pendidikan tinggi;
3. Keputusan Menteri Agama RI No.390 Tahun 1993 tentang Organisasi dan tata kerja Institut Agama Islam Negeri Raden Fatah Palembang;
4. Keputusan Menteri Agama RI No. 404 tahun 1993 tentang statuta UIN Raden Fatah Palembang;
5. Keputusan Menteri Agama RI No.27 Tahun 1995 tentang Kurikulum Nasional Program Sarjana (S1) Institut Agama Islam Negeri;
6. Keputusan Menteri Agama RI No.232 Tahun 1991 yang telah disempurnakan dengan Keputusan Menteri Agama No. 298 Tahun 1993.

MEMUTUSKAN

MENETAPKAN

- Pertama : Menunjuk sdr. : 1 Drs.H. Aminullah Cik Sohar. M.Pd.I NIP : 19530923 198003 1 002
2 Neni Noviza. M.Pd. NIP : 19790304 200801 2 012

Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang masing-masing sebagai Pembimbing Utama dan Pembimbing Kedua Skripsi Mahasiswa :

Nama : M. ARUNG SAMUDRA
NIM/Jurusan : 12 52 0017 / Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)
Semester/Tahun : GENAP / 2015 – 2016
Judul Skripsi : Study Kasus Klien H. Yang Mengalami Phobia Sosial di Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Kedua : Berdasarkan masa studi tanggal 26 bulan Mei Tahun 2017.

Ketiga : Keputusan ini mulai berlaku satu tahun sejak tanggal ditetapkan dan akan ditinjau kembali apabila dikemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

DITETAPKAN DI PALEMBANG
PADA TANGGAL 26 – 05 – 2016

REKTOR UIN RADEN FATAH PALEMBANG
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi,
KUSNADI

TEBUSAN :

1. Rektor UIN Raden Fatah Palembang ;
2. Ketua Jurusan KPI / BPI / Jurnalistik / Sistem Informasi ;
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang ;
3. Mahasiswa yang bersangkutan.