

## TINGKAT KETAKUTAN (*FEAR OF COVID-19 SCALE*) MASYARAKAT DI MASA PANDEMI COVID-19

### COMMUNITY'S LEVEL OF FEAR (*FEAR OF COVID-19 SCALE*) DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Hoirunnisa<sup>1\*</sup>, Artiarini Puspita<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta  
Jl. Ir. H. Juanda No. 95 Ciputat 15412

\*Corresponding Author

E-mail: [hoirunnisawandi@gmail.com](mailto:hoirunnisawandi@gmail.com)

#### Abstract

The Covid-19 pandemic has an impact on a person's psychology and even the wider community, such as feelings of fear, worry, depression, stress and anxiety. This study aims to determine the level of public fear in the face of the Covid-19 pandemic. This study uses a quantitative research design with a cross sectional approach. The population in this study was the age group of 14-60 years from adolescence to late adulthood. Based on gender, the sample consisted of 209 males and 266 females with a total of 475 respondents. The sampling technique used was non-probability sampling, namely accidental sampling. Data collection uses google forms which are shared through various social media. The research instrument used was the Fear of Covid -19scale (FCV-19S) developed by Ahorsu, et. All (2020) which consists of 7 items. In this study, 14 items were added, with a total of 21 items. The independent variables of this study were gender and age. The variable of this research is the level of people's fear. Statistical test used for univariate analysis is frequency distribution and bivariate analysis using chi-square test. Tests used in this study using Amos and SPSS software. The results of the community network level for Covid-19 based on gender are at a moderate level of fear, with a higher percentage of women, namely 57% and men 43%. The results of the Covid-19 network relationship test with gender were said to be significantly related to a chi-square value of 0.001 ( $< 0.05$ ). Likewise, the results of the community's level of fear of Covid-19 based on age are at a moderate level of fear, with the percentage of adults being 90% higher than 10% of teenagers. The results of the test of the relationship between COVID-19 fear and age were said to be not significantly related, because the chi-square value was  $> 0.05$  (0.265).

**Keywords:** Covid-19 pandemic, Fear of Covid-19 Scale, Public

#### Abstrak

Pandemi Covid-19 berdampak pada psikologis seseorang bahkan masyarakat luas, seperti perasaan takut, khawatir, tertekan, stress dan kecemasan. Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat ketakutan masyarakat dalam menghadapi pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah usia 14-60 tahun kategori remaja sampai dewasa akhir. Berdasarkan jenis kelamin, sampel terdiri atas 209 laki-laki dan 266 perempuan dengan total 475 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non*

*probability sampling* yaitu *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan *google form* yang dibagikan melalui berbagai media sosial. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Fear of Covid -19scale (FCV-19S)* yang dikembangkan oleh Ahorsu, et. All (2020) yang terdiri dari 7 item. Pada penelitian ini ditambahkan 14 item, dengan jumlah keseluruhan 21 item. Variabel bebas penelitian ini adalah jenis kelamin dan usia. Variabel terikat penelitian ini adalah tingkat ketakutan Covid-19 masyarakat. Uji statistik yang digunakan untuk analisis univariat adalah distribusi frekuensi serta analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*. Pengujian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan software Amos dan SPSS. Hasil tingkat ketakutan masyarakat terhadap Covid-19 berdasarkan jenis kelamin berada pada tingkat ketakutan sedang, dengan presentase perempuan lebih banyak yaitu 57% dan laki-laki 43%. Hasil uji hubungan ketakutan Covid-19 dengan jenis kelamin dikatakan berhubungan signifikan dengan nilai *chi-square* 0,001 ( $<0,05$ ). Begitupun dengan hasil tingkat ketakutan masyarakat terhadap Covid-19 berdasarkan usia berada pada tingkat ketakutan sedang, dengan presentase usia dewasa jauh lebih banyak 90% dibandingkan usia remaja 10%. Hasil uji hubungan ketakutan Covid-19 dengan usia dikatakan tidak berhubungan signifikan, karena nilai *chi-square*  $>0,05$  (0,265).

**Kata Kunci:** Pandemi Covid-19, *Fear of Covid-19 Scale*, Masyarakat

## PENDAHULUAN

Sejak pengumuman resmi pertama pada 31 Desember 2019 oleh Komisi Kesehatan Kota Wuhan (WHO, 2020), Covid-19 dengan cepat menyebar di Cina hingga menyebar ke negara lain di antara akhir 2019 dan awal 2020. Kasus Covid-19 di Indonesia dikonfirmasi untuk pertama kalinya pada tanggal 2 Maret 2020. Pada 29 Maret 2020, kasus ini mencapai 1.285 kasus di 34 provinsi. Hingga bulan Juni 2021 kasus masih terus bertambah, dengan jumlah total kasus 2 juta lebih di Indonesia.

Kasus kematian Covid-19 relatif tinggi, yang mengakibatkan individu mulai mengkhawatirkan tertular Covid-19. Tingkat ketakutan yang tinggi membuat individu tidak bisa berpikir jernih dan secara rasional terhadap cara penanganan Covid-19. Mengantisipasi dan mengurangi jumlah penderita virus corona di Indonesia sudah dilakukan di seluruh daerah. Antaranya dengan

memberikan kebijakan membatasi aktifitas keluar rumah, kegiatan sekolah dirumahkan, bekerja dari rumah, bahkan kegiatan beribadah pun dirumahkan. Hampir seluruh kegiatan dirumahkan, dan kebijakan ini diharapkan dapat membantu mencegah penyebaran virus corona ke suatu wilayah, sehingga masyarakat yang berada di suatu wilayah tersebut diharapkan dapat terhindar dari wabah yang cepat menyebar tersebut.

Pandemi ini tidak hanya menambah resiko kematian akibat infeksi virus tetapi juga memberi tekanan psikologis pada orang-orang di seluruh dunia. Sifat pandemiknya telah menyebabkan kekhawatiran, ketakutan, dan kecemasan yang meluas (Ahorsu et al. 2020). Ketakutan sendiri adalah respon emosional terhadap ancaman yang akan terjadi, seperti Covid-19 yang beberapa diantaranya menyebabkan kematian. Ilmuwan di seluruh dunia telah berfokus pada aspek diagnostik dan

terapeutik mengobati Covid-19. Di sisi lain, ada sejumlah studi terbatas mengenai dampak psikologis Covid-19 pada kesehatan mental (Mamun dan Griffiths 2020; Pakpour dan Griffiths 2020; Schimmenti dkk. 2020; Wang et al. 2020). Ahorsu et al (2020) mengembangkan instrumen / alat ukur baru yang valid dan dapat diandalkan untuk menilai ketakutan Covid-19 yaitu *Fear of Covid-19 Scale (FCV-19S)* dengan sampel masyarakat Iran berjumlah 717 responden. Maka dari itu peneliti menggunakan alat ukur FCV-19S untuk mengukur tingkat ketakutan Covid-19 di Indonesia.

#### **Adaptasi**

Adaptasi alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan panduan *International Test Commission (ITC)* edisi kedua yang terbit tahun 2016 (Hambleton, R. K., Merenda, P. F., & Spielberger, C. D., 2016). Ada empat tahap yang dilakukan dalam proses adaptasi alat ukur ini. **Pertama**, alat ukur diterjemahkan dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia oleh dua orang penerjemah independen. **Kedua**, alat ukur versi Bahasa Indonesia direview oleh dua orang reviewer untuk memeriksa kejelasan kalimat, tingkat kesulitan kata, dan akurasi terjemahan dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia. **Ketiga**, alat ukur versi Bahasa Indonesia diterjemahkan kembali ke Bahasa Inggris oleh dua penerjemah independen yang berbeda dari penerjemahan awal. **Keempat**, alat ukur versi Bahasa Indonesia yang sudah disempurnakan disajikan kepada beberapa partisipan

untuk mengetahui pemahaman partisipan terhadap setiap aitem.

Pada penelitian ini, penerjemah pertama yang mahir bahasa Inggris peneliti menggunakan jasa dari Pusat Bahasa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Sedangkan penerjemah kedua yang memahami ilmu psikologi adalah salah satu Dosen mata kuliah Psikologi di Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta yaitu Artiarini Puspita Arwan, M.Psi.

#### ***Fear of Covid-19 Scale (FCV-19S)***

Alat ukur ini dikembangkan oleh Ahorsu, et all (2020) *The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation, International Journal of Mental Health and Addiction*. Alat ukur ini terdiri dari 7 item. Pada penelitian ini disepakati untuk ditambahkan 14 item menjadi total 21 item.

Alat ukur *Fear of Covid-19* menggunakan empat item Skala Likert, terdiri dari "sangat tidak setuju", "tidak setuju", "setuju" dan "sangat setuju". Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini memiliki pernyataan positif dan negatif. Skor tertinggi diberikan pada pilihan jawaban sangat setuju dan skor terendah diberikan pada pilihan jawaban sangat tidak setuju untuk pernyataan *favorable*, sedangkan pada pernyataan *unfavorable* skor tertinggi diberikan pada pilihan sangat tidak setuju dan skor terendah diberikan pada pilihan sangat setuju.

#### **METODOLOGI**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan



pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang berusia 14-60 tahun kategori remaja sampai dewasa akhir. Berdasarkan jenis kelaminnya, responden terdiri atas 209 laki-laki dan 266 perempuan dengan total 475 responden.

Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner *fear of Covid-19* (FCV-19S) versi Indonesia secara online menggunakan google form kepada responden laki-laki dan perempuan. Teknik sampling penelitian ini menggunakan *teknik non probability sampling* yaitu *accidental sampling*, dikarenakan keterbatasan peneliti untuk mendapatkan *sampling frame* masyarakat. Pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara memilih sampel yang memenuhi kriteria penelitian sampai kurun waktu tertentu, sehingga jumlah sampel terpenuhi. Kurun waktu pengambilan sampel dalam penelitian ini selama 2 bulan.

Variabel bebas penelitian ini adalah jenis kelamin dan usia. Variabel terikat penelitian ini adalah tingkat ketakutan Covid-19 masyarakat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Fear of Covid-19*

*Scale* dari Ahorsu, et all. Instrumen ini merupakan kuesioner baku yang telah diketahui validitasnya 0,66 hingga 0,74 serta nilai reliabilitasnya 0,82. Instrumen *Fear of Covid-19 Scale* dimodifikasi dengan menyesuaikan kondisi selama pandemi *Covid-19* di Indonesia. Semula terdiri dari 7 item, kemudian ditambahkan 14 item, dengan jumlah keseluruhan 21 item. Pengukuran ketakutan Covid-19 (*Fear of Covid-19 Scale*) masyarakat dikategorikan menjadi tiga yaitu ringan dengan nilai skor kurang dari  $\geq 44$ , sedang untuk nilai skor 45-60, dan tinggi dengan nilai skor  $\leq 61$ .

Analisis data pada uji validitas konstruk instrumen *fear of Covid-19*, peneliti menggunakan metode CFA (*confirmatory factor analysis*) menggunakan *software* Amos. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi. Sedangkan, analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* melalui *software* SPSS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 menggambarkan demografis penyebaran responden penelitian berdasarkan jenis kelamin dan usia.

**Tabel 1.** Demografis Penyebaran Responden

Kriteria		Jumlah	Total
Jenis Kelamin	Laki-Laki	209	475
	Perempuan	266	
Usia	Remaja	47	475
	Dewasa	428	



Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa responden laki-laki dalam penelitian berjumlah 209 orang, sementara responden perempuan dalam penelitian ini berjumlah 266 orang. Responden dengan usia remaja berjumlah 47 orang dan usia dewasa berjumlah 428 orang.

Pada penelitian ini, peneliti menambahkan 14 item pada skala *fear of Covid-19*, yang semula hanya 7 item menjadi 21 item. Penambahan item mengacu pada kebutuhan dalam penelitian dan kondisi masyarakat Indonesia. Tabel 2 menunjukkan hasil adaptasi alat ukur *fear of Covid-19* dari 2 translator.

**Tabel 2.** Hasil Adaptasi Alat Ukur

Alat ukur <i>Fear of Covid-19</i>		
No	Item Asli	Item Akhir
1	I am most afraid of Corona.	Saya sangat takut terhadap Virus Corona.
2	It makes me uncomfortable to think about Corona.	Memikirkan Virus Corona membuat saya tidak nyaman.
3	My hands become clammy when I think about Corona.	Telapak tangan saya berkeringat ketika memikirkan tentang Virus Corona.
4	I am afraid of losing my life because of Corona.	Saya takut kehilangan nyawa karena Virus Corona.
5	When I watch news and stories about Corona on social media, I become nervous or anxious.	Ketika mendengar berita mengenai Virus Corona di media sosial, saya menjadi gugup dan cemas.
6	I cannot sleep because I'm worrying about getting Corona.	Saya tidak bisa tidur karena takut terinfeksi Virus Corona.
7	My heart races or palpitates when I think about getting Corona.	Jantung saya berdebar-debar ketika memikirkan tentang Virus Corona.

Selanjutnya dilakukan uji validitas alat ukur dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *confirmatory factor analysis* (CFA) dengan *software* Amos.

Hasil CFA pada alat ukur *fear of Covid-19*:

Chi square = 316,193

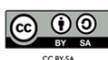
P value = 0,000

RMSEA = 0,050

Dengan hasil ini dapat dikatakan model fit dan instrumen *fear of Covid* adalah instrumen unidimensional. Hal tersebut terlihat dari kriteria nilai

RMSEA  $\leq$  0,05 yang artinya model dengan satu faktor. Hasil koefisien alpha cronbach *fear of Covid-19* sebesar 0,835. Maka instrumen ini memiliki reliabilitas yang baik, karena berada di atas batas minimal yaitu 0,60.

Hasil distribusi frekuensi alat ukur *fear of Covid-19* menunjukkan bahwa 50% lebih responden takut terhadap virus corona, hal tersebut ditandai dengan beberapa gejala yang dialami responden seperti keluar keringat dari telapak tangan, tidak bisa tidur dan jantung berdetak lebih ketika membahas ataupun mendengar berita



terkait virus corona yang semakin hari semakin memakan korban jiwa. Tabel 3 menunjukkan rincian hasil distribusi

frekuensi pada alat ukur *fear of Covid-19*.

**Tabel 3.** Hasil Distribusi Frekuensi

<i>Alat ukur Fear of Covid-19</i>			
Pernyataan	Respon	F	%
Saya sangat takut terhadap Virus Corona	Sangat Setuju	60	12,6
	Setuju	233	49,1
	Tidak Setuju	142	29,9
	Sangat Tidak Setuju	40	8,4
Memikirkan Virus Corona membuat saya tidak nyaman	Sangat Setuju	41	8,6
	Setuju	170	35,8
	Tidak Setuju	215	45,3
	Sangat Tidak Setuju	49	10,3
Telapak tangan saya berkeringat ketika memikirkan tentang Virus Corona	Sangat Setuju	163	34,3
	Setuju	282	59,4
	Tidak Setuju	26	5,5
	Sangat Tidak Setuju	4	0,8
Saya takut kehilangan nyawa karena Virus Corona	Sangat Setuju	94	19,8
	Setuju	200	42,1
	Tidak Setuju	148	31,2
	Sangat Tidak Setuju	33	6,9
Ketika mendengar berita mengenai Virus Corona di media sosial, saya menjadi gugup dan cemas	Sangat Setuju	95	20,0
	Setuju	266	56,0
	Tidak Setuju	104	21,9
	Sangat Tidak Setuju	10	2,1
	Sangat Setuju	166	34,9



Alat ukur <i>Fear of Covid-19</i>			
Pernyataan	Respon	F	%
Saya tidak bisa tidur karena takut terinfeksi Virus Corona	Setuju	273	57,5
	Tidak Setuju	28	5,9
	Sangat Tidak Setuju	8	1,7
Jantung saya berdebar-debar ketika memikirkan tentang Virus Corona	Sangat Setuju	162	34,1
	Setuju	269	56,6
	Tidak Setuju	40	8,4
	Sangat Tidak Setuju	4	0,8

Tabel 3 menunjukkan ketakutan seseorang terhadap Covid-19 berdasarkan data di lapangan.

(1) Pernyataan: *“Saya sangat takut terhadap Virus Corona*. Dari 475 responden yang menyatakan sangat setuju ada 60 orang (12,6%), setuju ada 233 orang (49,1%), tidak setuju 142 (29,9%) dan sangat tidak setuju ada 40 orang (8,4%).

(2) Pernyataan: *“Memikirkan Virus Corona membuat saya tidak nyaman”*. Dari 475 responden yang menyatakan sangat setuju ada 41 orang (8,6%), setuju ada 170 orang (35,8%), tidak setuju 215 (45,3%) dan sangat tidak setuju ada 49 orang (10,3%).

(3) Pernyataan: *“Telapak tangan saya berkeringat ketika memikirkan tentang Virus Corona”*. Dari 475 responden yang menyatakan sangat setuju ada 163 orang (34,3%), setuju ada 282 orang (59,4%), tidak setuju 26

(5,5%) dan sangat tidak setuju ada 4 orang (0,8%).

(4) Pernyataan: *“Saya takut kehilangan nyawa karena Virus Corona”*. Dari 475 responden yang menyatakan sangat setuju ada 94 orang (19,8%), setuju ada 200 orang (42,1%), tidak setuju 148 (31,2%) dan sangat tidak setuju ada 33 orang (6,9%).

(5) Pernyataan: *“Ketika mendengar berita mengenai Virus Corona di media sosial, saya menjadi gugup dan cemas”*. Dari 475 responden yang menyatakan sangat setuju ada 95 orang (20%), setuju ada 266 orang (56%), tidak setuju 104 (21,9%) dan sangat tidak setuju ada 10 orang (2,1%).

(6) Pernyataan: *“Saya tidak bisa tidur karena takut terinfeksi Virus Corona”*. Dari 475 responden yang menyatakan sangat setuju ada 166 orang (34,9%), setuju ada 273 orang (57,5%), tidak setuju 28 (5,9%) dan sangat tidak setuju ada 8 orang (1,7%).



(7) Pernyataan: “*Jantung saya berdebar-debar ketika memikirkan tentang Virus Corona*”. Dari 475 responden yang menyatakan sangat setuju ada 162 orang (34,1%), setuju ada 269 orang (56,6%), tidak setuju 40 (8,4%) dan sangat tidak setuju ada 4 orang (0,8%).

Hasil pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pada situasi pandemi menimbulkan ketakutan pada banyak orang (lebih dari 50% responden), karena takut tertular Covid-19. Data yang ditemukan tersebut diperkuat dengan pendapat (Atkinson, 2009), bahwa situasi pandemi Covid-19 merupakan hal yang manusiawi, karena Covid adalah virus jenis baru, yang penyebarannya masif dan mengancam nyawa, menurut Atkinson, sebagian besar manusia cemas dan takut jika menghadapi situasi yang mengancam, dan perasaan tersebut merupakan reaksi yang normal terhadap stress.

Dalam Teori Spielberger (1972) mengatakan bahwa *state anxiety level* merupakan suatu keadaan kecemasan yang dapat didefinisikan dalam istilah intensitas, perasaan tegang, ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi, dan kekhawatiran yang dialami oleh seorang individu dalam keadaan waktu tertentu, serta peningkatan aktivitas sistem saraf otonom yang menyertai perasaan ini. Di dalam hal ini dimana masyarakat

dihadapkan dengan pandemi *Covid-19*, sehingga masyarakat merasa lebih takut dan khawatir akan adanya berbagai fenomena yang terjadi akibat *Covid-19*.

Ketakutan, kecemasan dan ketidakpastian, terutama dapat menyebabkan peningkatan penyakit yang berhubungan dengan stres, serta juga dapat memperburuk gangguan mental yang sudah ada sebelumnya.

### **Ketakutan ditinjau dari Aspek Jenis Kelamin**

Responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan yang berjenis kelamin laki-laki. Sebuah riset terkait kecemasan dalam menghadapi Covid-19 di Kota Semarang dan Kota Cilacap tahun 2020 menyebutkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan 69% lebih mengalami kecemasan dibandingkan dengan responden laki-laki hanya 31%. Survei di Israel (2020) menunjukkan secara statistik bahwa jenis kelamin perempuan lebih cemas daripada laki-laki. Sejalan dengan penelitian ini yang menyebutkan bahwa responden yang berjenis kelamin perempuan lebih mengalami ketakutan Covid-19 dibandingkan dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki. Tabel 4 menunjukkan hasil *crosstabulation* dan *chi square* terkait jenis kelamin dan *fear of Covid-19*:



**Tabel 4.** Hasil Tingkat Ketakutan Covid-19 berdasarkan Jenis Kelamin

**Tingkat Ketakutan ^ Jenis Kelamin Crosstabulation**

			Jenis Kelamin		Total
			Laki-laki	Perempuan	
Tingkat Ketakutan Rendah	Count	20 <sup>a</sup>	6 <sup>b</sup>	26	
	% within Tingkat Ketakutan	76.9%	23.1%	100.0%	
Sedang	Count	177 <sup>a</sup>	235 <sup>a</sup>	412	
	% within Tingkat Ketakutan	43.0%	57.0%	100.0%	
Tinggi	Count	12 <sup>a</sup>	25 <sup>a</sup>	37	
	% within Tingkat Ketakutan	32.4%	67.6%	100.0%	
Total	Count	209	266	475	
	% within Tingkat Ketakutan	44.0%	56.0%	100.0%	

Each subscript letter denotes a subset of Jenis Kelamin categories whose column proportions do not differ significantly from each other at the .05 level.

Penelitian ini dikategorikan menjadi tiga yaitu ketakutan ringan dengan nilai skor kurang dari  $\leq 44$ , ketakutan sedang untuk nilai skor 45-60, dan ketakutan tinggi dengan nilai skor  $\geq 61$ . Pada Tabel 4 menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan memiliki tingkat ketakutan rendah 23,1 % dan laki-laki 76,9 % yang berarti tingkat ketakutan rendah terhadap Covid-19

lebih tinggi laki-laki dibandingkan perempuan. Tingkat ketakutan sedang terhadap Covid-19 lebih tinggi perempuan dengan presentase 57% dan laki-laki 43%. Hasil yang sama didapatkan untuk ketakutan tinggi terhadap Covid-19 yaitu perempuan dengan presentase 67,6% dan laki-laki 32,4%.

**Tabel 5.** Hasil Uji Hubungan antara Ketakutan Covid-19 dengan Jenis Kelamin

**Chi-Square Tests**

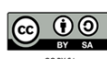
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.627 <sup>a</sup>	2	.001
Likelihood Ratio	13.955	2	.001
Linear-by-Linear Association	10.641	1	.001
N of Valid Cases	475		

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.44.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat ketakutan Covid-19 dengan jenis kelamin selama masa pandemi dengan nilai *chi-square* 0,001 ( $<0,05$ ).

**Ketakutan ditinjau dari Aspek Usia**

Responden dari segi usia dewasa lebih banyak dibandingkan usia remaja. Penelitian terkait ketakutan Covid-19 dari segi usia sangat minim dilakukan, maka itu peneliti ingin mengetahui



tingkat ketakutan Covid-19 pada menunjukkan hasil *crosstabulation* dan kategori usia yang terbagi atas usia *chi square* terkait usia dan *fear of Covid-19*. dewasa dan usia remaja. Tabel 6

**Tabel 6.** Hasil Tingkat Ketakutan Covid-19 berdasarkan Usia

**Tingkat Ketakutan \* Usia Crosstabulation**

			Usia		Total
			Remaja	Dewasa	
Tingkat Ketakutan Rendah	Count	1 <sup>a</sup>	25 <sup>a</sup>	26	
	% within Tingkat Ketakutan	3.8%	96.2%	100.0%	
Sedang	Count	41 <sup>a</sup>	371 <sup>a</sup>	412	
	% within Tingkat Ketakutan	10.0%	90.0%	100.0%	
Tinggi	Count	6 <sup>a</sup>	31 <sup>a</sup>	37	
	% within Tingkat Ketakutan	16.2%	83.8%	100.0%	
Total	Count	48	427	475	
	% within Tingkat Ketakutan	10.1%	89.9%	100.0%	

Each subscript letter denotes a subset of Usia categories whose column proportions do not differ significantly from each other at the .05 level.

Penelitian ini dikategorikan menjadi tiga yaitu ketakutan ringan dengan nilai skor kurang dari  $\leq 44$ , ketakutan sedang untuk nilai skor 45-60, dan ketakutan tinggi dengan nilai skor  $\geq 61$ . Data Tabel 6 menunjukkan bahwa usia dewasa memiliki nilai yang terpantau jauh terkait tingkat ketakutan

Covid-19. Pada kategori ketakutan rendah, usia dewasa memiliki presentase 96,2% sedangkan usia remaja hanya 3,8%. Begitupula pada kategori sedang dan tinggi, usia dewasa memiliki presentase 90% dan 83,8% sedangkan usia remaja hanya 10% dan 16,2%.

**Tabel 7.** Hasil Uji Hubungan antara Ketakutan Covid-19 dengan Usia

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	2.653 <sup>a</sup>	2	.265
Likelihood Ratio	2.755	2	.252
Linear-by-Linear Association	2.647	1	.104
N of Valid Cases	475		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.63.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat ketakutan Covid-19 dengan usia

selama masa pandemi, dikarenakan nilai *chi-square* 0,265 ( $>0,05$ ).



## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada penelitian ini adalah tingkat ketakutan masyarakat terhadap Covid-19 berdasarkan jenis kelamin lebih tinggi dialami pada perempuan pada tingkat ketakutan sedang dan memiliki hubungan yang signifikan antara kedua variabel. Begitupun dengan hasil tingkat ketakutan Covid-19 dari variabel usia berada pada tingkat ketakutan sedang dengan presentase usia dewasa jauh lebih banyak dibandingkan usia remaja, tetapi pada kategori usia tidak adanya hubungan yang signifikan antara ketakutan Covid-19 dengan variabel usia.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ditujukan kepada para pihak yang membantu dalam proses dan penyelesaian penelitian ini, yaitu Ibu Artirini Puspita selaku penulis kedua yang selalu memberikan saran dan masukan terkait perbaikan penelitian, serta para Responden penelitian yang telah menyempatkan waktu dan pikiran dalam menjawab setiap item pernyataan yang ada. Tanpa adanya orang-orang terkait, penelitian ini tidak akan mendapatkan hasil yang sesuai dengan tujuan penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anastasi, A., & Urbina, S. (2007). *Tes Psikologi* (Edisi 7). Indeks: Jakarta.
- Ahorsu, D. K., Lin, C.-Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). The fear of COVID-19 scale: development and initial validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>.
- Atkinson, R. (2009). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Bareket-Bojmel L, Shahar G, Margalit M. (2020). COVID-19-Related Economic Anxiety Is As High as Health Anxiety: Findings from the USA, the UK, and Israel. *Int J Cogn Ther*.
- Mamun, M. A., & Griffiths, M. D. (2020). First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: possible suicide prevention strategies. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102073. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102073>.
- Lin, C.-Y. (2020). Social reaction toward the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *Social Health and Behavior*, 3(1), 1–2. <https://doi.org/10.4103/SHB.SH.B.11.20>.
- Ryan-Arredondo, K. (2002). An evaluation of internal bias as a function of Hispanic status on the Minnesota Multiphasic Personality Inventory Lie Scale. Disertasi. Texas A&M University.
- Ratcliffe, Rebecca. (2 Maret 2020). "First coronavirus cases



confirmed in Indonesia amid fears nation is ill-prepared for an outbreak". The Guardian (dalam bahasa Inggris).

Skapinakis P. Spielberger. (2014). State-Trait Anxiety Inventory BT - Encyclopedia of Quality of Life

and Well-Being Research. In: Michalos AC, editor. Dordrecht: Springer Netherlands; p. 6261–4. Available from: [https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5\\_2825](https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_2825)



**DESENTISISASI SISTEMATIS: UPAYA KURATIF UNTUK  
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SEORANG KONSELI  
PENDERITA GLOSSOPHOBIA**

***SYSTEMATIC DESENSITIZATION: A CURATIVE EFFORT TO  
INCREASE THE SELF CONFIDENCE OF A COUNSELEE WITH  
GLOSSOPHOBIA***

**Syaifatul Jannah<sup>1\*</sup>, Siti Azhara<sup>1</sup>, Moh. Wardi<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Institut Dirosat Islamiyah Al-Amien Preduan Sumenep, Indonesia

\*Corresponding Author

E-mail: [syaifatuljannah95@gmail.com](mailto:syaifatuljannah95@gmail.com)

**Abstract**

*This article is about behavior counseling with systematic desensitization techniques to increase confidence of a female student with glossophobia, which is described in two focuses, that is, how is the behavior counseling process with systematic desensitization techniques to increase confidence of a female student with glossophobia and what is the final result of behavior counseling with systematic desensitization technique to increase confidence in a female student with glossophobia. The research method uses a qualitative approach, with the type of case study, and the data collection methods used are interviews, observations, and documentations. The results of data collection were processed using data analysis techniques from Milles and Huberman, those are data reduction, data display, and conclusion. The subject in this study is a student who suffers from glossophobia. The results showed that there were five stages of counseling used, those are problem identification, diagnosis, prognosis, treatment, and evaluation and follow-up. In giving treatment, the researcher applied a systematic desensitization technique which was carried out for five meetings with the steps. First, developing a hierarchy of anxiety. Second, deal with the hierarchy of anxiety from the mildest to the most severe. Third, do relaxation. Fourth, conditioning. Fifth, conduct self-regulated learning. Sixth, give homework. Seventh, fill out a reflection questionnaire. While the final result of the implementation of counseling, which can be said to be successful, because the anxiety experienced by the counselee begins to decrease and looks more confident*

**Keywords:** *systematic desensitization, confidence, glossophobia*

**Abstrak**

Artikel ini tentang konseling behavior dengan teknik desensitisasi sistematis untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang mahasiswa penderita *glossophobia* yang dijabarkan dalam dua fokus yaitu, bagaimana proses konseling behavior dengan teknik desensitisasi sistematis untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang mahasiswa penderita *glossophobia* dan bagaimana hasil akhir konseling behavior dengan teknik desensitisasi sistematis untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang mahasiswa penderita *glossophobia*. Adapun metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan jenis studi kasus, dan metode pengumpulan data yang dipakai adalah

wawancara, observasi, serta dokumentasi. Hasil pengumpulan data kemudian diolah dengan menggunakan teknik analisis data dari Milles dan Huberman, yakni reduksi data, display data, dan *conclusion*. Subjek dalam penelitian ini yaitu seorang mahasiswi yang menderita *glossophobia*. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat lima tahapan konseling yang digunakan yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan evaluasi dan *follow up*. Dalam pemberian *treatment* peneliti menerapkan teknik desentisasi sistematis yang dilakukan selama lima kali pertemuan dengan langkah-langkah, pertama, menyusun hierarki kecemasan. Kedua, menangani hierarki kecemasan dari yang paling ringan ke yang paling berat. Ketiga, melakukan relaksasi. Keempat, pengkondisian. Kelima, melakukan *self regulated learning*. Keenam, memberikan tugas rumah. Ketujuh, mengisi angket refleksi. Sedangkan hasil akhir dari pelaksanaan konseling, yaitu dapat dikatakan berhasil, karena kecemasan berbicara di depan publik yang dialami oleh konseli mulai menurun dan terlihat lebih percaya diri

**Kata Kunci:** desensitisasi sistematis, kepercayaan diri, *glossophobia*.

## PENDAHULUAN

Willis mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain (Ghufron dan Risnawati, 2011). *Self confidence* atau biasa disebut kepercayaan diri merupakan salah satu unsur dari unsur-unsur kepribadian yang memegang peran penting dalam kehidupan manusia. Karakter yang harus dimiliki oleh manusia yaitu rasa percaya diri. Rasulullah SAW bersabda:

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الضَّعِيفِ

"Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada Mukmin yang Lemah" (H.R. Muslim).

Apabila seorang mukmin memiliki kekuatan tersebut maka percaya diri pasti akan dimiliki. Kepercayaan diri adalah keadaan ketika seseorang merasa yakin dan percaya akan kemampuan-kemampuan yang ada dalam dirinya sendiri sehingga dapat

mengaktualisasikan segala potensi-potensi yang ada dalam dirinya.

Hal ini berlaku bagi siapa saja, termasuk mahasiswa. Mahasiswa masuk ke dalam masa remaja tahap akhir yang berada pada rentang usia 16-20 Tahun. Masa ini dikenal sebagai masa yang penuh kesukaran (Sarlito, 2012), masa untuk menemukan identitas diri. Dunia perkuliahan berbeda dengan kehidupan sebelumnya pada masa SMA baik dari segi lingkungan, metode pengajaran, dan sistem lainnya. Dalam dunia perkuliahan, sudah menjadi hal umum bahwa setiap mahasiswa harus lebih mandiri daripada saat masih menjadi siswa sehingga dari kemandirian inilah mahasiswa juga senantiasa perlu memiliki kepercayaan diri. Percaya diri itu dapat memberikan pengaruh bagi diri sendiri maupun bagi orang lain. Menurut John Dryden, seseorang yang memiliki rasa percaya diri dapat menaklukkan segala sesuatu jika mereka percaya akan kemampuan yang dimilikinya (Yeung, 2014).

Salah satu modal untuk meraih kesuksesan yaitu rasa percaya diri, karena jika mahasiswa memiliki rasa percaya diri maka akan memudahkannya untuk mengambil keputusan dalam menjalani kehidupan, sebagaimana hasil penelitian Perdana mengatakan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi maka akan cenderung memiliki motivasi sosial yang tinggi pula. Dengan demikian mereka secara otomatis akan turut serta aktif dalam proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM). Hal tersebut terjadi karena dengan pengetahuan tentang materi yang dimiliki, dapat meningkatkan kepercayaan diri, dan efeknya akan mendorong mahasiswa tersebut berperan aktif selama proses KBM berlangsung (Perdana, 2019).

Penelitian lain oleh Syam menyatakan bahwa kepercayaan diri berpengaruh terhadap prestasi belajar. Deskripsi kepercayaan diri (*self confidence*) berbasis kaderisasi Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (IMM) mahasiswa yaitu didapatkan sebanyak 8 orang berada dalam kategori kurang, 39 orang berada dalam kategori cukup, dan 5 orang berada dalam kategori tinggi, serta tidak ada seorang sampelpun yang berada dalam kategori rendah (Syam, 2017).

Beberapa kasus di lapangan, ditemukan bahwa masih terdapat mahasiswa yang kurang memiliki rasa percaya diri. Seperti dalam penelitian Hapsari menerangkan bahwa mahasiswa Papua yang merantau dan kuliah di Semarang merasakan tidak

percaya diri dan rendah diri untuk bergabung dengan mahasiswa lain dikarenakan perbedaan fisik sehingga mereka berkumpul dengan sesama komunitasnya saja. Hal tersebut tentu saja berdampak pada kondisi mahasiswa Papua tersebut (Hapsari dan Primastuti, 2014). Demikian juga penelitian lain Triningtyas menyebutkan bahwa objek yang ditelitinya mengalami rasa kurang kepercayaan diri yang disebabkan oleh sikap orang tua dan hubungan sosial dengan lingkungan sehingga menyebabkan informan merasa rendah diri (tidak percaya diri) dan berdampak pada perkembangan anak tersebut (Triniangtyas, 2016).

Berdasarkan beberapa kasus tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa ternyata kurangnya kepercayaan diri seseorang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu gen dan temperamen, trauma, pola asuh, pengalaman hidup, dunia sekitar, kecemasan dan depresi. Hal ini juga dialami oleh seorang mahasiswi berinisial SN yang menjadi objek dalam penelitian ini. Dapat dikatakan bahwa SN memiliki kepercayaan diri rendah disebabkan oleh gangguan *glossophobia* yang dideritanya. *Glossophobia* adalah suatu ketakutan berbicara di depan umum. Beberapa orang memiliki fobia spesifik ini, sementara yang lain mungkin juga memiliki fobia sosial yang lebih luas atau gangguan kecemasan sosial.

SN mengalami ketakutan ketika akan berbicara di depan umum baik duduk maupun berdiri dikarenakan malu.



Berdasarkan penuturan SN, bahwa tidak percaya diri yang dirasakannya, dikarenakan adanya rasa takut salah berbicara, takut diolok-olok oleh teman, dan merasa tidak didengarkan disebabkan ketika dia harus tampil dan berbicara di depan orang, muncul rasa gugup atau *groggi* sehingga dia tidak bisa bicara di depan orang banyak. Selanjutnya SN juga mengatakan tidak percaya diri saat berhadapan langsung atau bertatap muka dengan teman-temannya.

Penjelasan SN tersebut, menandakan bahwa SN kurang memiliki kepercayaan diri disebabkan oleh *glossophobia*, karena ciri-ciri yang ditunjukkan merupakan ciri atau gejala dari *glossophobia*. Menurut Henderson gejala yang ditunjukkan oleh penderita *glossophobia* biasanya lidah mereka seperti kelu dan suara mereka tiba-tiba melemah, tubuhnya gemetar dan keringatnya bercucuran juga intensitas jantungnya berdetak lebih kencang daripada sebelumnya (Henderson, 1988).

Seseorang yang menderita *glossophobia* tak akan mudah menghadapi publik, sehingga dapat menghambat perkembangan dan berakibat pada rasa kesepian yang bisa meningkat menjadi sebuah depresi berat. Pada umumnya *glossophobia* lebih banyak diderita oleh kaum perempuan daripada laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan merasa lebih mudah merasa terintimidasi dibandingkan dengan kaum laki-laki (Aslam, 2021).

Kurangnya rasa percaya diri yang disebabkan oleh *glossophobia* ini juga pernah diteliti oleh Fatmawati menyebutkan bahwa di salah satu SMP yang ada di kota Kediri ditemukan hampir di setiap kelas ada siswa yang mengalami *glossophobia*. Hal tersebut tampak dari ciri-cirinya yaitu ketika mereka ditunjuk untuk menjawab soal, mereka lebih memilih diam karena merasa takut berbicara di depan umum (Atrup dan Fatmawati, 2018).

Begitu juga peneliti lain Sugiharta menyebutkan bahwa ada mahasiswa jurusan PGSD di Universitas Negeri Semarang yang mengalami kecemasan dan ketakutan untuk berbicara di depan umum (*glossophobia*). Padahal hakikatnya seorang mahasiswa jurusan PGSD dituntut untuk memiliki kemampuan berbicara di depan umum untuk mengungkapkan pikirannya (Sugiharta, 2016). Menurut Dr. Rob Yeung rasa percaya diri harus ada di dalam diri mahasiswa. Pentingnya kepercayaan diri juga dijelaskan dalam *mahfudzot* bahasa Arab yang berbunyi:

أساس النفس علي الاعتماد  
النجاح

Artinya: “Percaya diri adalah pangkal kesuksesan”

Oleh karena itu, diperlukan pendampingan khusus, dalam bentuk layanan konseling individual dengan teknik desensitisasi sistematis. Konseling ini dipilih peneliti karena proses ini menggunakan kombinasi teknik relaksasi yang terbagi menjadi beberapa jenis, salah satunya yaitu



meditasi serta terapi paparan secara perlahan terhadap pemicu rasa takut untuk menekankan perubahan tingkah laku pada mahasiswi tersebut. Teknik desensitisasi sistematis dilakukan secara bertahap yakni konseli diminta memikirkan sesuatu hal yang berhubungan dengan masalah (ketakutan) yang dialami, menenangkan diri (relaksasi) dengan mengajak konseli untuk tenang, dan membayangkan sesuatu hal yang tidak menakutkan konseli sampai hal yang paling menakutkan bagi konseli (Aqib, 2013). Hal itulah yang membuat teknik desensitisasi sistematis ini lebih unggul dari teknik lainnya yang ada dalam teori behavior.

Behaviorisme merupakan suatu proses dalam memahami reaksi individu. Behaviorisme memperhatikan individu dari sisi fenomena yang berhubungan dengan jasmaniah dan mengabaikan aspek-aspek mental (Mashudi, 2012). Sebagaimana hasil penelitian Agus Prayetno menyatakan bahwa salah satu gangguan umumnya yang terjadi pada populasi di dunia ini adalah fobia spesifik dengan menunjukkan ciri-ciri seperti rasa takut yang berlangsung terus menerus, tidak rasional dan fokus pada salah satu objek tertentu. Setelah diberikan konseling menggunakan teknik desensitisasi sistematis memperlihatkan perbedaan yang penting antara skor tingkat fobia spesifik pada kelompok eksperimen dan kontrol. Hal ini menunjukkan bahwasanya teknik desensitisasi sistematis berpengaruh

dalam mengurangi tingkat fobia spesifik dengan ukuran efeknya tinggi.

Berdasarkan dari paparan di atas, maka peneliti merasa perlu untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri mahasiswi tersebut melalui konseling individu dengan teknik desensitisasi sistematis sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Konseling Individu Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Seorang Mahasiswi Penderita *Glossophobia*”.

## METODOLOGI

### Pendekatan dan Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Pendekatan kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi dan tindakan secara holistik (Moeleong, 2005). Adapun studi kasus merupakan sebuah eksplorasi dari suatu sistem yang terikat atau suatu kasus/beragam. Kasus yang dari waktu ke waktu melalui pengumpulan data yang mendalam serta melibatkan berbagai sumber informasi yang kaya dalam suatu konteks (Wahyuningsih, 2013). Peneliti studi kasus berupaya menelaah sebanyak mungkin data mengenai subjek yang diteliti.

Dalam penelitian ini, peneliti telah mengeksplorasi sebuah kasus yakni mahasiswa yang kurang percaya diri akibat *glossophobia* sehingga diberikan



penanganan menggunakan teknik desensitisasi sistematis yang kemudian hasilnya disajikan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Alat pengumpulan data yang digunakan yakni observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Dalam penelitian ini peneliti mengambil lokasi di Institut Dirosat Islamiyah Al-Amien Prenduan Sumenep. Alasan memilih lokasi tersebut dikarenakan peneliti melihat bahwasanya di IDIA ada salah satu mahasiswi yang menderita *glossophobia*.

Sumber data primer dalam penelitian ini adalah mahasiswi penderita *glossophobia* dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Memiliki gejala *glossophobia*, seperti berkeringat, laju jantung meningkat, dan grogi.
- b. Tidak percaya diri pada saat berbicara didepan orang banyak.
- c. Mengalami ketakutan dan kecemasan pada saat berbicara didepan orang banyak.

Berdasarkan kriteria tersebut, sumber data primer dalam penelitian ini adalah seorang mahasiswi berinisial SN.

Adapun sumber data sekunder adalah data yang diperoleh lewat pihak lain dengan kriteria diantaranya:

- a. Bisa dipercaya dan mereka ikut serta dalam kegiatan subyek penelitian.
- b. Mendukung penelitian yang dilakukan peneliti.

Berdasarkan kriteria tersebut, sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah teman-teman SN.

### **Analisis Data**

Penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa deskriptif komparatif, yaitu setelah data terkumpul dan diolah selanjutnya dianalisa.

Analisa deskriptif komparatif yaitu teknik analisis yang digunakan untuk membanding-bandingkan kejadian saat peneliti menganalisis (Suyitno, 2018). Analisis yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui tentang proses dengan cara membandingkan pelaksanaan konseling behavioral untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang penderita *glossophobia* dengan kriteria keberhasilan secara teoritik, membandingkan kondisi awal konseli sebelum proses konseling dengan kondisi setelah pelaksanaan proses konseling (Mu'arif, 2018). Analisis data dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu reduksi data, display data, dan penarikan kesimpulan (Kasiram, 2008).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik Desensitisasi Sistematis**

Berdasarkan pada paparan data dan temuan penelitian, maka ada beberapa tahapan yang harus dilewati dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik desensitisasi sistematis. Adapun tahapannya sebagai berikut:

### a. Identifikasi masalah

Identifikasi masalah merupakan langkah awal dalam proses konseling yang berguna untuk menggali data mengenai konseli (Thohir, 2013). Pada tahap ini konselor mengambil data mengenai permasalahan yang dialami konseli dengan metode wawancara. SN mengalami ketakutan dalam berbicara didepan umum atau yang biasa disebut dengan glossophobia, dengan ciri-ciri tidak berani berbicara didepan umum karena takut salah, takut ketika ditatap teman, merasakan malu ketika didepan umum dan merasa *insecure*.

### b. Diagnosis

Diagnosis adalah menetapkan masalah berdasarkan identifikasi masalah (Effendi, 2016). Konselor mendiagnosis beberapa permasalahan yang sedang dialami oleh konseli. Akar permasalahannya adalah menderita glossophobia yang ditandai dengan ciri-ciri

- 1) Takut ditatap teman
- 2) Takut berbicara didepan umum karena takut salah
- 3) Malu
- 4) *Insecure*

Dari gejala-gejala tersebut, ditetapkan bahwa SN mengalami *glossophobia*.

### c. Prognosis

Prognosis mengandung hal-hal yang mengarah pada cara-cara pemberian bantuan atau cara-cara pemecahan masalah lebih lanjut (Effendi, 2016). Permasalahan yang sedang dialami oleh konseli adalah

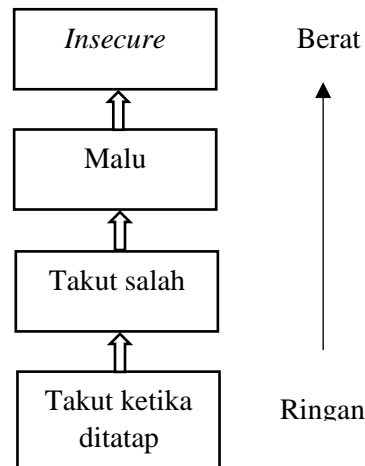
*glossophobia*. Konselor menetapkan jenis bantuan berupa konseling behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis. Teknik desensitisasi sistematis yakni teknik yang menghapus kecemasan atau ketakutan dengan relaksasi untuk meningkatkan kepercayaan diri SN.

### d. Treatment/ Terapi

*Treatment* merupakan tahap pemberian bantuan oleh konselor dalam mengatasi masalah konseli (Effendi, 2016). Dalam hal ini peneliti menggunakan Teknik desensitisasi sistematis dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) Menemukan kecemasan yang dialami konseli dan membuat hierarki kecemasan mulai dari yang paling ringan ke yang berat sebagaimana pada Gambar 1. Tahapan ini disebut dengan *discussing conditions under which the problem occurs* dan *constructing an anxiety hierarchy* yakni konselor dan klien menemukan dan mendiskusikan kondisi-kondisi awal yang menyebabkan munculnya kecemasan atau *glossophobia* yang kemudian bersama-sama mengatur, menyusun urutan perasaan cemas dari yang ringan sampai yang berat (Effendi, 2016). Adapun hierarki kecemasan yang diurutkan oleh SN dari yang ringan hingga berat adalah takut ditatap teman, takut berbicara didepan banyak orang, malu dan *insecure*.





**Gambar 1.** hierarki kecemasan SN.

- 2) Menangani hierarki kecemasan yang dialami SN yaitu takut ditatap teman, takut berbicara didepan banyak orang karena takut salah, malu dan insecure. Pada tahap ini masih berada pada tahap *constructing an anxiety hierarchy*, sebagaimana yang disebutkan oleh Wolpe tahun 1952 bahwa setelah menyusun hierarki kecemasan dari yang ringan hingga berat, maka secara bertahap klien akan menghilangkan perasaan cemas tersebut sesuai dengan urutannya. Dalam 5 kali pertemuan konseling pada pertemuan ke 2 peneliti dan SN menghilangkan atau menangani 2 kecemasan ringan yakni takut ditatap teman, takut berbicara didepan banyak orang. Pada pertemuan ke 3 menangani 2 kecemasan berat yakni malu dan *insecure*.
- 3) Melakukan relaksasi agar SN tidak merasa tegang dan cemas. Tahap ini disebut dengan *relaxation training* yakni klien melakukan latihan-latihan relaksasi untuk mengurangi bahkan menghilangkan perasaan cemas.

Dalam hal ini Konseli melakukan relaksasi dengan menarik nafas dan tahan selama 3-5 detik lalu dibuang menggunakan mulut. Tahap relaksasi dilakukan diawal sebelum masuk pada tahap pengkondisian.

- 4) Pengondisian ketika SN diajak untuk memasuki kondisi kecemasan yang dialaminya, yakni takut ditatap teman, takut berbicara didepan banyak orang karena takut salah, malu, dan *insecure*. Pada tahap ini dikenal dengan tahap *working through that hierarchy* bahwa klien dibawah pengawasan konselor melakukan aktivitas desensitisasi sesuai dengan urutan yang telah dibuat, dimulai dari yang paling ringan sampai ke yang berat. Dalam hal ini Pengkondisian dimana SN diajak untuk memasuki kondisi kecemasan yang dialaminya, yakni takut ditatap teman, takut berbicara didepan banyak orang karena takut salah, malu, dan *insecure* yang dilakukan dalam 2 pertemuan yaitu pertemuan ke 2 dan ke 3.

- 5) Melakukan *self regulated learning* untuk mengajarkan SN bagaimana menguasai kecemasan dan mengontrol kecemasan yang dialaminya. Tahap ini disebut dengan *explaining the method and its rationale, as a learning to the client* yakni konselor menjelaskan dan mengajarkan cara-cara yang rasional untuk mengurangi dan menghilangkan perasaan-perasaan yang emosional itu, atau sumber-sumber penyebab masalah kecemasan. Dalam hal ini peneliti mengajarkan SN cara menguasai kecemasan dan mengontrol kecemasan yang dialaminya sebagaimana yang telah dipaparkan pada temuan penelitian di atas.
- 6) Memberikan tugas berupa melatih diri menghadapi kecemasannya. Tahap ini disebut dengan tahap cek dan re-cek, yakni tahap mengecek aktivitas yang dikerjakan klien yang bila perlu diulangi lagi sampai benar-benar klien merasa rileks. Dalam hal ini peneliti memberikan tugas berupa melatih diri berbicara dengan menatap mata orang lain, jangan takut salah jika berbicara dengan orang lain, berbicara dengan orang lain tanpa merasa malu dan berhadapan dengan orang lain tanpa merasa *insecure* agar bisa mengontrol kecemasannya dan dalam rangka membiasakan diri SN mengendalikan kecemasannya
- 7) Tahap selanjutnya dalam teknik desensitisasi sistematis adalah tahap *in vivo* yaitu tahap yang dilakukan

sebagai upaya membantu konseli mengatasi kecemasan dalam menciptakan kondisi senyatanya dari situasi yang mencemaskan konseli. Adapun dalam hal ini memasuki tahap dimana SN dihadapkan dengan kenyataan untuk mengatasi *glossophobia* yang dialaminya didepan kelompok kecil dengan cara melakukan presentasi didepan kelompok kecil tersebut. Setelah dengan kelompok kecil dinyatakan berhasil maka selanjutnya SN diminta untuk dihadapkan pada kondisi nyata yang membuatnya merasa cemas yaitu presentasi di dalam kelas di depan teman-teman kelas dan dosen pengampu.

- 8) Mengisi angket refleksi untuk mengetahui perkembangan yang dialami SN.

### **Hasil Akhir Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik Desensitisasi Sistematis**

Secara teoretik hasil konseling dapat dilihat dari keberhasilan pencapaian tujuan konseling behavioral itu sendiri, yaitu mengubah atau menghapus perilaku dengan cara belajar perilaku baru yang lebih dikehendaki (Hartono dan Soedarmaji, 2012). Penggunaan teknik desensitisasi sistematis merupakan suatu cara yang efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang mahasiswi penderita *glossophobia*.

Konseli sudah terlihat lebih percaya diri untuk berbicara di depan umum. Telah ada keberanian dalam



dirinya. Kecemasan yang selama ini ada pada dirinya kini telah hilang. Dalam hal ini, dapat dikatakan pula bahwa SN telah dapat menghapus kecemasan-kecemasan yang membuat dirinya menjadi *glossophobia* dan kini SN telah belajar dan mendapat perilaku baru yakni dapat percaya diri terutama ketika berbicara di depan banyak orang.

Menurut Willis kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain (Ghufron, 2011). Berdasarkan hasil analisis data, terdapat adanya perubahan yang dialami oleh SN. Hal tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Kondisi sebelum dan sesudah diberikan teknik desensitisasi sistematis

Kondisi Sebelum Diberikan Teknik Desensitisasi Sistematis	Tidak Bisa Dihadapi	Bisa Dihadapi	Kondisi Setelah Diberikan Teknik Desensitisasi Sistematis	Tidak Bisa Dihadapi	Bisa Dihadapi
Takut ditatap	√		Takut ditatap		√
Takut salah	√		Takut salah		√
Malu	√		Malu		√
Insecure	√		Insecure		√

Pada Tabel 1 menggambarkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan dalam diri SN. SN yang pada awalnya takut berbicara menatap mata teman, takut berbicara di depan banyak orang karena takut salah, malu dan *insecure*, namun kini sudah bisa menghadapinya.

Dengan melihat adanya perubahan dan keberhasilan semua kegiatan yang direncanakan oleh SN sendiri, maka konseling behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri seorang penderita *glossophobia* dikatakan berhasil.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisa terkait dengan proses dan temuan selama pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang mahasiswi penderita *glossophobia*, didapatkan kesimpulan bahwa proses konseling behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dilakukan secara sistematis dan terstruktur, didalam konseling ini melewati berbagai tahapan, diantaranya adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* dan evaluasi & *follow up*. Dalam pelaksanaan terapi tersebut, konselor menggunakan tahap-tahap dalam teknik desensitisasi



sistematis yaitu, Pertama, menyusun hierarki kecemasan. Kedua, menangani hierarki kecemasan dari yang paling ringan ke yang paling berat. Ketiga, melakukan relaksasi. Keempat, pengondisian. Kelima, melakukan *self regulated learning*. Keenam, memberikan tugas rumah. Ketujuh, mengisi angket refleksi.

Adapun hasil dari proses konseling dengan teknik desensitisasi sistematis dapat dikatakan berhasil. Kecemasan yang dialami konseling mulai berkurang, seperti konseli sudah tidak merasa takut menatap mata teman, konseli tidak takut salah berbicara didepan umum, konseli tidak merasakan malu ketika berbicara didepan publik dan konseli tidak merasa *insecure* ketika bersama orang banyak. Hal tersebut diketahui oleh konselor ketika konselor melakukan evaluasi kepada konseli dan kepada informan lainnya.

Saran untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan komprehensif mengenai penggunaan teknik desensitisasi sistematis untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang mahasiswi penderita *glossophobia*.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah turut berjasa kepada peneliti dalam menyelesaikan artikel penelitian ini khususnya kepada konseli SN selaku sumber data primer dan kepada para sumber data sekunder lainnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Z (2013). *Konseling Kesehatan Mental*. Bandung: Yrama Widya.
- Aslam, N. (2021). Glossophobia: A Comparative Study Among Medical And Non Medical Student At University Of Lahore. *Journal Of Pharmaceutical Sciences*.
- Atrup, A, dan Fatmawati, D. (2018). Hipnoterapi Teknik Regression Therapy Untuk Menangani Penderita Glossophobia Siswa Sekolah Menengah Pertama. *PIJAR NUSANTARA*, 3(2):138-149.
- Effendi, K. (2016). *Proses dan Keterampilan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghufron, M. N, dan Risnawita, R.S (2016). *Teori-teori Konseling*. Yogyakarta: Ar-Ruz Media.
- Hapasari, A., & Primastuti, E. (2014). Kepercayaan diri mahasiswa papua ditinjau dari dukungan teman sebaya. *Psikodimensia*, 13(1): 60-73.
- Hartono, H. dan Soedarmadji, B. (2012). *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Prenda Media Group.
- Henderson, dan Pollard C. (1988). Four Types Of Social Phobia In A Community Sample. *Journal Of Nervous Mental Diase*, 176: 440-445.
- Hulukati, W. (2016). *PENGEMBANGAN DIRI SISWA SMA*. Gorontalo: Ideas Publishing.



- Kasiram, M. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Malang: UIN Malang Press.
- Mashudi, F. (2012). *Psikologi Konseling (Buku panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling)*. Yogyakarta: IRCiSoD.
- Moeleong, L (2005). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Mu'arif, A. S. (2018). Konseling tawakal untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada seorang pasien penderita kanker payudara di Desa Sumberasri Kabupaten Banyuwangi (Disertasi, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- P Perdana, F. J. (2019). Pentingnya kepercayaan diri dan motivasi sosial dalam keaktifan mengikuti proses kegiatan belajar. *Edueksos: Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi*, 8(2).
- Sarlito, S.W (2012). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiharta, P.C. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa PGSD Ngaliyan Universitas Negeri Semarang.
- Suyitno. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif Konsep, Prinsip dan Operasionalnya*. Tulungagung: Akademia Pustaka.
- Syam, A., & Amri, A. (2017). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis kaderisasi IMM terhadap prestasi belajar mahasiswa (studi kasus di program studi pendidikan biologi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas muhammadiyah parepare). *Jurnal Biotek*, 5(1), 87-102.
- Thohir, M. (2013). *Apraisal dalam Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: IAIN Sunan Ampel.
- Triningtyas, D. A. (2016). Studi kasus tentang rasa percaya diri, faktor penyebabnya dan upaya memperbaiki dengan menggunakan konseling individual. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(1).
- Wahyuningsih, S. (2013). *Metode Penellitian Studi Kasus (Konsep, Teori Pendekatan Psikologi Komunikasi, dan Contoh Penelitiannya)*. Madura: UTM Press.
- Willis, S.S. (2021). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: Alfabeta.
- Yeung, R. (2014). *Confidence*. Jakarta: Daras Books.



## PENYULUHAN AGAMA ISLAM DI LAPAS WANITA

### RELIGIOUS EXTENSION IN WOMEN'S PRISON

Maryatul Kibtyah<sup>1\*</sup>, Risma Hesti Yuni Astuti<sup>1</sup>, Salsabila Ade Putri<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Jawa Tengah Indonesia

\*Corresponding Author

E-mail: [maryatul.kibtyah@walisongo.ac.id](mailto:maryatul.kibtyah@walisongo.ac.id)

#### Abstract

*Prisoners are a number of people who carry out guidance and guidance for a certain period of time due to crimes or mistakes they made in the past before returning to the community and their families. Mistakes and crimes that have been committed can be due to a lack of knowledge and faith in Allah SWT. An important factor forming morals in humans is Islamic religious education. So to realize this, guidance is needed related to behavior, faith, and Islam. Prisoners really need moral development. This is because inside and outside prisons have bad morals. The cause can be due to several things including a lack of attention and affection from those closest to him and his life experiences. Counseling programs in prisons are felt to be very necessary for inmates. The goal is to get back on the path of truth and prove society's stigma about prisoners that they can change for the better than before. In the extension program, of course, there are strategies used to achieve the objectives of the Islamic religious education. The strategies used include lectures, learning the Qur'an, discussion methods, to self-reflection methods. Through this Islamic religious education program, it is hoped that inmates can receive it well so that the problems they face both personal and religious problems can be resolved properly. Elements of Islamic religious education are methods, mad'u, and support from the families of the prison residents themselves. Feelings of regret, guilt and sin which in turn become the cause of behavioral changes for prisoners. Based on the strategy used in religious counseling in women's prisons, the results obtained are an increase in understanding of the Islamic religion for prisoners.*

**Keywords:** *religious extension, prison, Islamic religion*

#### Abstrak

Narapidana adalah sejumlah orang yang menjalankan bimbingan dan binaan pada kurun waktu tertentu yang diakibatkan karena kejahatan ataupun kesalahan yang dibuatnya pada tempo dulu sebelum kembali lagi kepada masyarakat dan keluarganya (Hasahatan Hutahaen, 2021). Kesalahan dan kejahatan yang telah dilakukan dapat dikarenakan kurangnya pengetahuan dan keimanan pada Allah SWT. Faktor penting pembentuk moral pada manusia adalah pendidikan agama Islam. Maka untuk mewujudkan hal tersebut diperlukan bimbingan terkait dengan tingkah laku, keimanan, dan keislaman. Narapidana sangat membutuhkan pembinaan akhlak. Hal ini dikarenakan dalam di luar Lapas memiliki akhlak yang kurang baik. Penyebabnya dapat dikarenakan beberapa hal di antaranya kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya maupun

pengalaman hidupnya. Program penyuluhan di Lapas dirasa sangat perlu bagi para narapidana. Tujuannya adalah agar dapat kembali pada jalan kebenaran dan membuktikan stigma masyarakat tentang narapidana bahwa mereka dapat berubah menjadi lebih baik daripada sebelumnya. Dalam program penyuluhan tentu saja terdapat strategi yang digunakan untuk mencapai tujuan dari penyuluhan agama Islam tersebut. Strategi yang digunakan di antaranya melalui ceramah, pembelajaran Al-Qur'an, metode diskusi, hingga metode muhasabah diri. Melalui program penyuluhan agama Islam ini diharapkan narapidana dapat menerima dengan baik agar permasalahan yang dihadapi baik mengenai permasalahan personal maupun agama dapat teratasi dengan baik. Unsur penyuluhan agama Islam adalah metode, *mad'u*, dan dukungan dari keluarga penghuni Lapas itu sendiri. Rasa menyesal, bersalah dan berdosa yang selanjutnya menjadi sebab perubahan perilaku bagi narapidana. Berdasarkan strategi yang digunakan pada penyuluhan agama di Lapas Wanita maka hasil yang didapat adalah adanya peningkatan pemahaman terhadap agama Islam bagi narapidana.

**Kata Kunci:** penyuluhan agama; lapas; agama Islam

## PENDAHULUAN

Pada dasarnya manusia merupakan makhluk yang membutuhkan Allah SWT. Karenanya agama merupakan satu kebutuhan yang tidak akan terlepas dari manusia. Oleh sebab itu, demi menjaga hati tenang tenteram hatinya dan upaya keselamatan hidupnya manusia membutuhkan agama. (Anwar, 2014), Agama sebagai tiang yang memberikan petunjuk kepada manusia bagi orang yang kehilangan nilai dan moral pada dirinya dan bagi masyarakatnya. Karena agama manusia akan kembali kepada jalan kebaikan dan kebenaran yang nantinya membawa manfaat baik untuk dirinya maupun orang di sekitarnya. Manusia dalam menjalani kehidupannya haruslah memiliki aturan sebagai bentuk kontrol diri dari hal yang baik dan buruk.

Lembaga Pemasarakatan (Lapas) adalah sebuah lembaga pelaksanaan teknis di bawah naungan Direktorat Jenderal Pemasarakatan Kementerian Hukum dan Hak asasi

Manusia. Menurut keputusan menteri kehakiman Republik Indonesia Nomor: M. 02-PK.04.10 tahun 1990 tentang pola pembinaan terhadap narapidana, dijelaskan bahwa secara garis besar pembinaan dan bimbingan pada pamasarakatan harus ditingkatkan melalui pendekatan pembinaan mental yang di antaranya agama, Pancasila, kemandirian, keterampilan dan lainnya. Hal ini agar narapidana dapat mengembalikan harga dirinya sebagai warga negara yang berdaulat dan berkesempatan produktif dalam membangun negeri.

Pada kenyataannya, sekarang ini Lapas sebagai sebuah lembaga dengan tujuan memberikan pembinaan dan pendidikan bagi narapidana serta terdapat penyuluh yang bertugas memberikan pendidikan rohani terkesan kurang peduli terhadap hal itu. Hal lainnya adalah masih terdapat prinsip-prinsip pamasarakatan yang belum dijalankan secara optimal. Akibatnya

masih banyak narapidana yang keluar masuk penjara hingga beberapa kali (Barozi, 2019)

Berdasarkan hasil wawancara kepada Kepala Lapas di Lapas wanita kelas IIA Sungguminasa Gowa (Sudaryati, 2018), penyuluhan agama dilakukan sebanyak tiga kali seminggu oleh penyuluh dari Kementerian Agama Kabupaten Gowa. Tujuannya adalah agar dapat memberikan kegiatan penyuluhan keagamaan sebagai bentuk sumbangan ilmu agama kepada narapidana. Program penyuluhan tersebut perlu dilaksanakan agar narapidana dapat memahami perilaku yang baik guna membentuk pribadi yang lebih baik lagi. Hal ini disebabkan karena seorang narapidana yang hidup berada di dalam lapas akan berpisah dari keluarganya yang kemungkinan dapat menyebabkan depresi, guncangan, dan penyesalan karena hidup di tempat yang tak pernah mereka inginkan sebelumnya (Herman Pelani, 2018).

## METODOLOGI

Dalam jurnal ini metode yang digunakan penulis adalah metode kualitatif deskriptif yaitu merupakan metode yang digunakan dalam penelitian yang tujuannya adalah membuat suatu gambaran yang akurat mengenai suatu fakta atau hubungan antar fenomena yang diteliti (Rukajat, 2018). Dalam hal ini penulis melakukan analisis dan review jurnal dari penelitian-penelitian terdahulu sebagai acuan referensi. penjelasan teknik pelaksanaan kegiatan yang dilakukan bisa secara langsung (ke lapangan) maupun tidak langsung (jarak jauh/pemanfaatan media).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Pengertian

#### a. Lapas Wanita

Menurut UU No 12 tahun 1995 tentang pemasyarakatan, pemasyarakatan merupakan suatu bentuk kegiatan dengan tujuan melakukan pembinaan bagi warga binaan pemasyarakatan berdasar pada sistem, kelembagaan, dan cara pembinaan yang adalah bagian akhir dari sistem pemidanaan dalam aturan peradilan pidana. Berdasarkan pasal 7 ayat 1 dijelaskan bahwa pembinaan dan bimbingan bagi warga binaan merupakan tanggung jawab menteri yang akan dilakukan oleh petugas pemasyarakatan. Dengan ini dapat didefinisikan bahwa proses pembinaan dan bimbingan warga binaan adalah tanggung jawab Menteri dan petugas pemasyarakatan (Situmorang, 2019).

Pemasyarakatan merupakan suatu bentuk proses terapi karena pada saat narapidana masuk ke dalam penjara, keadaan mereka biasanya dalam kondisi tidak harmonis dengan orang-orang sekitar. Pola pembinaan yang dilakukan adalah sesuai dengan sistem pemasyarakatan guna mencapai tujuan. Dengan berdasarkan sistem dan tujuan tersebut pembinaan dan bimbingan bagi warga binaan diartikan dengan memperlakukan narapidana agar bangkit dan menjadi orang yang lebih baik.



Untuk itu perlu binaan untuk pribadinya dan budi pekertinya.

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) merupakan sebuah tempat yang digunakan sebagai tempat pelaksanaan pembinaan, menampung, dan merawat para narapidana. Dengan demikian Lapas tak hanya sebagai upaya tersebut namun juga mengasah keterampilan agar narapidana dapat menyesuaikan diri setelah bebas.

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) juga dapat diartikan dengan tempat yang digunakan untuk memberikan rehabilitasi seseorang yang telah dijatuhi hukuman atas kesalahan yang telah menyalahi Undang-undang guna untuk mengembalikan narapidana dapat melanjutkan kehidupannya setelah keluar.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Wanita merupakan sebuah tempat yang berisi para wanita untuk diberikan rehabilitasi pada mereka yang telah dijatuhi hukuman atas kesalahan dan kejahatan yang telah diperbuat agar mampu melanjutkan hidupnya kembali dengan lebih baik setelah dibebaskan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Wanita merupakan sebuah tempat yang berisi para wanita untuk diberikan rehabilitasi pada mereka yang telah dijatuhi hukuman atas kesalahan dan kejahatan yang

telah diperbuat agar mampu melanjutkan hidupnya kembali dengan lebih baik setelah dibebaskan.

#### **b. Penyuluhan Agama Islam**

Dalam KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), penyuluhan bersumber dari kata “suluh” yang artinya media yang digunakan sebagai penerangan atau sebagai obor. Sedangkan penyuluh berarti seseorang yang memiliki tugas untuk memberi penerangan. Sehingga penyuluhan diartikan dengan suatu metode yang dijalankan oleh seorang penyuluh guna memberiinformasi agar masyarakat yang awalnya tidak tahu menjadi tahu dan masyarakat yang telah tahu menjadi semakin tahu.

Menurut Ilyas dan Putri (2012), penyuluhan merupakan suatu pembelajaran dalam aspek promotif untuk meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki tingkah laku serta dapat menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari (Putri, 2012).

Menurut (Subejo, 2010), penyuluhan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk berubahnya suatu kalangan masyarakat dengan tujuan agar lebih mengetahui serta mau dan mampu membuat suatu perubahan demi terwujudnya peningkatan produksi, pendapatan, dan keuntungan dan perbaikan kesejahteraan hidupnya.

Menurut (Notoatmodjo, 2012), penyuluhan merupakan suatu

bentuk kegiatan edukatif kepada individu atau kelompok dengan memberikan pengetahuan, informasi, dan berbagai keterampilan agar sasaran dapat membantuk sikap dan perilaku yang diinginkan atau kondisi yang lebih baik.

Menurut (Arifin, 1994), penyuluhan merupakan hubungan timbal balik antar dua atau lebih individu dengan penyuluh yang bertugas untuk memberikan bantuan kepada swsaran atau yang tersuluh untuk mengetahui dirinya dan hubungan dengan permasalahan yang sedang dihadapinya saat ini atau saat mendatang.

Menurut (Wiraatmadja, 1973), penyuluhan adalah sistem edukasi yang berada di luar sekolah, tujuannya agar sasaran penyuluhan dapat belajar sambil berbuat dengan tujuan untuk manjadi tahu, mau, dan mampu/bisa menyelesaikan permasalahan pribadi dengan baik, memberikan keuntungan dan kepuasan. Jadi penyuluhan merupakan suatu pola edukasi suatu pemberian informasi yang mana cara, bahan dan medianya sesuai dengan kepentingan, kebutuhan, dan kondisi yang ada (Riska Febriyanti N., 2020).

Kata agama merupakan rujukan dari bahasa Latin yaitu “religio”, yang artinya obligation/kewajiban. Agama (Warsah, 2020) adalah pengalaman dunia dalam diri seseorang tentang keTuhanan dikuti dengan keimanan dan

perbadatan (Aan Anifah dan Abdullah, 2009). Mukti Ali (Mughtar, 2001), memberikan definisi agama merupakan wujud kepercayaan kepada Tuhan Yang Maha Esa bab hukum-hukum yang diwahyukan kepada kepercayaan utusan-utusan-Nya untuk kebahagiaan di dunia dan akhirat(Saifuddin, 2019).

Berdasarkan Keputusan Menteri Agama RI Nomor 791 pada tahun 1985, penyuluh agama merupakan sebagai seorang pembimbingan bagi masyarakat yang memiliki agama sebagai upaya bimbingan psikis, moral, dan juga ketakwaan kepada Tuhan yang maha Esa. Sedangkan penyuluh agama Islam merupakan seseorang yang ditugaskan untuk memberikan bimbingan pada kaum Muslim sebagai upaya membentuk bimbingan psikis, moral, dan taqwa pada Allah SWT, dan juga menjelaskan seluruh bentuk yang berkenaan dengan pembangunan melalui jalur dan juga bahasa agama (Kusnawan, 2011).

Untuk melaksanakan tugasnya dalam pembinaan agama bagi masyarakat, seorang penyuluh agama Islam harus dapat membina dan mendakwahkan agama Islam. Memberikan penerangan dan membimbing masyarakat dengan sebaik-baiknya sesuai dengan Al-Qur'an dan Assunnah. Hukum dalam berdakwah adalah wajib bagi orang-orang yang kemampuan dalam berdakwah, dan memiliki wawasan atau



pengetahuan yang luas mengenai ilmu Agama Islam, dan hukum berdakwah menjadi sunah bagi orang-orang yang tidak memiliki kemampuan dalam berdakwah. Tetapi pada dasarnya setiap orang dapat berdakwah seseui dengan kemampuan atau dengan caranya masing-masing (Aziz, 2019). Dalam menyampaikan dakwah terdapat dalam surat An-Nahl ayat 125 (Al-Qur'an Surat an-Nahl ayat 125, 1989), yang artinya:

*“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk”* (Hidayat, 2020).

## B. Strategi Penyuluhan Agama Islam di Lapas

Salah satu strategi penyuluhan Agama Islam, adalah dengan pembinaan agama, dengan beberapa metode yaitu :

### a. Metode *Personal Approach*

Metode ini dilaksanakan dengan cara serentak dengan cara penyuluh mendekati diri pada individu secara langsung. Metode ini seorang penyuluh melakukan komunikasi secara langsung pada narapidana dengan memberikan arahan dan penjelasan mengenai solusi dari permasalahannya

secara pribadi, dengancara lebih menghayati agama. Lebih tepatnya membimbing para narapidana secara individu, sehingga ajaran agama tersebut dapat diterima oleh narapidana

### b. Metode *ceramah*

Ceramah ini disampaikan dalam bentuk pidato yang ringkas, padat dan jelas, oleh karena itu, seorang yang penyuluh harus memiliki kemampuan dalam berpidato, dapat menguasai bahasa dengan baik dan juga memiliki kemampuan dalam pembendaharaan dalam berbahasa, memiliki wawasan yang luas, dan juga memahami tentang ilmu jiwa sosial dan memiliki pribadi yang kuat. Biasanya ceramah ini disampaikan dengan nada suara yang cenderung tenang.

### c. Metode *konsultasi*

Metode ini merupakan metode lanjutan dari metode ceramah di atas. Setelah penyuluh melakukan ceramah, narapidana dipersilahkan untuk berkonsultasi dengan penyuluh. Narapidana dapat menceritakan masalah pribadinya dan juga meminta petunjuk atau solusi untuk memecahkan masalahnya kepada penyuluh, dan metode ini dilaksanakan dengan cara individu per individu atau bergantian (Thohir, 2016).

### d. Metode *pembelajaran Al-Qur'an*

Tujuan dari metode ini adalah untuk memberantas buta huruf Al-Qur'an. Untuk narapidana yang belum dapat membaca huruf hijaiyah akan diberikan bimbingan

untuk mengenal huruf-huruf hijaiyah terlebih dahulu, dengan menggunakan media iqro'. Jika narapidana sudah dapat membaca Al-Qur'an maka akan dilanjutkan dengan kegiatan salah satu dari nara pidana tersebut membaca Al-Qur'an dan yang lainnya ikut menyimak. Setelah itu akan dilanjutkan dengan memberikan bimbingan ilmu tajwid dan juga membahas tentang isi kandungan ayat yang barusan dibaca.

#### e. Metode muhasabah dan dzikir

Introspeksi diri narapidana dapat diperoleh dengan cara muhasabah. Aspek yang dituju dari metode muhasabah adalah hati. Mendengar cerita perjuangan dari orang-orang terdekat merupakan suatu cara utama untuk menyentuh perasaan yang dibarengi dengan dzikir bersama (Heri, 2019). Selain itu juga terdapat beberapa strategi penyuluhan Agama Islam di lapas, yaitu:

##### 1. Wawancara (komunikasi antarpribadi)

Wawancara dapat dilakukan oleh seorang penyuluh di lapas kepada narapidana, komunikasi yang dilakukan ini memiliki tujuan untuk agar diantarapenyuluh dan juga narapidana mendapathubunganemosional yang baik diantarakeduanya.

##### 2. Diskusi

Diskusi merupakan pembelajaran yang bersifat interaktif dengan tujuan

pembelajaran yang sesuai dengan penggunaan diskusi, diskusi juga dapat menjadi salah satu cara seorang penyuluh melaksanakan penyuluhan, cara ini juga digunakan untuk menggali informasi dari para narapidana. Sesi diskusi menjadi cara yang baik untuk menemukan kendala-kendala atau hambatan yang terjadi dalam melakukan proses penyuluhan. Dari diskusi ini narapidana dapat diberikan kesempatan untuk mengungkapkan kendala atau kesulitannya melalui sesi tanya jawab antara penyuluh agama dengan narapidana itu sendiri

Adapun strategi komunikasi yang dapat dilakukan oleh penyuluh dalam melakukan perannya antara lain:

#### 1. Penyuluh sebagai komunikator

Kompetensi penyuluh agama dalam berkomunikasi yaitu kemampuan penyuluh dalam menyampaikan suatu informasi, kemampuan menggunakan media penyuluhan, kemampuan menggunakan metode penyuluhan, kemampuan membantu penyelesaian masalah klien atau sasaran penyuluhan, kemampuan menyampaikan informasi sesuai dengan masalah yang dihadapi oleh klien, kemampuan menggunakan bahasa yang mudah dipahami.

#### 2. Penyuluh sebagai fasilitator



Peran penyuluh sebagai fasilitator dalam penyuluhan yaitu dengan membantu menerapkan teknologi yang baik. Atau memberikan fasilitas yang baik selama proses penyuluhan, agar sasaran merasa nyaman dan tidak ceper merasa bosan

### 3. **Penyuluh sebagai edukator**

Penyuluh sebagai edukator yaitu untuk memfasilitasi proses belajar yang dilakukan oleh para penerima manfaat penyuluh atau (stakeholders) pembangunan yang lainnya.

### 4. **Peran penyuluh sebagai mediator**

Peran penyuluh sebagai mediator guna menghubungkan antara narapidana dengan pemerintah, menghubungkan penyuluh dengan peneliti.

### 5. **Peran penyuluh sebagai motivator**

Penyuluh mendorong sasaran agar mengikuti kegiatan penyuluhan yang diberikan, mendorong untuk memahami terkait topic atau tema yang diberikan (Nurhasanah, 2021),

## C. **Tujuan dan Fungsi Penyuluh Agama Islam**

Tujuan penyuluhan Agama Islam digunakan untuk dasar penentuan sasaran dan strategi dalam melakukan penyuluhan, langkah-langkah operasional, mengandung luasnya cakupan aktivitas, dan ikut serta dalam menentukan dan berpengaruh terhadap penggunaan materi, metode dan juga media yang akan

digunakan untuk proses penyuluhan. Tujuan penyuluhan Agama Islam, diantaranya:

1. Tujuan hakiki, untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT
2. Tujuan umum, untuk mewujudkan kebahagiaan duniawi dan akhirat
3. Tujuan Khusus, untuk mengisi kehidupan dan memberikan bimbingan untuk seluruh masyarakat menurut situasi dan kondisi permasalahan sasaran terutama narapidana yang ada di dalam lapas, sehingga Islam dapat berintegrasi penuh dalam kehidupan manusia
4. Tujuan urgen, untuk menyelesaikan masalah yang terjadi di dalam masyarakat terutama narapidana, yaitu masalah-masalah yang menghalangi terwujudnya masyarakat yang sejahtera lahir dan batin. Tujuan insidental (Ilham, 2018), adalah dapat membantu menyelesaikan dan juga memecahkan masalah yang terjadi sewaktu-waktu dalam masyarakat (Purwanto, 2012).  
Seorang Penyuluh Agama Islam, memiliki beberapa fungsi yang sangat dominan di antaranya yaitu:
  - a. Fungsi Infomatif dan Edukatif, yaitu, seorang penyuluh agama Islam dapat



memposisikan dirinya sebagai seorang da'I yang memiliki kewajiban untuk mendakwahkan atau menyerukan terkait dengan ajaran Islam, memberikan penerangan agama serta mendidik atau membimbing masyarakat dengan sebaik-sebaiknya sesuai dengan ajaran agama Islam

- b. Fungsi Konsultatif, yaitu seorang penyuluh agama Islam berdsedia untuk serta dalam memikirkan dan memecahkan terkait masalah-masalah yang terjadi di masyarakat, baik itu secara pribadi, keluarga, ataupun sebagai masyarakat umum
- c. Fungsi Advokatif, yaitu sebagai seorang penyuluh agama Islam memiliki tanggung jawab moral dan sosial dalam melakukan kegiatan pembelaan umat/masyarakat dari berbagai ancaman, gangguan, hambatan serta tantangan yang mana hal tersebut yang dapat merugikan akidah, mengganggu ibadah dan dapat merusak akhlak (Makmun, 2021).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasar pada hasil penelitian yang dilakukan di Lembaga Pemasarakatan Wanita, dapat diketahui

bahwa kegiatan penyuluhan agama yang dilakukan di Lapas Wanita yang berupa pengajian rutin, kegiatan membaca al-Qur'an, shalat berjamaah, dan kegiatan lainnya memiliki dampak yang sangat positif bagi penghuni Lapas wanita. Para narapidana menjadi pribadi yang lebih terarah dan dapat merenungi kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat agar menjadi lebih baik pada kehidupan mendatang setelah bebas. Selain itu, kegiatan penyuluhan agama di Lapas wanita membantu narapidana menjadi lebih tertib.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an Surat an-Nahl ayat 125, Y. P.-Q. (1989). Al-Qur'an dan terjemahannya. Semarang: CV Toha Putra.
- Arifin, H. M. (1994). *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*. Jakarta: PT Golden Terayon Press.
- Aziz, M. A. (2019). *Ilmu Dakwah Edisi Revisi*. Jakarta: Kencana.
- Barozi, A. (2019). Evaluasi Program Pembinaan Ruhani dan Ekspektasi Warga Binaan/Narapidana di Lapas Klas II B Sleman. *Prosiding Interdisciplinary Postgraduate Student Conference 2 nd Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, 99.
- Hasahatan Hutahaen, d. (2021). Penyuluhan Terhadap Warga Binaan Pemasarakatan Lapas Kelas II A Binjai; Sikap Mengampuni. *Jurnal*



- Pengabdian Kepada Masyarakat*, 244.
- Heri, T. (2019). Pembinaan Kesadaran Beragama sebagai Upaya Peningkatan Pemahaman Agama Islam di Lapas Kelas II B Anak Wanita Tengerang. *Jurnal Pendidikan Islam*, 151-152.
- Herman Pelani, b. R. (2018). Kegiatan Keagamaan Sebagai Pilar Perbaikan Perilaku Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Sungguminasa Gowa. *Jurnal Diskursus Islam*, 446-449.
- Hidayat, N. L. (2020). Strategi Komunikasi Dakwah Penyuluh Agama Islam dalam Pembinaan Keluarga Sakinah (Studi Kasus di Kampung Sakinah Kabupaten Jember). *Indonesian Journal of Islamic Communication*, 41.
- Ilham. (2018). Peranan Penyuluh Agama Islam dalam Dakwah. *Jurnal Alhadharah*, 54-56.
- Kusnawan, A. (2011). Urgensi Penyuluhan Agama. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 275-276.
- Menteri Agama RI. (1985). Keputusan Menteri Agama RI Nomor 791 tahun 1985 tentang Honorarium Penyuluh Agama.
- Makmun, F. (2021). Penyuluhan Agama dalam Pengembangan Masyarakat Islam. *Bina' Al-Ummah*, 43.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nurhasanah, S. (2021). *Strategi Komunikasi Penyuluh Agama dalam Upaya Deradikalisasi pada Narapidana Terorisme*. Jakarta: Skripsi.
- Purwanto, A. (2012, Oktober Senin). *Penyuluhan Agama Fungsional Kec. Kedunggalar*. Retrieved from Peranan Penyuluh Agama dalam Pembinaan Umat: <http://anis-purwanto.blogspot.com/2012/04/peranan-penyuluh-agama-dalam-pembinaan.html?m=1>
- Putri, M. I. (2012). Efek Penyuluhan Metode Demonstrasi Menyikat Gigi Terhadap Penurunan Indeks Plak Gigi pada Murid Sekolah Dasar. *Dentofasial*, 91-95.
- Riska Febriyanti N., d. (2020). Penyuluhan Sosial: Membaca Konteks dan Memberdayakan Masyarakat. *Lekkas*, 9-10.
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Saifuddin, A. (2019). *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Beragama*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Situmorang, V. H. (2019). Lembaga Pemasyarakatan Sebagai Bagian dari Penegakan Hukum. *Lembaga Pemasyarakatan*, 89.
- Subejo. (2010). *Penyuluhan Pertanian Terjemahan dari Agriculture Edisi Dua*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sudaryati. (2018, Mei Jum'at). Kegiatan Keagamaan Sebagai Pilar Perbaikan Perilaku Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan

- Wanita Kelas IIA Sungguminasa Gowa. (H. Pelani, Interviewer)
- Thohir, M. M. (2016). Metode Pembinaan Keagamaan yang Efektif Bagi Narapidana/Tahanan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Lumajang. *Dakwatuna: Jurnal Dakwah dan Komunikasi Islam*, 25-26.
- Warsah, Y. M. (2020). *Psikologi Agama*. Palembang: Tunas Gemilang Press.
- Wiraatmadja, S. M. (1973). *Pokok-pokok Penyuluhan Pertanian*. Jakarta: C.V Yasaguna.

