



PEDOMAN OBSERVASI

1. Keadaan fisik subyek, perawakan, rambut, warna kulit, penampilan.
2. Komunikasi verbal subyek :
 - a. Nada suara dan kecepatan bicara.
 - b. Cara menjawab : apakah saat mengungkapkan hal tersebut terdapat tekanan-tekanan atau pengulangan, dan lain-lain.
 - c. Kecenderungan subyek untuk meloncat-loncat dalam membahas topik tertentu.
3. Komunikasi non verbal :
 - d. Sikap dan perilaku subyek saat wawancara
 - e. Ekspresi wajah saat wawancara : mengernyitkan wajah, ceria dan lain-lain.
 - f. Bahasa tubuh atau gerakan tubuh tertentu yang mungkin muncul saat wawancara : menghindari kontak mata saat menjawab, menggerak-gerakkan tangan, meremas-remas jari, diam cukup lama untuk menjawab pertanyaan, menghindari pertanyaan, dan lain-lain.

PEDOMAN WAWANCARA

A. Latar Belakang Subyek

1. Hubungan dengan orangtua
 - a. pola asuh
 - b. komunikasi
2. Latar belakang keluarga
 - a. suku, agama, sexes
 - b. posisi dalam keluarga
 - c. pendidikan dan pekerjaan orangtua
 - d. status sosial ekonomi
3. Latar belakang pendidikan yaitu TK sampai saat ini
4. Kepribadian

B. Masa Sekarang

1. Needs
 - a. tugas perkembangan
 - b. usia
 - c. cita-cita, aspirasi
2. Problems
 - a. intensitas dan frekuensi
 - b. persepsi subyek terhadap masalahnya
 - c. persepsi lingkungan terhadap masalah subyek
 - d. konflik

3. Problem solving
4. Interactions
 - a. Interpersonal
 - b. Intrapersonal

5. Citra diri

C. Citra Psikolog di mata subyek

1. persepsi tentang datang ke psikolog
2. persepsi dan pengetahuan tentang profesi psikolog
3. harapan atau gambaran ideal tentang psikolog
4. persepsi subyek setelah bantuan diberikan

D. *Help-seeking behaviour*

1. Hambatan sehingga memungkinkan terjadi penundaan mencari bantuan
2. Hambatan saat pencarian bantuan
3. Sumber rujukan /help agent
4. Tahapan dalam perilaku meminta bantuan
5. Jenis bantuan yang diberikan oleh psikolog
6. Penerimaan terhadap saran dari psikolog

Hasil Wawancara Subyek 1

Subyek 1 : Laki-laki
 Usia : 25 tahun
 Alasan datang ke psikolog : Kecemasan karena merasa konstruksi wajah (khususnya rahang mulut atas) berubah sehingga mengganggu aktivitas studi dan sosialisasi.

Wawancara 1 : 17 Maret 2007, 14.07 WIB, Poli G Poli Spesialis RS St. Elisabeth Semarang

PERTANYAAN	JAWABAN	Code	ANALISIS
Sejak kapan merasakan gejala-gejala yang mengganggu?	Kira-kira sejak saya tingkat 2, Bu (sekarang ini subyek sedang mempersiapkan masa co-ass) saya mulai merasa bahwa muka saya ini berubah. Ini lho Bu, rahang mulut atas rasanya maju. Jadi ya sejak itu rasanya mulai nggak keruan.	D4	Sekarang ini subyek kuliah tingkat 4, jadi sudah sekitar 2 tahun yang lalu mulai merasa ada masalah.
Seberapa sering gejala-gejala yang mengganggu tersebut muncul (dalam bulan / minggu / hari) ?	Dulu sih kadang datang... kadang ilang sendiri. Tapi soal berapa kalinya, saya nggak menghitung. Tapi sekarang-sekarang ini, ya 6 bulan terakhir ini mungkin ya, cukup sering, Bu. Misalnya saya lagi ngafalin pelajaran, pikiran ini tidak isa konsentrasi. Rasanya kepikiran terus, kalo lagi ngomong, nggerakin bibir, bahwa muka ini berubah. Begitu juga kalo lagi pas ngobrol dengan teman-teman. Rasanya nggak nyaman, Bu. Kerasa kalau muka saya ini dah berubah. Soal berapa kalinya, wah... saya malah nggak isa ngitungin deh. Rasanya hampir setiap saat saya ngerasa bahwa muka saya ini dah berubah.	B2a B2b	Awalnya frekuensi munculnya masalah tidak tentu. Kemudian \pm 6 bulan terakhir, frekuensi menjadi cukup intens. Masalah ini sangat membebani pikiran subyek

Kondisi yang bagaimana / hal apa yang dapat memicu timbulnya gejala-gejala tersebut ?	<p>Hampir apa saja rasanya bisa ngingetin saya kalo muka ini berubah. Lagi belajar, ngobrol sama teman, lagi nonton TV, apalagi kalo lagi ngaca (bercermin).</p> <p>Ini kan minggu-minggu persiapan praktek, Bu. Saya belajar mati-matian, pokoknya total deh. Tapi ya itu... setiap kali menggerakkan bibir untuk menghafal, saya pasti kepikiran bahwa dulu itu rasanya sentuhan antara bibir atas dengan bibir bawah ini dulu rasanya tidak seperti ini. Rasanya sekarang ini lekatnya sangat lebih deh dan itu pasti karena rahang mulut atas ini bertambah maju. Kemudian saya jadi nggak bisa focus pada apa yang saya pelajari. Kepala tambah berat dan karena pusing ya terpaksa belajarnya sia-sia.</p>	B2b	Semua aktivitas subyek dapat menjadi pemicu timbulnya masalah.
Apa yang Anda lakukan bila gejala-gejala tersebut muncul?	<p>Kalo lagi ngerasa bahwa muka ini berubah, kepala saya langsung pusing, berat sekali rasanya. Bu. Habis itu saya nggak bisa ngapa-ngapain, gak bisa konsentrasi. Jadinya ya biasanya saya minum obat sakit kepala atau berdoa. Kalo pas lagi belajar, biasanya saya bertahan semampu saya. Saya coba menghilangkan pikiran bahwa muka berubah dan mencoba dan mencoba terus, duduk terus di depan meja belajar, mencoba tetap menghafal. Tapi masalahnya, susah banget hafal. Semakin saya coba untuk menghilangkan pikiran bahwa muka ini berubah, semakin saya merasa bahwa muka saya beneran sudah berubah.</p>	B3	<p>Subyek merasakan pusing dalam usahanya menyangkal masalahnya.</p> <p>Solusi sementara:</p> <ul style="list-style-type: none"> • minum obat sakit kepala, • berdoa atau bersikap cuek • memaksakan diri untuk terus belajar.
Sejak kapan	Sejak kecil saya diajari Papa Mama untuk tanggung jawab, tidak boleh bolos. Jadi dalam		

<p>Anda menganggap bahwa gejala-gejala ini adalah sesuatu yang serius dan butuh penanganan professional ?</p>	<p>kondisi apa pun, kalo tidak terpaksa sekali, saya pasti masuk kuliah, Bu. Tapi sejak(subyek berpikir sejenak)..... <u>2-3 bulan yang lalu, ya gara-gara pikiran bahwa muka ini sudah berubah, saya nggak bisa focus ke pelajaran. Udah berusaha ngilangin pikiran itu, tapi semakin saya usaha, semakin membuat kepala ini rasanya berat. Belajar apa pun tidak bisa masuk. Dan ujian semesteran kemarin ini saya malah tidak belajar sama sekali (nada suara subyek terdengar panik dan bingung). Susah banget, Bu. Udah usaha menghafal, saya belajar dari jam 6 sore sampai jam 11 malam, tapi yang masuk cuma sedikit sekali. Mana kepala terasa berat sekali. Ini kan tidak bisa dibiarkan berlarut-larut. Sebentar lagi saya mau co-ass, Bu. Bagaimana kalo saya tidak lulus, Bu.....</u></p>	<p>B2b</p>	<p>Gejala dianggap serius karena berdampak pada tidak bisa konsentrasi pada kuliahnya dan terancam tidak lulus.</p> <p>Kecemasan dan ketakutan akibat dampak masalahnya membuat subyek menganggap bahwa masalahnya serius.</p>
<p>Bagaimana reaksi keluarga, teman mengenai gejala-gejala yang Anda anggap mengganggu tersebut ?</p>	<p>Papa & Mama pikir saya mengada-ada, Bu. Saya memang cerita sama mereka kalo saya merasa bahwa muka saya ini kok rasanya berubah. Tapi mereka bilang itu hanya perasaan saya saja, tidak usah terlalu dipikirkan. Bahwa saya harus pikirkan saja soal kuliah saya saja. Tapi Papa sama Mama mendukung banget usaha saya berobat, jadi mereka oke saja saya periksa dari dokter gigi yang satu ke dokter gigi lainnya, bahkan mereka bersedia nganter sampai Jakarta dan Singapura lho, Bu. (hening ± 3 menit, subyek menggigit-gigit bibir, seperti ingin mengatakan sesuatu tapi sulit) (Setelah menghela nafas) Sekarang ini, Bu Agnes, sepertinya Mama tidak percaya</p>	<p>B2c</p>	<p>Sikap orangtua:</p> <ul style="list-style-type: none"> • tidak percaya • menganggap subyek hanya mengada-ada • menyuruh subyek untuk mengabaikan masalahnya dan fokus ke kuliah • Tapi tetap mensupport dengan mengantar berobat ke dokter gigi • Ibu mulai bosan menganggapi keluhan subyek

	<p><u>lagi sama saya</u> (suara subyek menjadi lirih dan mata berkaca-kaca). <u>Mama</u> sepertinya sudah bosan dengar keluhan saya soal muka saya yang berubah. <u>Mama</u> bilang saya ini anak yang tidak tahu diri, selalu nyusahin orangtua. (kepala subyek menunduk dan tangannya mengusap air mata yang mengalir di pipi) Kata mama, saya ini kan sudah dianterin ke banyak dokter gigi, pasang kawat gigi yang enggak murah biayanya, tapi kok ya saya masih aja mengeluh. <u>Saya</u> rasanya mau mati aja. <u>Bu Agnes</u>, saya anak yang tidak berbakti.</p>	B2d	<p>Subyek merasa bersalah karena meributkan masalahnya dan membuat ibunya marah</p>
--	--	-----	---

(wawancara dihentikan karena subyek menangis dan menghendaki waktu beberapa saat untuk menenangkan diri)

<p>Selama ini upaya apa saja yang sudah dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut ?</p>	<p>Sepertinya sudah banyak yang saya coba lakukan. <u>Saya</u> sudah coba untuk <u>relaksasi</u>, berusaha untuk <u>menghilangkan pikiran bahwa muka ini sudah berubah</u>, berusaha untuk <u>focus ke kuliah</u>. Tapi semua gak manjur deh, Bu. Semakin saya mencoba menghilangkan pikiran bahwa muka ini berubah maka semakin saya tidak bisa konsentrasi dan kepala ini rasanya berat banget. <u>Saya</u> juga sudah ke dokter <u>gigi</u>, periksa dan ngecek benar <u>tidak kalo rahang atas mulut saya ini berubah</u>. Udah banyak dokter gigi malahan yang saya datang. Tapi diagnosanya beda-beda, jadinya malah tambah bingung. Dokter A bilang kalo memang rahang saya ini bertumbuh tapi itu bukan masalah besar karena nanti pas saya usia tertentu, pertumbuhan ini akan berhenti dengan sendirinya. Solusinya sih harus pasang kawat gigi.</p>	B3	<p>Usaha subyek untuk mengatasi masalahnya :</p> <ul style="list-style-type: none"> • relaksasi untuk bisa lebih tenang • berobat ke dokter gigi <p>Tapi subyek tetap merasa khawatir.</p>
		D4	

	<p>Tapi dokter B bilang bahwa sebaiknya tidak usah pake kawat gigi. Dokter C yang di Singapura menyuruh saya untuk pasang kawat gigi lagi. Tapi waktu itu Papa bilang jangan pasang dulu. Saya disuruh cari pendapat dari dokter gigi yang lain dulu. Lalu saya menemui dokter D, dosen saya sendiri, dia bilang bahwa kawat gigi harus dilepas dan mulut dibiarkan saja sampai saya usia 26 tahun, baru kemudian akan dilakukan bedah mulut. Saya malah jadi bingung, Bu.</p>		
<p>Lalu apa yang Anda lakukan?</p>	<p>Yah.... saya pasang kawat gigi (sejak setahun yang lalu). Beberapa minggu yang lalu saya copot, trus saya biarin saja. Soal nanti akan bedah mulut, saya belum tahu dan belum bisa ambil keputusan. Karena selain pasti sakit banget, biayanya juga tidak sedikit.</p>	D4	<p>Subyek melakukan saran yang diberikan oleh dokter gigi.</p>
<p>Apakah ada kesulitan yang muncul sehubungan dengan gejala-gejala tersebut ? (Dalam bidang apa dalam kehidupan seseorang, permasalahan an</p>	<p>Ya itu Bu, saya jadi sulit konsentrasi. Dulu itu kalau menghafal pelajaran cepet banget. Dibaca sekali aja sudah langsung nyantol. Sekarang.... biar diulangi berkali-kali juga, susah hafalnya. Bahkan besoknya saya bisa lupa sama materi yang kemarin saya pelajari. Kepala ini berat rasanya kalo mau belajar, Bu Agnes. Kepikiran terus kalo muka ini berubah. Ditambah saya juga jadi tidak PeDe. Kalo lagi ngomong sama orang lain suka ngerasa jelek, takut jangan-jangan orang yang saya ajak bicara itu bisa ngelihat bahwa muka saya berubah. ... (Subyek nampak merenung dan diam selama ± 5 menit)..... Saya pikir pacar saya itu minta putus sama saya juga karena masalah ini, Bu. Dia mungkin</p>	B2b	<p>Masalahnya membuat subyek sulit konsentrasi dan tidak percaya diri pada kemampuannya. Ditambah dengan persoalan putus dengan pacarnya.</p>

<p>psikologis tersebut berdampak cukup besar?)</p>	<p>tidak tahan dengar keluhan-keluhan saya, tidak tahan menghadapi sikap-sikap saya yang aneh karena saya tidak PD dengan penampilan saya. Padahal saya cinta banget sama dia. Saya pernah kirim sms ke dia, tanya kenapa dia minta putus, ya klarifikasi sedikit lah. Tapi dianya malah marah, nyuruh saya tidak usah mikir yang macam-macam dan nyuruh saya berhenti sms ke dia. Karena muka saya berubah atau tidak, dia tetap akan minta putus. Saya sedih Bu. Saya tidak percaya kata-katanya yang terakhir. Pasti ini karena sikap saya yang kekanak-kanakan ini.</p>		
<p>Pertimbangan apa yang mendorong Anda untuk memilih datang ke psikolog?</p>	<p>Utamanya karena kuliah saya udah mulai nggak <u>nggenah... rasane sulit banget konsentrasi ke pelajaran</u>. Ditambah saya juga bingung karena udah ke tempat banyak dokter, konsultasi soal gigi, tapi kok sarannya beda-beda ya. Dan itu nambahi beban pikiran. Tanpa ditambah itu saja pikiran bahwa muka saya ini berubah sudah cukup bikin mumet.</p> <p>Dokter gigi terakhir yang saya datangi nyaranin mungkin saya perlu omong-omong dengan psikolog. Biar hatine mantep memutuskan untuk melanjutkan perawatan gigi atau tidak. Mama-Papa juga menganjurkan, "Udah kamu ketemu psikolog dulu buat omong-omong, biar dibantu supaya tenang dan hatinya tenang."</p> <p>Dan sejujurnya Bu, saya mengharapkan pacar saya kembali lagi sama saya. Mungkin kalau saya sudah tidak norak lagi, tidak kekanak-kanakan lagi, mungkin saja dia mau balik lagi sama saya. Eh,</p>	<p>D4</p> <p>D3</p>	<p>Subyek meminta bantuan karena kuliahnya berantakan akibat tidak bisa konsen dan alasan pribadinya karena ingin dekat kembali dengan mantan pacar.</p> <p>Subyek datang ke psikolog atas saran dokter giginya dan orangtuanya.</p>

	tapi boleh kan Bu mengharapkan hal semacam itu? Kadang saya mikir mungkin rasanya bisa agak enakan, maksudnya rasa sedih karena muka berubah mungkin bisa agak kurang kalau saya masih punya pacar.		
--	---	--	--

Subyek meminta agar wawancara hari ini cukup sampai di sini dulu karena subyek ada acara mengerjakan tugas kuliah bersama teman-temannya. Subyek kemudian menentukan tanggal dan tempat pertemuan selanjutnya. Subyek meminta dengan sangat agar pertemuan selanjutnya dilakukan di luar rumah sakit.



**Wawancara 2 : 23 Maret 2007, 12.00 WIB, café di belakang Toko
Buku Gramedia Pandanaran.**

PERTANYAAN	JAWABAN	Code	ANALISIS
<p>Bagaimana perasaan Anda berkaitan dengan datang meminta bantuan pada psikolog ?</p>	<p>Sejujurnya sih agak malu juga, Bu. Makanya saya ketika kemarin datang, sengaja pilih hari Sabtu dan jamnya agak sorean. Pertimbangannya hari Sabtu kan biasanya sepi, jadi saya tidak bakal banyak ketemu orang. Jam 2 siang kan bukan lagi jam besuk, jadi kemungkinan ketemu orang yang saya kenal itu sedikit banget. Makanya saya juga tidak ingin ada tape untuk ngerekam obrolan kita. Yah... kalau-kalau ntar ada yang bisa kenal sama suara saya yang ada di tape itu. Soalnya saya kan area studi dan kerja itu di rumah sakit juga, jadi ya banyak deh kenalannya. Ini cuma jaga-jaga aja Bu, soalnya kesannya gimana gitu kalau ada yang tahu. Mungkin juga nggak ada masalah sih, hanya saya kepingin nyamannya aja.</p>	D2	<p>Subyek merasa kurang nyaman datang ke psikolog sehingga ia dengan cermat memilih waktu konsultasi dan menentukan beberapa syarat dalam pertemuan..</p>
<p>Menurut Anda, apakah profesi psikolog itu ?</p>	<p>Psikolog itu mirip psikiater. Bedanya mungkin psikiater itu dokter yang ambil spesialisasi kejiwaan sedang psikolog itu bukan dokter. Jadi yang satu itu bisa memberi resep dan yang satu lagi tidak. Tapi pada dasarnya kedua profesi itu sama deh. Setidaknya itu Bu, yang saya tahu dari buku-buku kuliah yang pernah saya baca. Juga dari teman-teman yang kuliah di psikologi undip.</p>	C2	<p>Pengetahuan subyek tentang profesi psikolog berasal dari buku-buku teori.</p>
<p>Bagaimana persepsi Anda pribadi tentang</p>	<p>Psikolog...hem...itu seseorang yang bisa didatangi atau diajak bicara mengenai hal-hal yang menyulitkan seseorang, atau masalah tepatnya. Saya pribadi</p>		

profesi psikolog ?	<p><u>menganggap seorang psikolog itu harus bisa bersikap netral, tidak memihak berarti, bisa jaga rahasia pasiennya. Jaga rahasia itu yang paling penting karena itu syarat utama dari seorang psikolog.</u></p>	C3	Subyek memiliki gambaran tertentu mengenai sosok psikolog.
Adakah kendala dalam upaya Anda meminta bantuan ke psikolog ?	<p><u>Kendalanya ? Itu lho Bu, pas kemarin nunggu diluar ruang praktek Ibu. Setiap ada orang yang lewat di depan saya, setelah mereka membaca papan nama Bu Agnes yang ada tulisannya Psi itu, mereka somehow kelihatane kok ngeliat ke saya dengan pandangan yang bagaimana gitu... Mungkin mereka mbatin ya, bahwa ini kan ruangan prakteknya psikolog, jadi orang yang nunggu di depan ruang prakteknya dan bawa map biru (map biru adalah berkas file pasien di RS St. Elisabeth) itu ya mestinya orang agak kenthir, atau sedang stress berat atau apa deh. Malu juga sih. Sempat mikir jangan-jangan keputusan saya untuk konsultasi ke psikolog itu keliru. Rasanya pengen cepet-cepet masuk ke dalam.</u> <u>O ya, kemarinnya lagi waktu pertama kali mau telpon Elisabeth untuk buat janjiin, rasanya berat banget. Saya berusaha untuk terdengar normal.</u></p>	C1	Subyek menganggap ada penilaian negative dari orang lain karena menemui psikolog. Sanksi sosial negative tersebut membuatnya merasa tidak nyaman.
Normal yang bagaimana ?	<p><u>Ya, normal Bu.. Tidak terdengar bahwa lagi kalut, lagi butuh banget ketemu dengan psikolog, tapi sekaligus juga tidak terlalu cuek. Karena nyatanya kan saya memang butuh untuk datang dan bicara pada Ibu.</u></p>		
Bagaimana tanggapan keluarga,	<p><u>Papa-Mama mendukung sih. Adik saya cuek aja karena dia emang agak-agak tidak peduli kalo bukan menyangkut hal-hal</u></p>	D2	Walau dapat dukungan dari keluarga dan saran dari dokter giginya untuk konsul ke psikolog, subyek

teman dan lingkungan mengenai langkah Anda meminta bantuan ke psikolog ?	tentang dia, pacarnya atau sekolahnya. Mereka intinya cuma pengen saya cepat sembuh. <u>Apalagi dokter yang saya temui kan juga menganjurkan supaya saya berkonsultasi ke psikolog. Hanya saja saya tidak pernah cerita ke teman-teman di kampus kalau saya menemui psikolog. Soalnya saya takut disalahgunakan Bu. Dulu itu saya pernah menemui Dokter C, yang juga dosen saya, untuk periksa tentang rahang. Sama dia saya cerita juga betapa masalah ini membuat saya tidak nyaman dan stress. Eh, kok malah jadi bahan gunjingan Bu. Karena dalam salah satu kuliahnya entah di kelas mana, dokter itu cerita bahwa ada salah satu mahasiswanya yang punya masalah cukup berat sehingga stress. Bahkan beliau juga menyebutkan dengan hampir jelas identitas saya, walau tidak menyebut nama. Tapi dampaknya, teman-teman yang cukup dekat dengan saya cukup tahu bahwa yang dimaksud oleh beliau itu ya saya. Jadi ya Bu, tidak lagi deh saya cerita tentang masalah saya dengan orang-orang diluar keluarga. Kapok saya.</u>		merasa cemas dengan upayanya menemui psikolog. Hal tersebut karena subyek pernah memiliki pengalaman tidak mengenakan berkaitan dengan menceritakan permasalahannya pada orang lain di luar keluarga sehingga ia merasa jera.
Adakah persyaratan atau kriteria tertentu dari psikolog yang ingin Anda datangi ?	Tidak ada criteria khusus sih. Tentu saja saya <u>mengharapkan psikolog yang akan saya ajak bicara adalah seseorang yang bisa jaga rahasia, baik hati, berpikiran terbuka, dan mampu membantu saya. Dan saya prefer yang wanita. Psikolog pria sih oke saja, cuma enakan yang wanita aja. Pengalaman saya dengan dokter gigi, biasanya yang wanita yang lebih sabar.</u>	C3	Subyek memiliki harapan tertentu dari psikolog yang didatangnya.

	<p>bagaimana caranya mulai cerita tentang masalah saya ke psikolog. Lha wong, menurut saya masalah ini bundet dan ruwet. <u>Cemas juga jangan-jangan psikolognya tidak enak untuk diajak tukar pikiran. Jangan-jangan sama seperti dokter gigi yang juga dosen saya yang udah ngebocorin tentang masalah saya.</u></p>		
Hal yang terpikirkan saat datang pertama kali menemui psikolog	<p><u>Saya kepikirannya cuma segera cerita tentang masalah saya dapat saran yang bisa membantu ngilangin rasa tidak enak ini</u> sehingga saya bisa fokus ke kuliah lagi. Trus saya bisa PD lagi seperti dulu sebelum ada masalah. Itu melebihi rasa cemas saya ketemu dengan psikolog yang belum pernah saya kenal sebelumnya.</p>	C4	Subyek ingin psikolog membantunya menyelesaikan masalah yang dihadapinya.
Bila punya masalah / beban pikiran, biasanya cerita pada siapa ?	<p><u>Biasanya ya ke orangtua. Tapi tidak untuk semua masalah lho Bu. Kalau saya masih bingung ya saya simpan dulu. Ya gimana caranya ngomong kalau diri sendiri aja masih bingung. Saya juga centa pada orang-orang yang terkait.</u> Misalnya persoalannya tentang perkuliahan, ya saya tanya ke dosen atau ke teman.</p>	D3	Subyek biasanya bercerita ke orangtua dan ke orang-orang yang terkait dengan masalah tersebut.
Bingung bagaimana ?	<p>Ya kalau saya masih belum nemu solusinya. Atau kalau masalah itu saya anggap bisa saya selesaikan sendiri. Lagi pula kalau hanya soal sepele, buat apa juga kan Bu, cerita sama ortu kalau hanya untuk nambah kerepotan mereka.</p>		
Standar apa yang dipakai untuk	<p>Biasanya kalau saya bisa cepet nemuin solusi, masalah itu saya anggap ringan. Misalnya, selisih paham dengan teman ya saya akan usaha untuk ngomong</p>	B2b	Subyek mengkategorikan suatu masalah itu ringan sampai sedang bila ia bisa menemukan solusi, bisa mengalihkan pikiran ke hal

<p>menentukan suatu masalah itu digolongkan : ringan, sedang, berat ?</p>	<p>langsung dengan teman itu. Atau kalau saya masih bisa mengalihkan pikiran ke hal lain. Misalnya, dengan pergi main bilyard saya bisa ngelupain hal yang menyusahkan hati. Atau dengan belajar, saya bisa lupa sama masalah. Berarti masalah yang sedang saya hadapi itu tergolong ringan sampai sedang. Nah <u>kalo suatu masalah itu benar-benar nancap di pikiran, tidak bisa hilang walau saya udah usaha keras melupakannya, maka bisa disebut masalah berat.</u> Misalnya seperti soal muka yang saya rasa berubah. Semula saya pikir ini biasa aja. Tapi lama-lama kok rasanya makin ngganjel. Tiap kali bicara, tiap kali nggerakin bibir, terasa banget kalo muka ini dah berubah. Dan waktu saya coba untuk tidak mikirin hal ini, malah kepikiran terus. Kepala ini rasanya berat banget dan jadi nggak PD. <u>Ini kan sesuatu yang diluar kontrol saya. Saya nggak bisa berbuat apa-apa dengan bentuk rahang atas yang saya rasa tambah maju, Bu.</u></p>	<p>lain.</p> <p>Suatu masalah dianggap berat oleh subyek bila ia tidak bisa mengalihkan pikirannya ke hal lain dan hal itu diluar kontrolnya.</p>
<p>Solusi apa yang biasanya Anda ambil untuk tiap tingkatan masalah</p>	<p>Apa ya ? Biasanya sih Bu kalau saya lagi ada masalah atau beban pikiran, saya banyak berpikir. <u>Jeleknya saya ini kalau lagi punya persoalan biasanya saya terfokus pada persoalan itu sampai saya menemukan solusi.</u> Jadi ya kalau masalahnya <u>tergolong ringan atau sedang, saya biasanya ambil waktu untuk berpikir, merenung. Saya usaha cari solusi sendiri, kan cuma masalah kecil.</u> Kadang <u>saya juga tanya-tanya pada orang-orang yang saya anggap menguasai masalah itu, tapi itu juga jarang.</u> Tanya-tanyanya bukan langsung ke masalah</p>	<p>B3</p> <p>Bila punya masalah, subyek akan berusaha mencari solusinya. Untuk masalah yang dianggap ringan sampai sedang, subyek akan usaha mencari solusi sendiri. Subyek mengandalkan ilham yang biasanya muncul saat ia membaca atau saat mengobrol dengan santai dengan orang lain. Terkadang subyek bertanya pada orang lain tapi tidak mengaku kalau ia sendiri yang bermasalah.</p>

<p>yang lagi saya hadapi Bu, tapi cuma ngobrol atau cerita ringan sama mereka. Biasanya saya bertanya seolah-olah teman saya yang punya problem itu. Malu juga rasanya ngaku kalau yang punya problem itu saya sendiri. Kadang solusi itu muncul waktu saya lagi baca buku atau kalau lagi ngobrol sama teman atau siapa saja. Seperti di film kartun itu lho Bu. Pas lagi baca sesuatu atau lagi ngobrol, mendadak muncul gambaran lampu di kepala dengan bunyi "Cling!" Trus kalau ilham itu datang, saya akan coba lihat apa bisa solusi itu saya pakai untuk <i>solve my problem</i>. Sedang kalau masalah itu berat, karena saya terfokus banget, biasanya saya menggunakan sebagian besar waktu saya untuk cari solusi terbaik. Kadang emang <i>wasting time</i>, tapi mau gimana lagi Bu, lha wong saya beneran tidak bisa mengalihkan pikiran ke hal lain. Yang namanya ilham biasanya kalau pas gitu juga tidak datang. Seperti masalah yang sekarang ini, saya nyempetin waktu banget untuk ke dokter gigi, cari penjelasan soal perubahan rahang di buku-buku, internet, trus coba melakukan segala saran yang diberikan sama saya. Siapa tahu dengan melakukan semua itu, masalah saya tertolong.</p>		<p>Untuk masalah yang dianggap berat, subyek menyediakan seluruh waktunya untuk mencari informasi berkaitan dengan masalahnya lewat buku-buku, internet, mendatangi orang yang ahli di bidangnya dan melakukan semua saran yang diberikan.</p>
---	--	--

Pukul 13.00 café menjadi bertambah ramai, subyek mulai meraa tidak nyaman dan meminta agar wawancara dohentikan karena tingkat kebisingan suara yang terjadi di dalam ruangan, maka agar pembicaraan bisa ditangkap oleh penulis, subyek harus mengeraskan suaranya. Subyek khawatir tetangga di kiri-kanan meja bisa mendengar apa yang dikatakannya. Subyek setuju untuk bertemu kembali di ruang praktek di rumah sakit pada tanggal yang sudah disepakati bersama.

**Wawancara 3 : Sabtu 28 April 2007, Ruang G Poli Spesialis RS St
Elisabeth Semarang, pukul 14.30 WIB**

Pertanyaan	Jawaban	Code	Analisis
Setelah Anda datang menemui psikolog dan sekarang ini sedang dalam proses konseling, bagaimana perasaan Anda ?	<u>Yah... ternyata tidak terlalu buruk. Tidak seseram apa yang saya bayangkan sebelumnya. Dan rupanya memang kalau bercerita itu lumayan membantu Bu. Kemarin itu saya bisa belajar selama 1 jam. Lumayan banget karena pas memang lagi ada ujian. Trus waktu belajar nggak kerasa pusing. (subyek terdiam sejenak, tersenyum kecil)</u>	C4	Subyek merasa terbantu dengan terapi dari psikolog
Saat masalah dianggap berat, apakah Anda merasa tidak memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah itu ?	<u>Contohnya masalah yang sekarang ini ya Bu. Mula-mula sih saya berusaha, berusaha banget Bu untuk menyelesaikan sendiri. Lha wong semula saya pikir ini masalah sepele, hanya waktu itu saya pikir saya aja yang lagi sensitive. Lagi kurang kerjaan, jadi agak memperhatikan diri sendiri. Apa ya istilahnya Bu, saya pernah baca tentang hal ini..... oh itu, narciss. Ngerasa-ngerasa ada perubahan di wajah. Trus jadi keterusan dan keadaan jadi tidak terkontrol. Saya bingung, saya cemas kok semakin dirasakan semakin dilihat di cermin kok ya memang ada perubahan sedikit. Pokoknya muka saya jadi berubah, tidak seperti dulu lagi. Saya usaha untuk mengalihkan pikiran ke hal lain saja tidak mampu, Bu, apalagi untuk cari solusinya. Bingung Bu.</u>	D4	Subyek berusaha mencari solusi permasalahan. Dan ketika suatu masalah dianggapnya menjadi semakin berat, ia tidak bisa mengendalikannya dan tidak mampu mencari solusinya.
Apa artinya buat Anda, datang	<u>Artinya ya saya punya masalah yang tidak bisa saya selesain, dan saya butuh bicara dengan orang yang ahli di bidangnya.</u>	D2	Subyek ingin masalahnya cepat selesai dengan bantuan orang yang ahli di bidangnya, dalam hal ini

<p>menemui seorang psikolog</p>	<p>Psikolog itu kan biasanya bantu mereka yang punya beban atau apa ya tepatnya, masalah pribadi yang kompleks. Untuk saya, saya ingin psikolog yang saya temui, dalam hal ini Bu Agnes tentunya, bisa bantu saya biar saya bisa PD lagi, bisa konsen ke pelajaran lagi dan bisa ngilangin pikiran bahwa muka saya sudah berubah. Karena saya capek dengan semua ini.</p>		<p>seorang psikolog.</p>
<p>Bagaimana perasaan Anda saat meminta bantuan pada orang lain ?</p>	<p>Saya sering kok tanya pada teman atau pada dosen bila ada sesuatu yang tidak saya pahami. (Minta bantuan untuk masalah pribadi ?) Oh.. kalau itu jarang Bu. Saya biasanya usaha menyelesaikan sendiri bila punya masalah pribadi. Karena malu juga kan. Saya kan laki-laki Bu, masak tidak bisa kuat, tidak bisa usaha dulu. Kesannya cengeng banget deh. (subyek tertawa kecil tetapi matanya menerawang). Saya kepingin seperti Papa. Papa itu hebat. Saya tidak pernah lihat Papa ngeluh apalagi sampai nangis padahal sering juga lho ada masalah gawat. Misalnya sampai beberapa bulan pemasukan rendah banget padahal kami sedang butuh uang. Papa tidak pernah nyerah. Dia usaha terus. Dan Papa pernah bilang laki-laki itu harus kuat karena dia adalah tiang keluarga. Saya berusaha buktikan kalau saya juga bisa melakukannya. Tapi sekarang yah...(subyek menundukkan kepala, volume suaranya menurun)...saya gagal Bu. Masalah ini saja terus membuat saya tidak bisa konsen pada apa yang sedang saya kerjakan.</p>	<p>B5</p>	<p>Subyek malu untuk meminta bantuan khususnya untuk masalah pribadi, karena image diri sebagai laki-laki.</p> <p>Image seorang laki-laki yang harus kuat dan hebat diperoleh subyek lewat sosok ayahnya. Subyek ingin seperti ayahnya.</p> <p>Subyek merasa dirinya gagal menjadi seorang laki-laki yang kuat seperti ayahnya.</p>
<p>Bagaimana gambaran seorang laki-laki kuat</p>	<p>.....(Subyek berpikir sejenak sambil memejamkan mata)..... <u>Laki-laki adalah kepala rumah tangga. Ia pencari nafkah, pelindung istri dan anak-anaknya. Ia harus kuat, tegas, tegar dan pintar. Laki-laki tidak boleh</u></p>	<p>B5</p>	<p>Gambaran ideal laki-laki kuat menurut subyek</p>

menurut Anda	<u>cengeng, tidak boleh menyerah pada masalah kecil, pokoknya harus terus survive lah dalam kondisi apapun.</u>		
Apa Anda diharapkan untuk menjadi laki-laki yang kuat	<u>Ya sudah semestinya lah Bu. Saya anak laki-laki tunggal di keluarga karena kakak dan adik saya kan cewek. Apalagi secara adat, saya kan memang penerus nama keluarga. Tentunya nama marga Papa lah (subyek adalah keturunan Tionghoa-Purworejo). Jadinya sudah semestinya saya harus jadi orang yang membanggakan dan jadi laki-laki yang kuat. Papa tidak pernah sih ngelarang saya untuk nangis tapi saya liat langsung kalau Papa itu jarang banget nangis. Kalaupun ngerasa sedih, paling ya disimpan sendiri. Jarang banget kita anak-anak liat Papa murung. Jadinya saya pikir saya harus bisa jadi laki-laki yang kuat macam Papa.</u>	B5	Sebagai anak laki-laki satu-satunya dalam keluarga, subyek merasa memiliki tanggung jawab untuk berhasil dan menjadi laki-laki yang kuat. Subyek melihat gambaran laki-laki yang kuat dari ayahnya
Apakah Anda adalah laki-laki yang kuat	<u>Saat ini tidak Bu. Karena saat ini saya dibuat bingung dan pusing oleh masalah muka yang berubah yang bikin tidak PD dan bikin tidak bisa konsentrasi. Harusnya saya bisa mengalihkan pikiran jadi tidak sangat terganggu. Tapi yah... (subyek menghela nafas). <i>It's my weakness.</i></u>	B5	Dengan masalah yang sedang dihadapinya, subyek merasa tidak berdaya dan gagal untuk jadi laki-laki yang kuat.
Sebelum masalah ini muncul, apakah Anda merasa diri Anda laki-laki yang kuat	<u>Saya berusaha Bu, jujur saya selalu berusaha jadi yang terbaik. Saya belajar keras supaya dapat prestasi yang baik, saya selalu bantu Papa Mama di toko, saya jaga adik, saya hormat pada kakak, saya lakukan semua tugas saya dengan baik. Saya nggak tahu apakah semua hal itu bisa membuat saya dianggap sebagai laki-laki yang kuat, tapi yang jelas Bu, saya benar-benar berusaha jadi orang yang bisa mengangkat nama keluarga, jadi orang yang bertanggung jawab dan jadi orang yang berhasil.(subyek merenung sejenak)....</u>	B5/A 4	Subyek selalu berusaha berbuat hal yang baik, bertanggung jawab dan membanggakan bagi keluarga.

	<p>Papa dan Mama saya kira bangga dengan saya berhasil masuk ke Kedokteran. Jadi ya saya kira saya sudah lakukan hal yang membanggakan, paling tidak satu hal kecil. Saya harap masih bisa lakukan hal lain yang juga membanggakan. Paling tidak setelah masalah saya teratasi.</p>		
<p>Bagaimana perasaan Anda saat meminta bantuan kepada psikolog ?</p>	<p>Jujur saya tidak tahu apakah ini jalan yang tepat. Apakah saya hanya buang waktu atau akan jadi tambah bingung atau akan dapat pencerahan ? Tapi saya sudah bingung banget Bu. Pergi ke banyak dokter gigi, tanya ke banyak orang, baca banyak buku. Tapi semakin saya tambah bingung. Kepala ini rasanya berat setiap kali saya berusaha menghilangkan pikiran bahwa muka ini berubah. Tapi saya sudah datang ke Ibu selama 4 kali, dan rasanya tidak masalah. Saya tidak nervous lagi sekarang, saya tahu Bu Agnes berusaha membantu saya, tidak memaksa saya melakukan hal yang saya tidak suka, saran Ibu juga bisa saya pahami, jadi ada harapanlah. Ya kan saya pengen bisa cepet normal lagi.</p>	<p>C1</p>	<p>Semula subyek tidak yakin bahwa pergi meminta bantuan ke psikolog adalah tindakan yang tepat. Tapi setelah beberapa kali pertemuan, harapan positif muncul. Harapan muncul dari penerimaan dan saran psikolog yang dirasa nyaman oleh subyek</p>
<p>Andai Anda masih sanggup mengatasi masalah itu, akankah datang ke psikolog</p>	<p>Hmm..... (subyek berpikir cukup lama). Mungkin tidak ya Bu.</p>	<p>C4</p>	<p>Subyek tidak akan menemui seorang psikolog bila ia mampu mengatasi masalahnya.</p>

**Wawancara 4 : Selasa 8 Mei 2007, SOS Desa Taruna Semarang, pukul
16.00 WIB**

Pertanyaan	Jawaban	Code	Analisis
Sedekat apa hubunganmu dengan teman-teman ?	Di fakultas kebetulan teman saya banyak tapi ya tidak dekat banget. Saya sering kok ikut kegiatan mahasiswa, bantu-bantu kakak kelas kalo ngadain kegiatan, sering kongkow bareng teman-teman. Tapi kalo ditanya punya sahabat atau tidak, ya jawabannya mungkin tidak ya Bu. Tapi malah enak kok Bu, tidak begitu dekat sama teman sebab kalo terlalu dekat malah bisa berantem dan bisa-bisa saya nggak konsen kuliah. Habis maunya bareng sahabat terus. Kalau tidak terlalu dekat, saya mau jalan bareng teman-teman ya jalan saja, saya mau tinggal di rumah atau mau pergi sendiri ya tidak ada perasaan bersalah.	B4a	Subek tidak punya hambatan dalam sosialisasi namun tidak memiliki teman dekat. Subyek menyukai hubungannya dengan teman-temannya yang akrab tapi tidak terlalu dekat.
Sekarang juga masih aktif ikut kegiatan mahasiswa	Sejak saya ngerasa bahwa muka saya berubah, saya jadi nggak PD deket teman-teman. Ngerasa beda aja, ngerasa bahwa mereka semua ngeliat perubahan di wajah saya, trus mereka bakal ngetawain saya. Jadi ya saya kurangi waktu saya kumpul bareng teman-teman. Apalagi karena masalah saya itu bikin saya jadi sulit konsentrasi ke pelajaran. Dulu itu baca pelajaran sekali aja sudah langsung hapal, sekarang saya harus mengulang-ulang. Itu pun tidak hapal semuanya, kadang besoknya harus ngulangi lagi. Jadi ya saya butuh semua kekuatan dan seluruh waktu untuk bisa belajar. Kalau tidak bisa-bisa saya tidak naik, atau paling enggak naik tapi nilainya minim banget.	B4b	Sejak masalah muncul, waktu subyek untuk bersosialisasi tersedot untuk konsentrasi ke kuliahnya.

Punya teman-teman dekat atau sahabat sebagai tempat curhat ?	Kalo untuk masalah pribadi, saya jarang banget berbagi sama teman. Malah mungkin tidak pernah. Soalnya kampus itu ibarat kolam yang besar Bu. Bocor satu rahasia, kesebarannya pasti cepet banget. Bisa malu saya kalo cerita-cerita soal pribadi. Nggak enak kan kalo mereka tahu saya punya kesulitan tentang sesuatu misalnya. Sama teman-teman itu enakya berbagi cerita yang lucu-lucu, ketawa bareng. Kalo tanya ya paling banter soal kuliah atau bahan praktikum.	B4b	Untuk hal pribadi, subyek jarang bercerita pada teman-temannya karena ada perasaan malu dan takut akan pendapat orang lain akan dirinya.
--	---	-----	--

Subyek menolak pembicaraan lebih lanjut mengenai M dan menolak jika pembicaraan tentang M ini dimasukkan dan ditulis dalam data wawancara. Subyek mengatakan bahwa jika menurutnya pertanyaan yang diajukan tidak terlalu personal maka ia mempersilahkan penulis untuk mencatatnya.

Pada hari dan jam pertemuan ke-5 yang telah ditentukan, yaitu 26 Mei 2007 jam 13.00, subyek tidak datang dan tidak menghubungi. Saat psikolog menelepon untuk menanyakan mengapa ia tidak datang, handphone subyek tidak aktif.

Kira-kira 2 bulan kemudian yaitu pada tanggal 28 Juli 2007 jam 14.00 tiba-tiba subyek datang kembali dan mengatakan bahwa ia ingin kembali berkonsultasi kepada psikolog karena ia tidak cocok dengan pantangan dan syarat yang didapatkannya dari ahli pengobatan alternative yang ditemuinya. Namun pada pertemuan berikutnya yang telah disepakati yaitu hari Kamis, tanggal 9 Agustus 2007 jam 16.00, subyek kembali tidak datang. Kali ini dari pihak psikolog tidak berusaha menelepon dan dari pihak subyek juga tidak kabar. Maka diasumsikan bahwa subyek secara sepihak telah menghentikan proses pencarian bantuan.

hari) ?	frekuensi eh bukan...dampaknya...itu Bu, apa yang saya rasa...saya merasa saya mulai panik ya karena hal ini. Ya bingung ini kenapa kok sering banget merasa yang kayak gitu, trus tambah cemas karena kok nggak hilang-hilang. Dulu-dulu kan kadang hilang walau kadang datang lagi rasa-rasa nggak enak itu. Ini kok permanen? Trus takut deh. Mau ngapa-ngapain rasanya gelisah aja.	B2b	
Kondisi yang bagaimana / hal apa yang dapat memicu timbulnya gejala-gejala tersebut ?	Biasanya kalau saya harus fokus, konsentrasi pada sesuatu. Misalnya <u>pay attention</u> pada materi yang diterangkan oleh dosen. Tiba-tiba aja dalam pikiran ini muncul rasa cemas jangan-jangan nanti saya nggak <u>mudeng</u> sama apa yang dijelaskan dosen, jangan-jangan nanti bahan yang saya gak donk ini akan keluar di ujian. Trus begitu Bu, jangan-jangan gini...jangan-jangan gitu... terus begitu. Sampai akhirnya saya merasa ketakutan banget padahal saya nggak paham kenapa saya takut atau kenapa saya cemas. Soalnya perkaranya kan sepele banget	B2b	Saat ia harus fokus pada sesuatu, gejala cemas menyerang.
Apa yang Anda lakukan bila gejala-gejala tersebut muncul?	Ya panik sih. Karena mendadak merasa cemas trus takut. Biasanya saya langsung tarik nafas dalam-dalam, diam dan berusaha mengalihkan pikiran ke hal-hal yang menarik. Apalagi kalau rasa-rasa nggak enak macam itu muncul waktu saya lagi bareng orang banyak, di kampus sama teman-teman. Saya usaha banget biar tidak banyak menarik perhatian. Takut Bu saya, takut teman-teman atau dosen tahu. Bisa malu saya.	B3	Bila panik menyerang, solusi : tarik nafas dalam-dalam, diam dan mengalihkan pikiran ke hal lain
Malu?	Yah...(subyek terdiam cukup lama) teman-teman banyak yang bilang saya ini anak mami sebab Ibu saya itu kelihatan banget berusaha ingin tahu dimana saya dan apa yang saya lakuin. Nah, kalau sampai	B4a	Teman-teman subyek memberi nama julukan kepada subyek.

	teman-teman tahu tentang cemas dan takut ini, wah jangan-jangan saya tambah nama julukan deh. Haha.... (subyek tertawa kecil tapi sambil menggosok-gosok kedua tangannya dengan gelisah dan wajahnya terlihat tegang)		
Temannya memberi nama julukan pada Anda?	Yah begitulah. Saya nggak suka dengan hal itu tapi mau bagaimana lagi. Ibu saya itu memang tipe orang seperti itu. Saat jam-jam tertentu telpon. Teman-teman trus langsung bilang, "Tuh anak mami, diangkat tuh telponnya." Atau niru apa yang diomongkan sama Ibu, "Udah makan belum, jangan lupa makan lho nanti sakit." Trus mereka pada ketawa. Saya terpaksa ikut ketawa Bu, walau ya malu, ya jengkel juga. Akhirnya HP saya <i>silence</i> . Tidak saya <i>off</i> sebab di rumah pasti saya diomelin panjang lebar sama Ibu.	B4a	Subyek tidak suka nama julukan dari teman-temannya tapi juga takut untuk bilang pada ibunya. Ia memilih mengabaikan hal tersebut.
Apakah pernah meminta kepada teman-teman untuk berhenti memanggil anda dengan nama julukan tersebut?	Waduh, gimana ya Bu?...(subyek menggaruk-garuk kepala)...Kelihatannya gimana deh kalo saya bilang ke teman-teman untuk jangan panggil saya dengan nama julukan itu. Ribet urusannya, Bu. (wajah subyek terlihat memerah). Tapi bukan berarti saya takut lho Bu. Bukan, sama sekali bukan. Hanya rasanya agak aneh deh jika saya meributkan hal sepele semacam itu. Lagipula nama julukan itu hanya muncul jika Ibu saya menelepon.	B2d/ A4	Subyek tidak suka teman-temannya memberinya nama julukan tetapi subyek juga tidak bisa mengatakannya secara terbuka kepada temannya. Subyek memilih menghindari konflik.
Apakah pernah bercerita pada Ibu tentang nama julukan yang diberikan oleh teman-teman tsb?	Wah nggak berani saya, Bu. Bisa-bisa Ibu saya ngamuk trus marah-marah ke teman-teman. Ibu saya galak banget. Mau ditaruh dimana muka saya Bu kalau sampai terjadi hal seperti itu.	A1	Subyek merasa takut pada ibunya.
Mengapa Ibu	Saya kan anak tunggal, Bu. Ibu	A2b	Sebagai anak

terkesan sangat overprotective pada Anda?	sering cerita bahwa dulu saya nyaris punya adik. Tapi Ibu kecelakaan dan keguguran. Kandungannya harus diangkat, jadi nggak bisa punya anak lagi.		tunggal, Ibu subyek punya harapan tinggi pada subyek.
Pengaruh cerita itu untuk Anda ?	<u>Kadang saya merasa bersalah karena saya tahu Ibu berharap banyak sama saya. Kan anaknya ya cuma saya seorang. Tapi saya kan tidak bisa selalu berhasil.</u> <u>Saya sayang sama Ibu saya tapi kadang saya juga takut sama Ibu.</u> <u>Saya takut gagal memenuhi harapan-harapan Ibu. Hal itu kadang yang membuat saya sedih dan gagal</u>	A1b B5	Subyek merasa bersalah sebab ia merasa telah mengecewakan ibunya.

Subyek memberi isyarat untuk mengganti topik pembicaraan dan meminta waktu untuk menenangkan diri selama 10 menit.

Sejak kapan Anda menganggap bahwa gejala-gejala ini adalah sesuatu yang serius dan butuh penanganan professional?	<u>Keadaan ini kan nggak nyaman, Bu, cemas atau takut tapi bingung nggak tahu cemas atau takut karena apa. Saya bingung mau gimana.</u> <u>Kalau nggak malu aja pasti saya udah pengen nangis karena pernah itu rasanya takut banget. Waktu itulah Bu, saya pikir kalo keadaan kayak gini nggak bisa didiemin aja. / <i>must make a decision</i>. Saya harus minta tolong sama seseorang paham betul tentang hal ini.</u>	D4	Subyek mulai menyadari bahwa ia dalam keadaan tertekan dan butuh bantuan dari professional.
Kapan itu? Kapan Anda merasa sangat takut?	<u>Tadi saya udah sebut ya kalau 2 bulan ini sensasinya agak menguat. Nah, minggu lalu, kira-kira Selasa <i>last week</i> deh, saya pas lagi dalam perjalanan pulang dari tempat teman. Tiba-tiba aja saya merasa panik dan cemas.</u> <u>Saya takut jangan-jangan saat itu saya akan kehilangan kendali motor dan kemudian menyerempet motor yang ada di depan saya. Sungguh Bu, saat itu saya begitu cemas dan takut, bahkan sampai berkeringat</u>	B2a B2b	Intensitas gejala meningkat dalam 2 bulan terakhir. Subyek terkena serangan panik.

	<p>dingin dan nafas ini terasa sesak. Untung aja motor tidak oleng. Tapi saya langsung minggir, turun dari motor lalu duduk di trotoar pinggir, menenangkan diri. Lama baru saya berani naik lagi di motor dan pulang.</p> <p>Makanya saya trus nekad aja telpon pas tanggal 6 mei, mau buat janji konsultasi untuk hari ini.</p>		
<p>Bagaimana reaksi keluarga, teman mengenai gejala-gejala yang Anda anggap mengganggu tersebut ?</p>	<p>Saya tidak pernah cerita tentang masalah beginian sama ortu. Sama Papa tidak, apalagi Ibu. Ibu pasti akan langsung ngomel trus ngomong mulai A sampai Z menyalahkan saya dan tentang apa saja yang harusnya saya lakukan dalam situasi seperti ini. Lalu itu membuat perasaan saya makin tidak nyaman sebab saya akan mulai merasa sangat bersalah dan sangat bodoh karena untuk masalah yang sepele ini saja saya tidak mampu mengatasi.</p> <p>.....(subyek terdiam sesaat dan menarik nafas dalam).....</p> <p>Kalau Papa sih, saya kasihan kalo mau cerita tentang hal ini. Papa kan lagi sibuk cari kerja baru dan adaptasi di tempat tinggal baru. Jangan deh ditambah pikirannya dengan hal macam gini.</p>	A1b	<p>Subyek tidak terbuka pada ibunya tentang masalahnya. Subyek juga tidak terbuka pada ayahnya.</p>
<p>Itu menurut Anda sendiri atau itulah kenyataannya ?</p>	<p>Yah biasanya sih seperti itu. Ibu akan kasih komentar tentang hal-hal yang sifatnya sepele. Misalnya saya inisiatif beli pasta gigi baru yang kemarin saya lihat iklannya di TV. Ibu langsung komentar bahwa saya ini korban iklan, pemborosan lah karena yang lama masih belum habis, dan macem-macem lagi. Nah, apalagi ini tentang hal yang <u>urgent</u> buat saya.</p>	A1b	<p>Komunikasi subyek dan ibunya tidak harmonis. Karena subyek menganggap ibunya terlalu kritis.</p>
<p>Selama ini upaya apa saja yang</p>	<p>Yah selama ini saya berusaha mengatasi sendiri sebaik-baiknya saat tiba-tiba merasa cemas atau takut. Kalau pas kuliah tiba-tiba</p>	B3	<p>Solusi sementara :</p> <ul style="list-style-type: none"> • mengalihkan perhatian pada hal lain.

<p>sudah dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut ?</p>	<p><u>merasa cemas dan takut ya saya usaha mengalihkan perhatian ke hal-hal yang lain yang menghibur, misalnya ke teman kuliah cewek yang manis. Kalau muncul saat lagi nonton acara TV di rumah, ya ganti chanel. Saya sebenarnya orang yang nggak mau terlalu ribet Bu. Kalo ada hal yang mengganggu perasaan, kalo bisa ngeles (menghindar:red) ya ngeles aja. Saya juga udah coba merasional hal-hal yang membuat saya cemas atau takut itu, artinya saya coba cari tahu kenapa kok saya merasa takut sama hal ini atau kenapa saat mengerjakan ini atau itu saya merasa cemas.</u></p> <p>Tapi emang sih lama-lama cara-cara itu nggak mempan. Beberapa kali tidur nggak nyenyak, nggak selera makan, mau kuliah agak males takut pikiran macam-macam. Trus bunek (pikiran bingung dan perasaan tertekan:red) banget Bu, karena kan sebelum sekarang nggak bisa cerita sedikit pun sama siapa pun.</p> <p>Pernah sih terlintas pengen nekat cerita sama Papa. Tapi saya kasihan sama Papa. Waktu terakhir ketemu Februari kemaren, Papa cerita kalo dia lagi sibuk cari kerjaan dan pusing adaptasi di tempat baru. Jadi saya nggak pengen nambah beban deh.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • rasionalisasi masalah
<p>Apakah ada kesulitan yang muncul sehubungan dengan gejala-gejala tersebut ?</p>	<p>Yang jelas <u>tidak nyaman hidup saya Bu. Saat kuliah mau konsentrasi tiba-tiba muncul pikiran-pikiran cemas. Cemas kalau nggak mudeng sama materi kuliah, cemas kalau dosen tanya ngga bisa jawab. Nyusahin banget deh!</u> (subyek menggaruk-ngaruk kepalanya)</p>	<p>B2b</p> <p>Dampak dari gejala yang dirasakannya dirasakan oleh subyek sangat mengganggu karena berdampak pada kuliahnya.</p>
<p>Kesulitan selain di</p>	<p><u>Pokoknya dalam setiap hal yang saya lakukan yang butuh konsentrasi, tiba-tiba aja muncul</u></p>	<p>B2b</p> <p>B2a</p> <p>Masalah ini sangat mengganggu subyek karena intensitasnya</p>

kampus?	<u>rasa cemas, was-was dan takut.</u> <u>Jangan-jangan hal itu gagal. Ya</u> <u>dalam 2 bulan terakhir ini deh,</u> <u>banget deh rasanya. Apalagi kalau</u> <u>saya punya target tertentu. Wah</u> <u>udah deh.</u>		meningkat.
---------	---	--	------------

Karena sudah pukul 21.38, Psikolog meminta subyek untuk membuat janji pertemuan yang kedua yaitu hari Sabtu tanggal 12 Mei 2007. Tapi subyek tidak bisa karena ada kepentingan lain pada tanggal 12 Mei 2007. Disepakati akan bertemu kembali 2 minggu lagi, yaitu pada hari Rabu, 23 Mei 2007 jam 11.00 WIB di SOS Desa Taruna Semarang



	<p>masalah. <u>Saya sreg ingin ke psikolog atau psikiater karena kerahasiaan identitas itu terjamin. Bahkan di rubrik konsultasi itu, identitas pengirim dirahasiakan.</u></p> <p>Nah balik ke soal kertas-kertas tadi, yang ambil itu tulisannya psikolog. Saya menentukan ke psikolog mana juga pakai sistem yang sama. Dan selanjutnya ya ketemu Kamis tempo hari trus yang ini dengan Ibu.</p>	D3	<p>Subyek mengetahui bahwa kerahasiaan terjamin jika bercerita pada psikolog sehingga ia mempertimbangkan datang ke psikolog</p>
<p>Psikolog di mana saja yang menjadi pertimbangan ?</p>	<p><u>Saya sengaja pilih di Semarang dan Yogya. Karena saya familier dengan 2 kota itu, jadi gampang mau ke kemana-mana. Saya memilih yang di rumah sakit besar dan bukan yang di tempat praktek pribadi. Kesannya kan hampir sama dengan pasien lain yang berobat ke dokter umum. Jadi nggak terlalu terkesan gimana gitu deh Bu.</u></p>	D3	<p>Subyek memilih hep agent yang ada di daerah yang sudah dikenalnya dengan baik.</p>
<p>Bagaimana perasaan Anda berkaitan dengan datang meminta bantuan pada psikolog ?</p>	<p><u>Agak malu dan tidak enak. Bu. Saya belum pernah berobat ke psikolog. Biasanya yang ke psikolog itu mereka mereka yang stress, yang punya masalah. Mungkin karena ini saya agak menunda-nunda datang ke psikolog.</u></p> <p><u>Saya kan buat undian siapa yang mau saya datangi untuk minta tolong itu udah lumayan lama...yah kira-kira 5 minggu-an lah. Tapi saya tunda-tunda terus karena saya mengharap ada perbaikan tanpa saya harus bertanya pada orang lain. Alasan kedua ya karena malu Bu. Bayangan mau datang ke psikolog, mau cerita tentang masalah saya...duh, berat banget.</u></p>	<p>C1</p> <p>D1</p>	<p>Subyek merasa tidak enak untuk datang ke psikolog sebab malu berkaitan dengan stigma negative tentang datang ke psikolog.</p> <p>Subyek menunda sebab :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ingin selesaikan sendiri • Merasa malu
<p>Menurut Anda, apakah profesi psikolog itu ?</p>	<p><u>Psikolog itu orang yang bekerja, biasanya di rumah sakit atau di perusahaan atau di tempat praktek pribadi. Yang datang ke mereka itu biasanya yang punya masalah. Banyak masalah, masalah yang berat. Psikolog itu tempat curhat, tempat cerita, tong sampah professional.</u></p>	C2	<p>Subyek memiliki informasi dan pengetahuan tentang profesi psikolog</p>

	<p>Yang sakit udah nggak enak karena badannya kerasa nggak nyaman, trus dokter yang merawat kok wajahnya serius. Kan bisa tambah takut, kepikiran yang bukan-bukan, jangan-jangan sakitnya serius. Kalau dokternya pembawaannya santai tapi menguasai cara mengobati penyakit itu, kesannya kan lebih enak.</p>		
<p>Sexes (laki-laki atau perempuan) ?</p>	<p><u>Saya prefer psikolog wanita. Yah, wanita kan lebih keibuan, lebih lembut, lebih gede empatinya, kalau bertanya nada suara mungkin lebih lembut. Yang saya ingin itu biar beda deh dengan image psikolog yang serem dulu yang pernah saya lihat di kantor Papa.</u> <u>Tapi kemarin saya sungguh berharap psikolog wanita itu tidak mirip dengan Ibu saya. Maksudnya sosoknya semoga tidak seperti Ibu saya yang agak pendek, rambutnya keriting trus suka pakai lipstik warna orange, dan kemiripan-kemiripan kecil lainnya.</u> <u>.....subyek terdiam sejenak, nampak ragu-ragu untuk bicara.....</u> <u>Saya lega Bu Agnes beda banget dengan Ibu saya.</u></p>	C3	<p>Karena sudah punya pengalaman dulu dengan orang profesi psikolog, maka subyek berharap menemui psikolog yang imagenya berbeda dengan pengalamannya dulu. Secara khusus : yang berbeda dari sosok ibunya.</p>
<p>Adakah kendala dalam upaya Anda meminta bantuan ke psikolog ?</p>	<p><u>Kendalanya sih ya mungkin rasa malu dan nggak enak yang tadi saya ceritakan. Yang ke psikolog atau ke psikiater itu kan yang stress, yang punya masalah trus yang(subyek membuat tanda garis miring di dahinya dengan jari). Trus keinget sama sosok psikolog di kantor Papa dulu. Makanya trus waktu saya harus ke psikolog, ya cari yang perempuan. Tapi ya itu..yang nggak mirip sama Ibu saya.</u> <u>Sama satu hal lagi Bu. Kemarin sehari sebelum datang pertama kali, saya sempat kepikiran. Jangan-jangan saya juga sudah mulai agak gila sebab punya pikiran bahwa butuh datang ke psikolog. Mungkin</u></p>	C1	<p>Subyek merasa malu dan tidaknyaman karena adanya stigma negative tentang mereka yang datang ke psikolog, dan juga karena ada pengalaman masa lalu yang tidak enak berkaitan dengan sosok psikolog.</p>

	cemas dan takut yang terus menerus itu yang udah buat saya jadi agak <i>error</i> .		
Cari informasi ke mana ?	Sejak saya putuskan untuk datang ke psikolog, saya mulai cari-cari informasi. Lewat telpon, email, rubrik-rubrik kesehatan di koran atau tanya-tanya pada teman-teman. Tapi saya nggak bilang kalau informasi itu untuk saya sendiri. Bisa-bisa dikomentari macam-macam sama teman-teman. Prioritas saya kan yang praktek di rumah sakit dari pada yang praktek pribadi. Biar nggak terlalu kentara Bu kalo saya mau ke psikolog.	D4	Subyek mulai mencari informasi tentang nama-nama psikolog yang bisa dijadikan referensi bantuan.
Bagaimana tanggapan keluarga, teman mengenai langkah Anda meminta bantuan ke psikolog ?	Punya masalah aja saya nggak cerita. Apalagi yang ini, berobat ke psikolog. Makanya ini juga yang buat saya nunda-nunda datang. Saya takut sebab kalau saya ke psikolog dan cerita tentang masalah saya, berarti mungkin Ibu saya kan juga harus datang. Kan biasanya keluarga kan ikut terkait. Wah nggak kebayang deh reaksi Ibu gimana kalau Ibu sampai tahu saya berobat ke psikolog.	D1	Subyek menunda datang ke psikolog sebab ia takut bagaimana reaksi lingkungannya, utamanya ibunya jika ia datang ke psikolog
Mana yang lebih berat dalam proses pencarian bantuan ini, membahas masalah dengan psikolog atau saat pertama kali membuat janji konsultasi	Mungkin buat saya, saat pertama kali membuat janji itu yang paling menyulitkan. Bu Agnes ingat waktu saya telpon Ibu pertama kali? Saya bilang kalau diundur tidak jadi tanggal 10 Mei maka saya nggak akan punya keberanian untuk datang. Itu bener Bu. Saya sudah doa pujanjaaang banget supaya punya keberanian untuk datang. Lalu setelah saya datang, kenal dengan psikolognya, Bu Agnes beda banget dengan image psikolog yang saya bayangkan, merasa nyaman untuk cerita, ya semuanya jadi lancar-lancar saja. Ya masih ada sih perasaan canggung dan nggak enak, apalagi jika cerita tentang hal-hal tertentu, tapi tidak	D4 D4	Dalam meminta bantuan ke psikolog, subyek merasa yang paling sulit adalah saat pertama kali membuat janji. Karena subyek memiliki kekhawatiran mengenai kemungkinan dampak negative dari tindakannya meminta bantuan kepada psikolog.

	<p><i>nemen</i> (sangat berat, red) seperti dulu ketika awal datang ke sini. <u>Saya dulu kepikiran macam-macam, takut bagaimana tanggapan teman-teman kalo sampai ketahuan konsultasi ke psikolog. Entar dianggap edanlah, gendenglah. Trus saya juga cemas bagaimana caranya mulai cerita tentang masalah saya ke psikolog. Lha wong, menurut saya masalah ini bundet dan ruwet. Cemas juga jangan-jangan psikolognya tidak enak untuk diajak tukar pikiran. Jangan-jangan sama seperti psikolog yang saya lihat di kantor Papa. Dan jangan-jangan psikolog cewek ini mirip sama Ibu saya.</u></p>	C1	<p>Subyek juga takut psikolog yang akan ditemuinya sama dengan sosok psikolog yang pernah dilihatnya di kantor ayahnya dan memiliki kesamaan baik fisik maupun karakter dengan ibunya</p>
--	--	----	---

Ketika ditanyakan apakah subyek bersedia jika Ibu diminta untuk datang, lama subyek hanya duduk terdiam. Kemudian dia mengangguk tapi subyek meminta dengan sangat untuk tidak memberitahukan kepada ibunya alasan sebenarnya konsultasi ini. Karena subyek akan mengatakan kepada ibunya bahwa ia menemui psikolog atas perintah dosen wali di kampusnya.

24 Mei 2007 psikolog menghubungi ibu subyek. Walau sempat kaget dan ragu-ragu pada awalnya, ibu subyek bersedia untuk bertemu pada tanggal 2 Juni 2007, jam 14.00.

Subyek juga dijadwalkan untuk kembali bertemu dengan psikolog pada tanggal 14 Juli 2007 dan subyek menyanggupi. Tetapi 2 hari sebelum tanggal 14 Juli 2007, subyek menelpon psikolog dan mengatakan bahwa ia sudah merasa lebih baik dan memutuskan untuk tidak akan datang ke pertemuan pada tanggal 14 Juli 2007 tersebut.

Hasil Wawancara Subyek 3

Subyek 3 : Perempuan
 Usia : 40 tahun
 Alasan datang ke psikolog : Dirujuk oleh dokter internis sehubungan dengan gangguan lambung yang dialaminya.

Wawancara 1 : Kamis, 20 November 2008, Jam 16.30, Ruang 217 Poli Spesialis Rumah Sakit St.Elisabeth Semarang

PERTANYAAN	JAWABAN	Code	ANALISIS
Sejak kapan merasakan gejala-gejala yang mengganggu?	2 tahun yang lalu sih sebenarnya saya mulai merasa ada yang nggak beres sama perut ini. Tapi karena saya sibuk sama kerjaan, kerja dan kerja, jadwal saya emang sangat padat, jadi ya saya cuekin. Paling cuma minum apa tuh Milanta atau Promag. Nah 3 bulan yang lalu, kena deh saya, Bu, itu namanya serangan perut. Sakitnya minta ampun! Langsung saya minta diantar ke RS sini dan mوندok kira-kira 1,5 bulan.	D1 B2b	Onset gejala perut sakit 2 tahun yang lalu, tapi diacuhkan dan hanya diobati dengan obat generik.
Seberapa sering gejala-gejala yang mengganggu tersebut muncul (dalam bulan / minggu / hari) ?	Saya gak terlalu memperhatikan. Pola kerja saya emang amburadul, nggak ada jam kerja, nggak teratur pola makan dan saya tidak begitu peduli pada apa yang saya makan. Pokoknya kalo ketemu klien itu mesti di restoran yang enak-enak, tapi saya nggak begitu perhatian sama menu makanan. Kadang sempet mikir tadi apakah udah makan atau belum ya. Hehehe (klien tersenyum). Nah, lalu saya mulai tuh ngerasa kalo ritme ke "belakang" ini agak nggak lancar. Tapi saya anggap enteng, saya minum aja Milanta	B2b	Subyek mengacuhkan dan menyepelkan gejala-gejala yang dirasakannya.

	<u>atau obat lancar BAB. Ternyata malah jadi serius. Sakit lambung kronis.</u>		
Sejak kapan Anda menganggap bahwa gejala-gejala ini adalah sesuatu yang serius dan butuh penanganan profesional?	Saya sempat K.O dan dirawat di rumah sakit kan artinya ini benar-benar serius. Haduh... pokoknya gak bisa kebayang deh, sakit banget. Nah waktu saya mondok itu dokter yang ngerawat saya bilang kalo ini akibat pola kerja dan pola hidup saya yang nggak bener. Istitlah dia itu, saya itu orangnya <i>kemrungsung</i> , suka tergesa-gesa dan kayak dikejar-kejar untuk melakukan sesuatu. Dokter bilang kalo saya mau sembuh saya kudu benerin yang nggak bener itu. Saya harus bisa tenang, nggak <i>kemrungsung</i> . Makanya dia kemudian nyuruh saya pergi konsultasi ke psikolog.	D4 D3	Setelah dirawat di rumah sakit akibat sakit lambung kronis maka subyek menganggap gejala-gejala ini serius. Dokter yang merawatnya merujuk subyek untuk konsultasi ke psikolog
Bagaimana reaksi Anda atas saran dokter itu?	Saya pikir bener juga kali ya, saya emang ngerasa bahwa selama ini saya emang sibuk banget. Semua waktu saya untuk kerjaan dan kerjaan. Klien saya (subyek bekerja sebagai konsultan perusahaan) datang terus, saya nggak punya waktu kerja yang jelas. Kadang berangkat pagi-pagi dan tengah malam baru pulang. Makan dan istirahat nggak teratur. Jadinya ya tepat itu istilahnya <i>kemrungsung</i> . Walau waktu itu saya emang bilang sama dokternya kalau saya nggak usah ke psikolog deh, cukup sama dokternya aja. Tapi dokternya nolak, katanya dia hanya bisa nyembuhin sakit badan, kalo untuk urusan emosi saya tetap harus ketemu psikolog. Ya karena saya mau sembuh ya saya ikuti aja sarannya, makanya saya datang ke sini.	D3 D4	Walaupun awalnya subyek mengatakan tidak perlu ketemu psikolog, tapi karena dokter utama tetap menyarankan subyek untuk ketemu psikolog maka subyek menemui psikolog
Bagaimana reaksi keluarga, teman	Aneh ya Bu, klien saya sama teman-teman saya itu nggak percaya kalau saya sakit. Mungkin karena mereka jarang lihat saya ambruk. Mereka bahkan ada yang ngelarang saya pergi ke dokter.	B2c	Lingkungan tidak percaya kalau subyek sakit dan melarang subyek untuk berobat ke dokter.

<p>mengenai gejala-gejala yang Anda anggap mengganggu tersebut ?</p>	<p>Mereka bilang kalo saya harus <u>nggak boleh nyerah sama penyakit ini,nggak boleh manja, jadi nggak perlulah pergi ke dokter.</u> Tapi saya pikir-pikir, ini kan gila Bu, saya yang ngerasain bagaimana sakitnya ini perut kok saya nggak boleh ke dokter. Emang sih saya yang biasanya bilang ke mereka kalo ada masalah di perusahaan itu nggak boleh manja, nggak boleh menyerah, harus dipaksa terus. Tapi ini kan soal nyawa! (nada suara subyek meninggi dan wajahnya berubah menjadi merah padam). Mereka cuma nggak ingin saya ke dokter karena kalau saya ke dokter berarti saya nggak bisa bantu mereka lagi. Bahkan ada lho Bu, yang nawarin saya istirahat di villa perusahaan, dikasih perawat asalkan saya tetap bisa kerja. Wah saya protes dong Bu, kan saya yang ngerasa gimana sakitnya ini perut. Lagipula saya masih mampu kok kalau cuma untuk nggaji perawat. ... (subyek menghela nafas panjang sambil geleng-geleng kepala. Ekspresi wajahnya nampak geram. Ia menarik nafas dalam berkali-kali untuk menenangkan diri).....</p> <p>Kalau orang tua saya, baru saya kasih tahu kalau saya sakit setelah saya keluar dari RS. Bukan apa-apa, saya cuma nggak mau ngerepotin mereka. Mereka juga nggak panik dan langsung ke datang ke Magelang. Mereka tanya apa ada yang bisa mereka bantu, dan waktu saya bilang kalau saya sudah keluar dari RS, mereka cuma pesan untuk jaga kesehatan. Tentang saya pergi ke psikolog pun, mereka pada dasarnya percaya bahwa apa yang saya kerjakan itu pasti yang terbaik untuk saya. Intinya sejak saya membuktikan diri bahwa saya bisa mandiri, sesudah itu mereka sama sekali nggak ikut campur soal keputusan saya. Saudara-saudara saya sih cuek.</p>	<p>B2b</p> <p>A1a. b</p>	<p>Hal ini menimbulkan konflik karena subyek merasa tidak ada teman yang mendukungnya.</p> <p>Orangtua tidak panik dan menunjukkan perhatian, juga percaya sepenuhnya pada setiap keputusan subyek.</p>
--	--	------------------------------	---

	<p>Kan kita udah pada gede-gede, mereka udah pada menikah dan punya keluarga, jadi ya paling mereka komentar-komentar seperti "Aduh, kasihan ya sampai harus dirawat di RS", "Tumben kok kamu ambruk?", "Berarti ini sakitnya beneran ya," selebihnya ya cuek sih.</p>		
<p>Bagaimana perasaan Anda tentang reaksi mereka tersebut? Reaksi dari teman-teman atau klien Anda dan reaksi dari keluarga?</p>	<p>Jujur aja ya Bu, <u>saya tersinggung dan sedih. Karena ternyata saya nggak punya teman. Para klien yang selama ini saya anggap teman malah tidak membantu meringankan sakit saya. Sudah mereka tidak percaya, mereka pake ngelarang-ngelarang segala supaya saya tidak ke dokter. Emangnya mereka siap nanggung kalo saya kenapa-kenapa! (nada suara subyek mendadak meninggi). Padahal saya itu nggak pernah lho itungan sama mereka. Kapan aja mereka butuh bantuan saya, saya siap membantu. Eeh...ini saat saya yang butuh bantuan, kok malah mereka sikapnya begitu.</u></p>	<p>B2d B4a</p>	<p>Subyek merasa sedih sekaligus tersinggung karena saat ia sakit, orang-orang yang dianggapnya teman tidak menunjukkan perhatian</p>
<p>Bagaimana dengan reaksi dari keluarga anda?</p>	<p>Oh, kalau orangtua saya sih saya udah bisa memperkirakan. <u>Waktu mereka saya beritahu bahwa saya baru keluar dari RS, mereka saran agar saya istirahat di Cirebon, tapi saya tolak karena saya pikir saya bisa kok. Di rumah saya di Magelang kan saya juga bisa istirahat.</u></p>	<p>A1a</p>	<p>Orangtua menawarkan bantuan pada subyek</p>
<p>Bagaimana reaksi mereka tentang Anda menemui psikolog ?</p>	<p>Seperti yang saya katakan tadi, <u>orangtua saya percaya sepenuhnya pada saya. Sejak saya bisa menunjukkan pada mereka bahwa saya bisa mandiri mereka percaya sepenuhnya pada keputusan saya. Mereka nggak ganggu gugat entah saya mau menemui dokter siapa atau pun psikolog. Mereka hanya pesan supaya saya istirahat agar cepat sembuh.</u></p>	<p>A1a</p>	<p>Orangtua percaya dan mendukung setiap keputusan subyek untuk kesembuhannya.</p>

<p>Selama ini upaya apa saja yang sudah dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut ?</p>	<p>Soal sakit lambung ini, sejak saya keluar dari RS, saya mulai hati-hati dan menjaga betul makanan yang saya makan. Saya ambil katering dari RS tentara, supaya betul-betul asupan makanan dan gizi ini seimbang. Sebelumnya saya nggak begitu pusing soal makanan. Waktu sama klien, sering pergi makan di restoran, makanannya memang enak tapi nggak pernah saya rasakan benar-benar. Makan ya makan, pikiran fokus ke pekerjaan jadi ya nggak pernah mikir soal gizi atau lainnya. Jadi semuanya berubah total setelah saya keluar dari RS. Kalau tentang yang pola kerja saya yang tidak teratur, ini yang memang agak berat. Saya bingung kalo pas nggak ada pekerjaan karena biasanya kan sehari 24 jam aja kadang rasanya kurang kalo untuk ngurusin pekerjaan. Nah ini sejak dirawat di RS, sama dokter disuruh total istirahat. Menderita deh rasanya. Apalagi waktu udah keluar dari RS, istirahat di rumah, kayak orang bingung kok nggak keluar-keluar dari kamar. Bingung dan aneh rasanya pake daster seharian dan nggak dandan untuk berangkat kerja. Paling yang saya lakukan yah cuman membaca dan membaca.</p>	<p>B2b</p> <p>B2b</p>	<p>Sejak mondok di RS, subyek mulai memperhatikan betul pola makan dan asupan gizi makanannya.</p> <p>Subyek menganggap hal terberat adalah mengatur pola kerjanya.</p>
<p>Apakah ada kesulitan yang muncul sehubungan dengan gejala-gejala tersebut ?</p>	<p>Yang paling berat adalah waktu saya nggak boleh bekerja dan harus istirahat total. <i>All my life my first priority is my work</i>, pekerjaan dan sekarang ini disuruh <i>totally rest or at least slowing down until I can manage the time</i>, walah...walah... berat banget rasanya. Di kepala ini kalo disuruh istirahat kan malah kepikiran yang macam-macam tentang kerjaan. Ya bener kali ya Bu, ini yang disebut kemrungsung. Rasanya seperti dikejar-kejar. Saya bingung awalnya, piye iki cara adaptasinya. Tapi mau gimana lagi, kan memang harus dipaksa.</p>	<p>B2b</p>	<p>Subyek menganggap ini menjadi masalah yang berat karena ia harus mengatur ulang jadwal kerjanya dan banyak istirahat di rumah.</p>

**Wawancara 2 : Sabtu, 29 November 2008, Jam 14.00, Ruang 217 Poli
Spesialis Rumah Sakit St.Elisabeth Semarang**

PERTANYAAN	JAWABAN	Code	ANALISIS
<p>Pertimbangan apa yang mendorong Anda untuk memilih datang ke psikolog ?</p>	<p><u>Waktu itu kan dokter saya bilang kalau saya ini butuh dan harus ketemu psikolog itu supaya saya bisa belajar bagaimana bersikap tenang, tidak kemrungsung, bisa mengatur pola kerja</u>. Ya pokoknya supaya membantu kesembuhan penyakit lambung saya inilah. <u>Rasanya kan sakit banget kemarin pas kumat. Nggak lagi-lagi dah... makanya saya langsung mau aja waktu disuruh datang konsultasi ke psikolog.</u></p>	<p>D3 D4</p>	<p>Untuk kesembuhannya, dokter merujuknya ke psikolog.</p> <p>Karena sudah merasakan sakit yang kronis pada lambungnya, subyek setuju menemui psikolog.</p>
<p>Psikolog di mana saja yang menjadi pertimbangan?</p>	<p><u>Saya sengaja pilih di rumah sakit yang sama dengan dokter yang merawat lambung saya. Jadi praktis, bisa sekalian berobat ke dua orang kalau pas datang ke Semarang. Lagipula di Magelang saya nggak punya kenalan yang tahu psikolog yang bagus.</u></p>	<p>D3</p>	<p>Dengan alasan kepraktisan subyek memilih menemui psikolog di RS yang sama dengan dokternya.</p>
<p>Bagaimana perasaan Anda berkaitan dengan datang meminta bantuan pada psikolog ?</p>	<p><u>Agak nggak enak juga sih awalnya. Soalnya biasanya kan yang datang ke psikolog itu orang-orang yang stres gitu. Tadi dalam perjalanan saya juga ditanya sama supir, emangnya saya stres apa kok sampai berobat sama psikolog. Tapi saya berusaha nyaman-nyamanin aja nih perasaan, kan yang tahu bagaimana sakitnya lambung waktu kumat ya saya sendiri, yang tahu manfaatnya berobat ke psikolog juga saya sendiri. Jadi ya saya cuek aja. Disuruh ketemu psikolog ya saya datang.</u></p>	<p>C1</p>	<p>Subek punya anggapan tentang stigma negative tentang mereka yang menemui psikolog, jadi awalnya sempat merasa tidak nyaman.</p>
<p>Hal yang terpikirkan saat datang pertama kali menemui</p>	<p><u>Saya berpikirnya hanya ingin segera ketemu, konsultasi, dapat nasehat dan saya bisa semakin sehat. Kan saya tahu bahwa ini butuh proses karena kesembuhan saya kan tidak sekali jadi, nggak instant.</u></p>	<p>C1</p>	<p>Subyek ingin psikolog membantunya menyelesaikan masalah yang dihadapinya.</p>

psikolog			
Menurut Anda, apakah profesi psikolog itu ?	<p>Psikolog itu hampir sama yah sama itu tuh... yang namanya psikiater, tapi kalo psikiater itu dokter, biasanya kasih resep obat sedang psikolog tidak. Psikolog itu biasanya di lembaga konsultasi atau bisa juga di rumah sakit sih, tapi kalo psikiater jelas di rumah sakit atau punya praktek sendiri. Yang lainnya sih hampir sama saja, yang datang ke mereka biasanya orang-orang yang punya masalah, professional di bidangnya.</p> <p>Menurut saya, psikolog itu hampir sama seperti konsultan juga. Saya kan konsultan di perusahaan, saya membantu perusahaan yang bermasalah sehingga menjadi lebih maju. Nah kalau yang ke psikolog itu yang sakit <i>personnya</i>, orangnya, bukan perusahaannya. Orang-orang yang punya masalah sama pasangannya, sama pekerjaannya, sama anaknya, sama teman-temannya. Ya orang-orang seperti saya ini. Yang butuh nasehat tentang bagaimana caranya agar bisa tenang dalam hidup.</p>	C2	Subyek mengetahui perbedaan antara psikolog dan psikiater, dan memiliki gambaran yang mendalam tentang profesi psikolog karena merasa ada kesamaan dengan area pekerjaannya.
Bila punya masalah / beban pikiran, biasanya cerita pada siapa ?	<p>Sejak saya punya Tuhan Yesus, saya cerita semua-semua sama Dia. Habisnya Bu, saya kan ngga punya kawan dekat, kalo mau cerita sama teman-teman saya, lha wong mereka itu dekat sama saya karena mereka ingin saya membantu perusahaannya dia. Mana mau dengerin masalah saya. Lagipula mereka pasti heran kalau saya cerita tentang masalah saya, kan biasanya saya yang memberi solusi sama mereka. Mosok kebalikannya? Kan lucu (subyek tertawa)</p>	B3 B4a	<p>Bila punya masalah, subyek biasanya berdoa.</p> <p>Subyek jarang bercerita ke orangtua dan teman-teman.</p>
Bagaimana persepsi Anda pribadi tentang	Saya belum pernah konsultasi ke psikolog karena saya merasa baik-baik saja dan dengan doa saya bisa mengatasi permasalahan-	C1a	Subyek merasa aman untuk bercerita tentang masalahnya ke psikolog sebab

<p>profesi psikolog ?</p>	<p>permasalahan saya. Dulu sebelum saya kenal Yesus Kristus memang agak bagaimana-bagaimana hidup saya Bu, tapi sejak saya kenal Yesus, saya merasa dibantu untuk semua urusan saya. Makanya agak segan juga, agak malu juga saat disuruh berobat ke psikolog. <u>Tapi psikolog itu kan professional di bidangnya, dan saya butuh dibantu. Saya tahu psikolog punya kode etik sehingga orang yang cerita ke psikolog pasti terlindungi kerahasiaannya.</u></p>		<p>ada kode etik professional psikolog</p>
<p>Apakah ada persyaratan atau kriteria tertentu dari psikolog yang ingin Anda datangi ?</p>	<p><u>Kriteria mendasar buat saya ya harus enak diajak diskusi, ngerti betul permasalahan kita, dan hangat. Karena yang sakit kan jiwanya, jadi kalau nggak nyaman dan nggak hangat, kita juga malas terbuka. Kalau orangnya ramah, enak diajak ngobrol, saran-sarannya masuk akal, ya kita senang mau membuka diri.</u> Seperti kalau berobat ke dokter. Yang sakit udah nggak enak karena badannya kerasa nggak nyaman, trus dokter yang merawat kok wajahnya serius. Kan bisa tambah takut, kepikiran yang bukan-bukan, jangan-jangan sakitnya serius. Kalau dokternya pembawaannya santai tapi menguasai cara mengobati penyakit itu, kesannya kan lebih enak.</p>	<p>C3</p>	<p>Subyek memiliki criteria ideal tentang profesi psikolog.</p>
<p>Sexes (laki-laki atau perempuan) ?</p>	<p>Nggak terlalu jadi masalah sebenarnya. Laki-laki boleh sama perempuan juga boleh.</p>		
<p>Adakah kendala dalam upaya Anda meminta bantuan ke psikolog ?</p>	<p><u>Kendalanya sih ya mungkin rasa malu dan nggak enak yang tadi saya ceritakan.</u> Ya, siapa saja mungkin akan mikir dua kali sebelum ketemu sama psikolog, plus harus bercerita tentang masalahnya. Karena kan juga tergantung sama siapa lawan bicaranya. Kalo orangnya hangat ya senang aja cerita.</p>	<p>D1</p>	<p>Kendala subyek untuk minta bantuan pada psikolog adalah adanya rasa malu sehubungan dengan stigma negatif.</p>

<p>Mana yg lebih berat dalam proses pencarian bantuan ini, membahas masalah dgn psikolog atau saat pertama kali membuat janji konsultasi</p>	<p>Datang pertama kali nggak ada masalah buat saya. Saya kan udah niat mau berobat, jadi ya saya telpon aja ke pendaftaran, tanya jam praktek jam berapa dan buat perjanjian. <u>Buat saya barangkali berat saat mengupas permasalahan. Karena kan saya harus cerita semuanya tentang diri saya. Nah kan ada bagian-bagian yang sulit untuk diceritakan, ada juga yang saya udah lupa bagaimana kejadiannya. Trus kan nggak mudah mendengarkan masukan dan kritikan tentang cara hidup kita yang ternyata keliru. Jadi bagian cerita masalah, yang sedikit berat.</u></p>	<p>D2</p>	<p>Subyek merasa berat saat bercerita tentang masalahnya dan hal-hal yang berkaitan dengan masalahnya tersebut.</p>
<p>Seandainya Anda masih sanggup mengatasi masalah itu, akankah Anda datang ke psikolog</p>	<p><u>Kalau untuk soal masalah-masalah yang bisa dilogika sih saya mungkin gak akan ya sampai datang ke psikolog. Karena saya bisa analisis sendiri trus saya logika dan bisa ambil solusi yang terbaik. Tapi ini soal sakit fisik yang aduh... sakit banget deh. Ngga mau lagi deh saya ngerasain sakit yang kayak gitu lagi. Nah kalo soal yang ini saya menyerah deh. Saya harus dibantu. Lagipula sekali-sekali bagus juga kita membuang semua sampah emosi ke tempat sampah yang benar.</u></p>	<p>B3 D5</p>	<p>Untuk masalah yang bisa dilogika, subyek merasa sanggup mengatasinya sendiri. Subyek senang bisa bercerita tentang masalahnya pada psikolog.</p>

**Wawancara 3 : Kamis, 18 Desember 2008, Poli Spesialis Rumah Sakit
St.Elisabeth Semarang, pukul 16.30 WIB**

Pertanyaan	Jawaban	Code	Analisis
Pendidikan dan pekerjaan orangtua subyek	<p>Orangtua saya keduanya lulusan SMA. Papa itu dulunya kapten kapal tangker, jadinya dia di laut terus. Setahun paling-paling ya cuma 3 hari di darat, di rumah. Tapi sekarang setelah pensiun, dia buka usaha tambak. Kan kebetulan tinggalnya di Cirebon, tempatnya cocok untuk usaha begituan, ada kenalannya dia yang mau bantu, ya udah deh dia sekarang sibuk sama usaha tambak udangnya. Jadi ya setelah pensiun banyak di rumah, kalo pergi paling-paling ya ke tambaknya.</p> <p>Kalo mama sih dari dulu di rumah aja. Kan anaknya 6 jadi cukup sibuk juga ngurusinnya. Ada aja yang dikerjain, maklum deh kan kita-kita dulu lumayan bandel.</p>	A2c	Latar belakang pendidikan orangtua subyek cukup tinggi sehingga pola pikir mereka tidak ketinggalan jaman.
Bagaimana hubungan subyek dengan orangtua	<p>Papa itu keras orangnya. Keras, galak dan kasar. Dikit-dikit main pukul. Mungkin karena dia kapten kapal trus biasa kasih perintah, biasa dipatuhi sama anak buahnya trus di rumah dia bikin atau mengira kita semua ini seperti anak buahnya di kapal. Kalau udah kasih perintah semua kudu melakukan, kalo ada yang protes maka akan dipukul sama Papa.</p> <p>Kalo mama itu kebalikannya. Mama lebih lembut dan penyayang, tapi ya tetap galak. Apalagi kan anaknya 6 orang, dan Papa juga kan nyaris tidak di rumah karena hanya 3 hari di rumah dalam setahun, jadi dia sibuk banget ngurusin jadinya ya ngga manja-manjaan gitu. Perhatian juga tidak bisa dibagi rata sama kami semua.</p> <p>Saya ngga gitu dekat sama Papa...habis dia galak banget. Mana sama saya sikapnya keras banget. Mama juga bisa dibilang</p>	A1a A1b	<p>Menurut subyek, ayahnya keras dan dominan sedangkan ibunya kebalikan dari ayahnya.</p> <p>Hubungan subyek dengan kedua orangtuanya tidak terlalu dekat sejak kecil. Subyek merasa ibunya pilih kasih</p>

	<p>tidak terlalu lembut sama saya. Rasanya dari dulu selalu dibedain sama <i>cicik</i> (kakak perempuan) saya yang nomor 3. Mama sih bilang kalo <i>cicik</i> itu lebih cantik, lebih periang.</p>		
<p>Menurut subyek apa yang menyebabkan orangtuanya bersikap seperti itu?</p>	<p>Soal kenapa Mama lebih memperhatikan <i>cicik</i> sih saya ngga tahu. Kali memang lebih mudah menyukai seseorang yang lebih cantik dan lebih periang. Biasanya kan kita lebih senang sama sesuatu yang lebih bagus, lebih cantik. Tapi kalo tentang sikap orangtua yang keras sama saya itu, saya pikir karena saya kan dulu badannya paling kecil diantara semua saudara, paling kecil dan kelihatannya paling lemah. Jadi mereka, khususnya Papa, trus keras sama saya. Mungkin karena mereka takut saya ngga bisa <i>survive</i> kalo tidak dilatih dan dididik secara keras, kan kelihatannya saya yang paling lemah.</p>	A1a	<p>Subyek menganggap sikap keras orangtuanya pada dirinya memiliki alasan.</p>
<p>Bagaimana perasaan subyek dengan perlakuan itu?</p>	<p>Awalnya sih juga protes, gak terima, sakit hati, trus takut juga. Siapa sih yang mau digalakkan atau dikasarin sama orang lain apalagi sama orangtua sendiri. Tapi trus saya pikir-pikir, kali dulu kalau saya tidak dibegitukan sama orangtua, barangkali saya gak akan bisa seperti sekarang. Sekarang saya udah bisa nunjukin sama mereka kalau saya bisa punya rumah dan mobil, punya pekerjaan yang bagus, yah intinya bisa <i>survive</i>-lah. Jadi ada untungnya juga sikap orangtua yang kayak begitu. Jadi saya ngga manja, bisa mandiri. Rasanya seneng lho Bu, waktu pulang ke rumah bawa mobil sendiri. Orangtua juga sekarang kan lebih percaya sama saya, jadinya mereka tahu kalau saya ini bisa mandiri, bisa dipercaya.</p>	A1a	<p>Subyek bisa memahami dan berdamai dengan sikap orangtuanya yang keras dan kadang pilih kasih. Bahkan subyek berterima kasih karena berkat didikan tersebut, sekarang ia bisa sukses.</p>
<p>Bila ada</p>	<p>Saya ini suka tantangan, jadinya masalah ya saya anggap itu suatu</p>	B3/A4	<p>Subyek menganggap setiap masalah</p>

<p>masalah, bagaimana subyek mengatasinya</p>	<p><u>tantangan untuk diatasi. Sebagai konsultan perusahaan kan saya selalu menyarankan sama klien-klien saya untuk tidak menyerah pada masalah dan selalu mencari jalan keluar. Tidak asal main ambil keputusan, harus dipikir matang dan harus sistematis supaya efektif dan tidak boleh menghindari masalah terus. Maksudnya langsung. Bu, soalnya kadang ada tuh orang kalo lagi punya masalah maunya menghindar terus karena takutlah, karena ngga percaya diri lah, pokoknya karena macem-macem. jadi saya biasa bilang sama klien saya kalo kamu punya masalah di perusahaanmu, ya dihadapi secara langsung bagaimana pun rumitnya masalah itu, tapi dengan dipikir secara sistematis dan analisis mendalam.</u> <u>Biasanya sih saya cari referensi dari buku-buku atau internet untuk masalah yang harus saya pecahkan. Atau menghubungi orang-orang yang kompeten di bidangnya. Misalnya waktu saya menangani perusahaan garmen, saya memang bertugas mencari tahu kenapa perusahaan itu merugi terus dan cari solusinya. Tapi untuk soal misalnya memperbaiki kualitas kain, benang atau sebangsanya, itu kan butuh orang lain yang lebih kompeten di bidang itu, bukan saya.</u></p>	<p>B3</p>	<p>sebagai tantangan yang harus dihadapi dan dipecahkan.</p> <p>Subyek mencari sumber referensi atau orang-orang yang kompeten di bidangnya untuk mengatasi masalah tersebut.</p>
<p>Bagaimana cara subyek mengatasi masalah berkaitan dengan masalah yang membuatnya datang menemui</p>	<p>Untuk soal sakit lambung ini ya Bu, saya juga sama saja. Memang sih Bu, saya lalai tidak memperhatikan kesehatan, jadwal makan tidak teratur sehingga kena serangan perut. Tapi begitu rasanya sakit sekali kan saya langsung minta sama sopir untuk membawa saya ke RS. Trus setelah diijinkan pulang setelah 1,5 bulan mondok, saya juga langsung konsultasi pada dokter ahli untuk perut. <u>Saya tanyanya sebelumnya siapa dokter untuk perut yang terbaik. Lalu waktu</u></p>	<p>D4</p>	<p>Subyek mencari referensi nama-nama dokter dan psikolog yang bisa didatangnya untuk</p>

psikolog ?	<p>disarankan dokter untuk ketemu psikolog, saya juga langsung cari referensi nama-nama psikolog di rumah sakit trus mendaftar. Jadi saya maunya tuntas dan langsung Bu, supaya saya bisa kembali sehat dan bisa aktivitas lagi. Karena sakit itu ngga enak Bu.</p>		<p>masalah sakit lambungnya ini.</p>
<p>Anda sudah menemui psikolog, bagaimana pendapat Anda tentang saran dari psikolog ?</p>	<p>Saya pikir semua saran yang saya terima selama saya menemui Ibu adalah saran yang bagus dan masuk akal. Bisa dilogika lah. Saya juga senang kok bisa omong-omong dengan seseorang. Kan selama ini saya selalu yang jadi pendengar, saya yang kasih saran. Jadi sangat oke jika sekali-sekali saya menjadi orang yang bercerita. Mungkin besok-besok jika saya butuh brainstorming lagi, saya akan mencari psikolog.</p>	D6	<p>Subyek menerima dengan baik saran dan sangat terbantu dengan proses konseling dengan psikolog.</p>



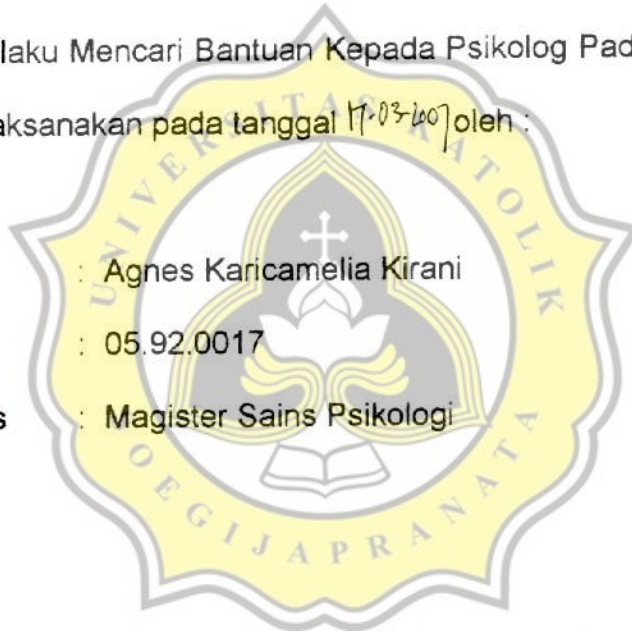
SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : FY
Usia : 25 thn
Alamat : Semarang
Pendidikan : Mahasiswa

menyatakan kesediaan untuk menjadi subyek penelitian yang berjudul
"Dinamika Perilaku Mencari Bantuan Kepada Psikolog Pada Individu Dewasa
Awal" yang dilaksanakan pada tanggal 17-03-2007 oleh :

Nama : Agnes Karicamelia Kirani
NIM : 05.92.0017
Fakultas : Magister Sains Psikologi



1 Perolehan

Semarang, Maret 17 - 2007

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Bayu R
Usia : 24
Alamat : Semarang
Pendidikan : Mahasiswa

menyatakan kesediaan untuk menjadi subyek penelitian yang berjudul "Dinamika Perilaku Mencari Bantuan Kepada Psikolog Pada Individu Dewasa Awal" yang dilaksanakan pada tanggal 10 Mei '07 oleh :

Nama : Agnes Karicamelia Kirani
NIM : 05.92.0017
Fakultas : Magister Sains Psikologi



Semarang

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : S. A.
Usia : 40 tahun
Alamat : Magelang
Pendidikan : S1

menyatakan kesediaan untuk menjadi subyek penelitian yang berjudul
"Dinamika Perilaku Mencari Bantuan Kepada Psikolog Pada Individu Dewasa
Awal" yang dilaksanakan pada tanggal 20-11-2008 oleh :

Nama : Agnes Karicamelia Kirani
NIM : 05.92.0017
Fakultas : Magister Sains Psikologi



Semarang