

Togi Fitri Afriani Ambarita, S.Psi., M.Psi.



PROBLEMA FOBIA JARUM SUNTIK DAN PENANGANANNYA DENGAN PENDEKATAN TERAPI PERILAKU



Tentang Penulis



Penulis bernama lengkap **Togi Fitri Afriani Ambarita**. Lahir di Kota Tanjung Tiram 2 Agustus 1981. Ia adalah anak ke-empat dari enam bersaudara. Penulis besar dan bekerja di kota Medan, Sumatera Utara. Sejak tahun 2005 sudah aktif menjadi dosen LLDIKTI Wil. I, DPK Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen, Medan - hingga sekarang.

Penulis menyelesaikan pendidikan Sarjana (strata 1) di Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, Medan. Kemudian melanjutkan Pendidikan Magister Profesi Psikologi Majoring Klinis Dewasa di Universitas Padjadjaran, Bandung. Mata kuliah yang diampu yakni Psikologi Kepribadian, Modifikasi Perilaku, Psikologi Abnormal, Psikologi Klinis dan Psikologi Faal. Selain berprofesi sebagai dosen, beliau juga merupakan Psikolog Klinis yang aktif berpraktek di Biro Layanan Psikologi dan di Fasilitas Layanan Kesehatan. Ini adalah karya pertamanya dalam menulis buku dan merupakan rangkuman penelusuran literature yang dilakukan peneliti saat menyelesaikan thesis. Semoga tulisan ini dapat memberikan informasi dan bermanfaat bagi pembaca.



0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362



DIREKTORAT JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
KEMENTERIAN HUKUM & HAK ASASI MANUSIA RI.
EC00202360043

ISBN 978-623-151-235-2



9 786231 512352

PROBLEMA FOBIA JARUM SUNTIK DAN PENANGANANNYA DENGAN PENDEKATAN TERAPI PERILAKU

Togi Fitri Afriani Ambarita, S.Psi., M.Psi.



eureka
media aksara

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

**PROBLEMA FOBIA JARUM SUNTIK DAN
PENANGANANNYA DENGAN PENDEKATAN TERAPI
PERILAKU**

Penulis : Togi Fitri Afriani Ambarita, S.Psi., M.Psi..

Desain Sampul: Ardyan Arya Hayuwaskita

Tata Letak : Salma Fathina Hanin

ISBN : 978-623-151-235-2

No. HKI : EC00202360043

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, JULI 2023**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan
Bojongsari Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992
Surel : eurekamediaaksara@gmail.com
Cetakan Pertama : 2023

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau
seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara
apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan
teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Dalam perkembangan ilmu psikologi di Indonesia, bidang psikologi klinis merupakan cabang ilmu psikologi yang berperan penting dalam mengatasi permasalahan mental dan perilaku. Tantangan perkembangan zaman globalisasi, membuat kehidupan semakin dinamis. Perubahan berjalan dengan cepat dan variatif. Tantangan dan rintangan semakin massif muncul dalam berbagai aspek kehidupan sehingga menuntut kesiapan mental untuk menghadapi tekanan-tekanan yang muncul. Dengan demikian ulasan-ulasan ilmiah terkait masalah perilaku semakin dibutuhkan.

Salah satunya masalah perilaku yang cukup klasik yakni masalah fobia suntikan. Dalam buku ini akan dibahas terkait permasalahan perilaku fobia suntikan. Pembahasan tentang fobia suntikan dalam buku ini, umumnya berasal dari kondisi dan literatur yang di temukan di benua eropah atau amerika; dimana literasi jauh lebih berkembang. Fenomena fobia jarum suntik itu sendiri ditemukan diberbagai negara di dunia, termasuk Indonesia.

Karya tulis ini merupakan bahan tambahan bacaan untuk mahasiswa psikologi, khususnya yang tertarik di bidang klinis. Melalui tulisan ini pengetahuan mahasiswa bertambah mengenai gangguan psikologi fobia dan treatment yang bisa digunakan untuk mengatasinya. Tulisan ini juga bisa berguna bagi pihak lainnya, baik dari bidang psikologi atau non psikologi yang ingin menambah pengetahuan berkaitan dengan fobia jarum suntik dan penanganannya.

Harapan penulis semoga informasi melalui tulisan ilmiah sederhana ini bermanfaat bagi pembacanya, khususnya menjadi informasi pendukung untuk pengembangan psikologi klinis secara khusus.

Medan, Februari 2023
Penyusun,

Togi Fitri A Ambarita M.Psi
Dosen Fakultas Psikologi UHN

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
BAB 1 FOBIA JARUM SUNTIK	1
A. Pendahuluan	1
B. Pengertian Fobia	2
C. Fobia Sebagai Gangguan Kecemasan.....	3
D. Model Fisiologis Takut.....	8
E. Gejala (simptom) Kecemasan.....	13
F. <i>Blood-injection-Injury (BII) Type</i>	15
G. Teori <i>Behavior Tentang Fobia: Model "Conditioning"</i> dari fobia	31
BAB 2 BEHAVIOR THERAPY DALAM MENGATASI FOBIA JARUM SUNTIK.....	37
A. Pendahuluan	37
B. Systematic Desensitization	38
C. Dasar Teknik Systematic Desensitization	39
D. Paradigma Systematic Desensitization	44
E. Tahapan Terapi Systematic Desensitization.....	45
F. Beberapa Hasil Penelitian Penerapan Behaviour Therapy dalam mengatasi Fobia Jarum Suntik	46
DAFTAR PUSTAKA.....	50
TENTANG PENULIS	54



**PROBLEMA FOBIA JARUM SUNTIK DAN
PENANGANANNYA DENGAN
PENDEKATAN TERAPI PERILAKU**

Togi Fitri Afriani Ambarita S.Psi., M.Psi.



BAB 1

FOBIA JARUM SUNTIK

A. Pendahuluan

Fobia Jarum Suntik merupakan salah satu jenis *specific phobic*. *Specific phobia* merupakan salah satu kategori fobia dalam Dalam DSM-IV (*Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorder IV*). Fobia Spesifik ini, terbagi lagi menjadi beberapa spesifikasi, salah satunya yakni kategori *blood injury injection phobia* atau sering di singkat dengan BII, dimana fobia jarum suntik merupakan bagian dari fobia BII.

Fobia merupakan salah satu bentuk dari gangguan kecemasan. Sebagai bagian dari gangguan kecemasan, akar berkembangnya gejala ini adalah pengelolaan yang kurang adaptif terhadap pengalaman-pengalaman rasa takut yang menimbulkan rasa cemas, yang pernah dialami seseorang sepanjang kehidupan, terhadap sesuatu hal/objek tertentu. Dalam tulisan ini akan dijelaskan beberapa teori yang terkait untuk menjelaskan fobia misalnya defenisi dan kategorisasi fobia, kecemasan, konsep fisiologis takut dan teori pendekatan *behavior* yang menjelaskan tentang terbentuknya fobia. Kemudian secara khusus menjelaskan mengenai fobia jarum suntik dari berbagai literatur. Ada berbagai istilah yang digunakan berkaitan dengan gejala fobia jarum suntik berdasarkan literatur-literatur yang ditemukan,

BAB 2

BEHAVIOR THERAPY DALAM MENGATASI FOBIA JARUM SUNTIK

A. Pendahuluan

Defenisi *behaviour therapy* pada umumnya menekankan tentang hubungannya dengan teori belajar dan metode eksperimental. Wolpe (1969) menyatakan *behaviour therapy* adalah: penggunaan prinsip dan paradigma belajar yang telah ditegakkan secara eksperimental untuk mengatasi kebiasaan yang tidak adaptif.

Behaviour therapy diterapkan kepada masalah-masalah manusia, yang muncul karena terjadinya pembelajaran cara-cara yang maladaptif dalam merespon lingkungannya. Beberapa bentuk jenis pembelajaran, antara lain:

1. *Classical conditioning* atau belajar asosiasi.
2. *Instrumental* atau *operant conditioning*. Subyek mempelajari respon manakah yang menghasilkan imbalan atau penguat ketika stimulan atau *isyarat diskriminatif* yang sesuai hadir. Sebuah penguat merupakan konsekuensi yang meningkatkan probabilitas respon. Subyek akan menghentikan perilaku yang diperkuat ketika penguat dihilangkan atau di sebut dengan *extinction*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bellack, A. S. & Hersen, M. 1977. *Behavior Modification*, Baltimore; The William & Wilkins Company
- Davey GCL, Et al 1993. *UCS Inflation in the Aetiology of A Variety of Anxiety disorder: Some Case Histories*. *Behav. Res. Ther.* 31:498:8
- Davey, G. C. L. 1997. *Phobias: A Handbook of Theory, Research and Treatment*, Wiley & Son
- DSM-IV: *Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorders* (1994), fourth edition, American Psychiatric Association.
- Ellinwood EH. & Hamilton JG. 1991. *Case report of a needle phobia*. *J Fam Pract*;32: 420-3.
- Fernandez. 2003. *Rapid Desensitization for Needle Phobia*, *Psychosomatics* 44:3, May-June
- Ford, P., 2005. *Behavioral Therapy*, Gale Encyclopedia of Public Health, melalui www.healthline.com
- Gerlach, A. L., Et al. 2006. *Blood-Injury Phobia with and Without a History of Fainting: Disgust Sensitivity Does Not Explain the Fainting Response*, *Psychosomatic Medicine* 68:331-339, melalui www.psychosomaticmedicine.org,
- Halgin, Richard P, 2005. *Abnormal Psychology Clinical Perspective on Psychological Disorder*, edisi ke 4, Mc. Grawhill

- Hamilton J, 1995. *Needle Phobia: A Neglected Diagnosis*. J. Fam Pract ; 41:169-75
- Kanfer, F. H., & Philips, J. S., 1970. *Learning Foundations of Behaviour Therapy*, John Wiley & Son, Inc.
- Kessler R.C. Et al 2005. *Prevalence, Severity, and Comorbidity of 12-Month DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication*. Arch Gen Psychiatry 62:617-25
- Kose S, Mandiracioglu A. 2007. *Fear of Blood and Injection in Healty and Unhealthy Adults Admitted to a Teaching Hospital*. Int J Clin Prac 61:453-7
- Liliecreutz C. & Josefsson A. 2008. *Prevalence of Blood and Injection Phobia Among Pregnant Women*. Acta Obstet Gynecol Scand 87:1279-9
- Marks, I. & Dar, R. 2000. *Fear Reduction by Psychotherapies*, British Journal of Psychiatry
- Martin, G., & Pear, J. 1996. *Behaviour Modification, What is and How To Do It* (edisi 5) New Jersey; Prentice Hall Inc.
- Nevid, J. S. Et al. 2002. *Psikologi Abnormal*, edisi ke 5, Erlangga, Jakarta.
- Nir Y. Et al. 2003. *Fear of Injections in Young Adults: Prevalence and Associations*. Am J Trop Med Hyg 68:341-4
- Nolen, S. H. 2004. *Abnormal Psychology*, second edition. McGrawHill Companies, Inc. New York.

- Olatunji BO. Et al. 2006. *Disgust, Anxiety and Fainting Symptoms Associated With Blood Injection-Injury Fears: A Structural Model*. J. Anxiety Disord 20:23:41
- Ost L. 1992. *Blood and Injection Phobia. Background and Cognitive, Physiological and Behavioral Variables*. J. Abnorm Psychol 101:68-74
- Rathus, S. A. & Nevid J. S. 1977. *Behavior Therapy*. A Signet Book, New American Library.
- Redd, W. H., Et al. 1979. *Behaviour Modification, Behavioral Approaches to Human Problem*, New York - Random House
- Spiegler M. D., Guevremont D.C., 2010. *Contemporary Behavior Therapy*, Wadsworth Cengage Learning
- Tyron, W. W., 2005. *CLINICAL PSYCHOLOGY REVIEW: Possible Mechanisms for Why desensitization and exposure therapy work*, Elsevier, melalui www.sciencedirect.com
- Walker, C. E., et al 1981, *Clinical Procedures for Behaviour Therapy*, Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall
- Wenzel, A & Craig S. H. 2002. *Validation of the Multidimensional Blood/Injury Phobia Inventory: Evidence for a Unitary Construct*, Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, vol 25. no. 3, September 2003
- Wright & Garfield. 2009. *Fear of Needles: Nature and Prevalence in General Practice*, Australian Family Physician, vol.38.n0.3 March 2009.

- Wiramihardja, S. 2005. Pengantar Psikologi Abnormal, Refika Aditama, Bandung,
- Wolpe, J. 1969. *The practice of behavior therapy*, New York, Pergamon Press
- Yates, A. J. 1970. *Behaviour Therapy*. New York, London, Sydney, Toronto: John Wiley & Sons, Inc.
- Yim L. 2006. *Belonephobia - a fear of needles*. Aust Fam Physician 2006;35 :623-4.

TENTANG PENULIS



Penulis bernama lengkap Togi Fitri Afriani Ambarita. Lahir di Kota Tanjung Tiram 2 Agustus 1981. Ia adalah anak ke-empat dari enam bersaudara. Penulis besar dan bekerja di kota Medan, Sumatera Utara. Sejak tahun 2005 sudah aktif menjadi dosen LLDIKTI Wil. I, DPK Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen, Medan - hingga sekarang. Penulis menyelesaikan pendidikan Sarjana (strata 1) di Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, Medan. Kemudian melanjutkan Pendidikan Magister Profesi Psikologi Majoring Klinis Dewasa di Universitas Padjadjaran, Bandung. Mata kuliah yang diampu yakni Psikologi Kepribadian, Modifikasi Perilaku, Psikologi Abnormal, Psikologi Klinis dan Psikologi Faal. Selain berprofesi sebagai dosen, beliau juga merupakan Psikolog Klinis yang aktif berpraktek di Biro Layanan Psikologi dan di Fasilitas Layanan Kesehatan. Ini adalah karya pertamanya dalam menulis buku dan merupakan rangkuman penelusuran literature yang dilakukan peneliti saat menyelesaikan thesis. Semoga tulisan ini dapat memberikan informasi dan bermanfaat bagi pembaca.



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202360043, 27 Juli 2023

Pencipta
Nama : **Togi Fitri Afriani Ambarita, S.Psi., M.Psi.**
Alamat : **Jl. Bunga Wijaya Kesuma No. 87 Padang Bulan, Medan, Sumatera Utara, Medan, Sumatera Utara, 20131**
Kewarganegaraan : **Indonesia**

Pemegang Hak Cipta
Nama : **Togi Fitri Afriani Ambarita, S.Psi., M.Psi.**
Alamat : **Jl. Bunga Wijaya Kesuma No. 87 Padang Bulan, Medan, Sumatera Utara, Medan, SUMATERA UTARA 20131**
Kewarganegaraan : **Indonesia**
Jenis Ciptaan : **Buku**
Judul Ciptaan : **Problema Fobia Jarum Suntik Dan Penanganannya Dengan Pendekatan Terapi Perilaku**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : **5 Juli 2023, di Purbalingga**
Jangka waktu perlindungan : **Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.**
Nomor pencatatan : **000492983**

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri



Anggoro Dasananto
NIP. 196412081991031002

Disclaimer:
Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.