

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perasaan takut yang berlebihan kepada subjek maupun kondisi tertentu yang tidak sebanding dengan bahaya dan ancaman, situasi ini biasa disebut phobia. Berasal dari kata Yunani phobia diambil dari kata phobos yang memiliki arti takut kepada musuh-musuhnya. *Arachnophobia* adalah salah satu dari banyaknya macam phobia yang ada. *Arachnophobia* adalah rasa takut yang berlebihan pada hewan laba-laba, dalam kondisi ini ketika penderita melihat secara nyata, dalam gambar ataupun membayangkan laba-laba, penderita akan mengalami gemetar seluruh tubuh, keringat dingin hingga mengalami sesak di bagian dada. Salah satu *subtype* phobia spesifik yang paling umum adalah takut terhadap hewan laba-laba[1].

Digunakannya metode *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* dapat membantu mengurangi phobia laba-laba secara bertahap seperti phobia lainnya. Metode *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* merupakan cara pengobatan yang memadukan dua cara yaitu pengobatan *Cognitive* dan terapi tingkah laku atau *Behavioral*, terapi *Cognitive* ditujukan untuk menyesuaikan cara berpikir yang salah dan berisiko, dengan diberikannya terapi *Cognitive* diharapkan penderita mampu memberi umpan balik pemikiran yang kurang tepat secara rasional. Berbeda dengan *Cognitive*, terapi perilaku (*behavioral therapy*) mengacu pada perubahan perilaku individu yang kurang tepat menjadi lebih baik[2].

Penggunaan teknologi *Augmented Reality* menjadi salah satu yang diterapkan pada aplikasi untuk penderita phobia. *Augmented Reality* memiliki arti sebagai teknologi interaktif yang memadukan dunia nyata dengan bagian virtual atau dunia digital. Semakin canggih dan pesatnya kemajuan teknologi masa kini, *Augmented Reality* hadir sebagai salah satu inovasi teknologi yang menjanjikan dan mengubah cara kita berinteraksi dengan kehidupan di sekitar kita. Berbeda dengan *Virtual Reality* yang menggambarkan sekitarnya secara imersif, sedangkan *Augmented Reality* membuat pengguna tetap merasakan lingkungan dunia nyata dengan informasi perseptual yang dihasilkan di atasnya, *Augmented Reality* dapat diakses luas melalui berbagai model ponsel android[3].

Dalam kasus ini teknologi *Augmented Reality* dapat digunakan untuk memaksimalkan proses mengurangi *Arachnophobia* pada pasien. Dengan representasi terapi *Cognitive* menggunakan *Augmented Reality* secara perlahan pasien dapat menghadapi rasa takutnya terhadap hewan laba-laba tanpa berinteraksi secara langsung terhadap hewan tersebut. Cara

kerja teknologi ini menggunakan *SLAM* (*Simultaneous Localization and Mapping*), yang berguna untuk mengukur jangkauan, sensor dan pemetaan. Seperti pengukuran sebuah data, sensor berfungsi sebagai implementasi untuk menentukan lokasi dan jarak. Proses ini tidak lepas dari komponen lainnya seperti kamera dan sensor yang mengumpulkan data informasi untuk kemudian diolah. Perangkat pengambilan gambar terhadap perangkat smartphone mempunyai keterampilan memindai sekitar dengan informasi yang diperoleh. Fungsi lainnya dari kamera adalah dapat mendeteksi barang fisik dan menghasilkan objek 3D[4].

Permasalahan kurangnya metode efektif dalam mengatasi *Arachnophobia* yang dapat memberikan hasil yang signifikan dan berkelanjutan bagi para penderita, serta keterbatasan aksesibilitas terapi untuk penderita *Arachnophobia* yang tidak memiliki kemudahan dalam mendapatkan layanan kesehatan yang menyediakannya. Terapi seperti *Cognitive Behavior Therapy* (*CBT*) dan *Exposure* secara langsung dalam menjangkau individu dengan tingkat keparahan yang tinggi, kesulitan bagi para individu dalam melakukan terapi *Exposure* langsung karena kecemasan yang parah dan resistensi untuk berinteraksi dengan laba-laba secara nyata, serta tantangan dalam menciptakan lingkungan terapi yang aman dan terkontrol bagi pasien yang mungkin mengalami reaksi kecemasan yang kuat selama terapi[5].

Tujuan dibuatkannya aplikasi dengan metode terapi yang efektif dan inovatif untuk mengatasi *Arachnophobia* dengan menggunakan teknologi *Augmented Reality*, meningkatkan kemudahan terapi bagi penderita *Arachnophobia* yang kesulitan atau enggan untuk melakukan terapi secara langsung dengan laba-laba, meningkatkan keberhasilan terapi dengan memberikan pengalaman secara langsung yang realistis dan terukur sesuai dengan kebutuhan penderita, serta mengoptimalkan efisiensi terapi dengan memungkinkan terapi *Cognitive* dilakukan secara mandiri di rumah atau tempat yang nyaman bagi pasien. Dengan begitu lingkungan terapi yang aman dan mendukung bagi pasien dengan *Arachnophobia* untuk menghadapi ketakutannya tanpa risiko berinteraksi secara langsung dengan laba-laba[6].

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah bagian penting dari sebuah skripsi yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan merumuskan isu-isu utama yang akan diteliti, dalam penelitian ini. Bagaimana Aplikasi Augmented Reality sebagai media terapi untuk mengatasi fobia Laba-laba (*Arachnophobia*)?

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini memastikan bahwa studi dapat dilakukan secara efektif dan efisien, serta menghindari pembahasan yang terlalu luas, aspek yang dibatasi meliputi:

1. Penelitian ini berfokus hanya pada penggunaan *Augmented Reality* sebagai media terapi phobia laba-laba, bukan untuk jenis phobia lainnya.
2. Aplikasi yang dibuat dalam penelitian ini teruntuk media terapi phobia laba-laba dengan tujuan untuk mengurangi kecemasan dan ketakutan terhadap laba-laba secara bertahap.
3. Dalam penelitian ini, terapi menggunakan *Augmented Reality* hanya melibatkan animasi laba-laba dalam bentuk objek 3D yang ditampilkan pada layar perangkat.

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian sebagai berikut:

1. Tujuan dari penelitian menghasilkan aplikasi *Augmented Reality* bertujuan untuk menguji apakah dapat membantu penderita phobia laba-laba mengatasi ketakutannya tanpa interaksi langsung dengan hewan tersebut.
2. Tujuan dibuatkannya aplikasi dengan metode terapi yang efektif dan inovatif untuk mengatasi arachnophobia dengan menggunakan teknologi *Augmented Reality*.
3. Meningkatkan kemudahan terapi bagi penderita *Arachnophobia* yang kesulitan atau enggan untuk melakukan terapi secara langsung dengan laba-laba, meningkatkan keberhasilan terapi dengan memberikan pengalaman secara langsung yang realistis dan terukur sesuai dengan kebutuhan penderita, serta mengoptimalkan efisiensi terapi dengan memungkinkan terapi *Cognitive* dilakukan secara mandiri di rumah atau tempat yang nyaman bagi pasien.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan secara teoritis dan praktis penelitian diharapkan dapat:

1. Penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, terkhusus dibidang psikologi dan teknologi terapi, dengan memperkaya literatur mengenai penggunaan *Augmented Reality (AR)* dalam penanganan phobia, khususnya *Arachnophobia*.
2. Aplikasi *Augmented Reality* dapat menciptakan lingkungan yang aman dan terkontrol bagi pasien dalam menghadapi ketakutannya, secara praktis, penelitian ini dapat memberikan manfaat langsung bagi penderita *Arachnophobia* dengan menyediakan terapi berbasis AR yang mudah diakses dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah, tanpa interaksi langsung dengan laba-laba. Hal ini dapat mengurangi hambatan psikologi dan meningkatkan kenyamanan pasien dalam menjalani terapi.
3. Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi pengembangan terapi berbasis teknologi lainnya dan memberi peluang bagi lembaga kesehatan untuk menyediakan alternatif terapi yang lebih efisien dan terjangkau bagi penderita *Arachnophobia*.



1.6 Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN, berisikan latar belakang, rumusan masalah, batasan masalah, tinjauan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA, berisikan studi literatur, dasar teori.

BAB II METODE PENELITIAN, didalamnya terdapat objek penelitian, alur penelitian, alat dan bahan.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN, bab ini merupakan tahapan yang penulis lakukan dalam pembuatan aplikasi, testing hingga penerapan aplikasi.

BAB V PENUTUP, berisikan Kesimpulan dan saran yang dapat penulis rangkum selama proses penelitian.

