





**ZOOPHOBIA RATING SCALE  
BASELINE**

No.	Simtom	Baseline I	Baseline II	Baseline III
<b>Tanggal Observasi :</b>		<b>25-05-08</b>	<b>26-05-08</b>	<b>28-05-08</b>
<b>Waktu Observasi :</b>		<b>11.00-13.30</b>	<b>12.00-14.00</b>	<b>12.30-15.00</b>
<b>1.</b>	Perubahan kondisi emosional :			
	a. napas yang cepat	2	0	2
	b. berkeringat	0	0	0
	c. wajah pucat	2	2	2
	d. menggaruk badan	3	3	3
	e. dahi berkerut	0	0	0
	f. memegang perut	0	0	0
	<b>Jumlah intensitas 1 :</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>7</b>
<b>2.</b>	Perubahan fungsi dan perilaku motorik :			
	a. berlari	1	1	2
	b. berteriak	3	3	3
	c. terkejut atau gemetar	2	2	2
	d. mudah goyah saat berdiri	0	0	0
	e. tidak bisa duduk tenang	3	3	3
	f. tulisan kacau	0	0	0
	<b>Jumlah intensitas 2 :</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>3.</b>	Perubahan kognisi :			
	a. kurang cepat dalam menjawab pertanyaan	2	2	2
	b. mudah kaget saat disentuh	2	2	2
	c. bicara gagap	2	0	0
	<b>Jumlah intensitas 3 :</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
	<b>Total intensitas :</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>21</b>

## ZOOPTOBIA RATING SCALE TREATMENT

No.	Simtom	Treatment I (Relaksasi)		Treatment II (Hirarki Kecemasan)	Treatment III (Desensitisasi Sistematik)				
		12-06-08 (Perkenalkan Relaksasi)	20-06-08 (Relaksasi Awal)	17-07-08 (Perkenalkan dan Pelaksanaan Hirarki Kecemasan)	13-08-08 (Item 1) 25	02-09-08 (Item 2) 50	05-09-08 (Item 3) 65	12-09-08 (Item 4) 80	18-09-08 In vivo
Tanggal Observasi dan Keterangan:									
Waktu Observasi :		11.00-13.00	12.00-14.00	15.00-17.00	12.30-14.00	11.30-13.30	11.30-14.00	11.30-13.00	19.00-21.00
1.	Perubahan kondisi emosional :								
	a. napas yang cepat	1	2	2	2	2	2	2	1
	b. berkeringat	0	0	2	0	0	0	0	0
	c. wajah pucat	2	2	2	2	1	2	1	1
	d. menggaruk badan	3	2	3	0	3	1	1	1
	e. dahi berkerut	2	3	2	2	1	2	2	0
	f. memegang perut	0	0	0	0	0	0	0	0
	<b>Jumlah intensitas 1 :</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
2.	Perubahan fungsi dan perilaku motorik :								
	a. berlari	0	0	0	0	0	0	0	1
	b. berteriak	1	0	2	0	0	0	0	0
	c. terkejut atau gemetar	2	2	2	1	1	1	2	1
	d. mudah goyah saat berdiri	0	0	0	0	0	0	1	0
	e. tidak bisa duduk tenang	2	1	2	0	0	0	0	1
	f. tulisan kacau	0	0	0	0	0	0	0	0
	<b>Jumlah intensitas 2 :</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
3.	Perubahan kognisi :								
	a. kurang cepat dalam menjawab pertanyaan	1	0	2	2	1	1	1	0
	b. mudah kaget saat disentuh	0	2	0	1	1	1	2	1
	c. bicara gagap	1	0	1	1	1	1	1	0
	<b>Jumlah intensitas 3 :</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
	<b>Total Intensitas :</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>20</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>7</b>

**ZOOPHOBIA RATING SCALE**  
**PASKA TREATMENT**

No.	Simtom	Paska Treatment I	Paska Treatment II	Paska Treatment III
	<b>Tanggal Observasi :</b>	<b>23-09-08</b>	<b>25-09-08</b>	<b>07-10-08</b>
	<b>Waktu Observasi :</b>	<b>11.00-13.00</b>	<b>12.00-14.00</b>	<b>13.00-15.00</b>
1.	Perubahan kondisi emosional :			
	a. napas yang cepat	0	0	0
	b. berkeringat	0	0	0
	c. wajah pucat	0	0	0
	d. menggaruk badan	1	1	0
	e. dahi berkerut	1	1	1
	f. memegang perut	0	0	0
	<b>Jumlah intensitas 1 :</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
2.	Perubahan fungsi dan perilaku motorik :			
	a. berlari	0	1	0
	b. berteriak	0	0	0
	c. terkejut atau gemetar	1	1	1
	d. mudah goyah saat berdiri	0	0	0
	e. tidak bisa duduk tenang	0	1	0
	f. tulisan kacau	0	0	0
	<b>Jumlah intensitas 2 :</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
3.	Perubahan kognisi :			
	a. kurang cepat dalam menjawab pertanyaan	1	0	0
	b. mudah kaget saat disentuh	1	1	0
	c. bicara gagap	0	0	0
	<b>Jumlah intensitas 3 :</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
	<b>Total intensitas :</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>2</b>



**LAMPIRAN 2**  
**Prosedur Penelitian**

## PROSES PELAKSANAAN PENELITIAN

### 1. *Baseline*

Penelitian ini diawali dengan pemberian *informed consent* yang diberikan pada subjek, obeservasi keseharian subjek, dan dijadikan sebagai *baseline* pertama. Terapis dan subjek sudah melakukan *rapport* sebelum penelitian dilakukan yang dikarenakan subjek adalah seorang istri pendeta dari gereja terapis. Pada sesi pertama ini (25 Mei 2008), subjek diminta untuk terlebih dahulu membaca dan memahami *informed consent*. Subjek berkata 'aduh, koq susah ya. Masa' harus 'ndemek' juga' (subjek mengatakannya berulang-ulang). Kaki subjek saling bersentuhan ketika bercerita tentang anak kucing (karena terakhir bertemu tanggal 17 Mei 2008 saat subjek mendapatkan undangan pernikahan kemudian subjek berteriak, naik ke kursi, berkeringat, menangis, menyuruh orang terdekat subjek untuk mengusirnya).

Pada *baseline* kedua (26 Mei 2008), terapis melakukan observasi dan wawancara mendalam dengan subjek. Subjek bercerita tentang ketakutannya pada anak kucing saat jaman dulu. Saat bercerita, subjek terlihat begitu ekspresif, kaki diadu dan digesek-gesekan. Subjek bercerita pada tanggal 25 Mei 2008, pada waktu sore hari, subjek mencoba duduk diteras kemudian subjek melihat ada kucing besar lewat didepannya, subjek merasa tidak takut dan tidak ada perasaan apa-apa. Subjek selalu mengingat *informed consent* nomor 8 dan bercerita pada suaminya, subjek pernah berpikir untuk mundur dari terapi tersebut namun subjek takut mengecewakan suami dan terapis yang sudah berusaha keras menyembuhkannya dari ketakutannya terhadap anak kucing.

Pada *baseline* ketiga (28 Mei 2008), terapis melakukan wawancara dengan suami subjek untuk menyamakan hasil wawancara dengan subjek serta observasi kegiatan subjek. Sebelum suami subjek pulang dari gereja, subjek bercerita dengan terapis. Subjek bercerita tentang rasa takutnya saat menuju proses terapi nomor 8 dimana proses tersebut meminta subjek untuk menyentuh anak kucing dan berkata 'mbak, saya takut kalau udah nyampe nomor 8,hi....!!' (subjek menaikkan pundak sambil ketawa dan membentur-benturkan kaki).

Subjek bercerita tentang masa kecilnya yang tidak punya anak kucing dan dia merasa waktu kecil belum muncul ketakutannya terhadap anak kucing. Subjek merasa takut saat mulai masa kuliah dimana saat dia melihat anak kucing yang terlalu manja dan gampang dekat dengan orang dan tiba-tiba menyentuh bagian kaki orang dengan bulu lembutnya. Pada saat wawancara dengan subjek, terapis menanyakan apa saja ketakutan yang dialami subjek, kejadian apa saja yang membuat subjek memberikan reaksi yang sangat kuat, reaksi apa saja yang muncul saat melihat objek yang ditakuti, dan perasaan suami subjek tentang subjek yang mengalami fobia.

## 2. Treatment

### a. Treatment pertama

Pada sesi ini, terapis membaginya menjadi dua tahap yaitu :

#### 6) Perkenalan Relaksasi (12 Juni 2008)

Dua hari sebelum proses ini, subjek mengalami kecelakaan motor. Pada awalnya, subjek menyangka bahwa relaksasi adalah *in vivo desensitization* sebelum terapis menjelaskan tentang relaksasi. Pada saat menjelaskan hal tersebut, subjek sering berkata 'hi..' dan ketika terapis bertanya, subjek menjelaskan bahwa ketika terapis menjelaskan relaksasi ternyata subjek membayangkan anak kucing. Ketika subjek menjawab hal tersebut, terapis menghentikan penjelasan tersebut kemudian menenangkan subjek dan menjelaskan subjek secara perlahan-lahan. Setelah itu, subjek mengatakan sudah jelas dan bersedia melakukan relaksasi tahap selanjutnya.

#### 7) Relaksasi Awal (20 Juni 2008)

Terapis menerangkan kembali tentang relaksasi. Pada saat proses penjelasan, subjek berkata 'ntar disuruh bayangin kucing ya mbak?', kemudian terapis menerangkan secara perlahan-lahan sambil menenangkan subjek. Setelah itu, klien ditanyakan kesiapannya oleh terapis, 'bagaimana bu?apakah sudah siap?jika sudah, apa bisa kita mulai relaksasinya?' kemudian subjek menyetujuinya dan proses

berjalan. Subjek melakukan relaksasi kurang lebih dua puluh menit dengan bantuan dan arahan dari terapis. Subjek diminta untuk mencari posisi ternyaman dan subjek memilih posisi duduk dengan kedua tangan diantara paha dan kaki diluruskan. Subjek diminta untuk memejamkan mata dan meminta subjek untuk memikirkan hal-hal yang membuat subjek gelisah selama kurang lebih dua menit. Subjek diminta menghembuskan napas dan mengeluarkan napas secara perlahan dan berulang sampai subjek merasakan hembusan napas keluar dan masuk melalui hidung. Subjek mengerutkan dahi dengan mengangkat kedua kening ke atas dan subjek diminta untuk mengurangi kerutan dahi secara perlahan. Subjek menekan rahang sekuat-kuatnya dan menekan gigi serapat-rapatnya kemudian perlahan membuka tekanan gigi dan radang. Subjek melebarkan bibir dengan sangat rapat dan melepaskannya secara perlahan. Subjek diminta untuk mendongakkan kepala ke arah atas kemudian ke bawah hingga merasakan ketegangan pada otot leher dan secara perlahan mengembalikan posisi kepala seperti semula. Subjek mengarahkan kepala ke kanan dan kiri sehingga merasakan ketegangan pada otot leher dan secara perlahan mengembalikan posisi kepala seperti semula. Subjek diminta untuk menghembuskan napas lagi secara perlahan selama tiga puluh detik dan subjek diminta membuka matanya. Pada saat proses relaksasi, subjek terlihat kakinya sempat digesekkan dan menggaruk-garuk dahi. Setelah proses selesai, subjek ditanyakan apa yang dirasakan dan subjek mengatakan bahwa ia serasa ingin tidur dan saat proses mengerutkan dahi dan melebarkan mulut subjek merasa melihat bayangan anak kucing dan seketika itu subjek memiliki kepala anak kucing. Saat itu subjek ingin berhenti namun subjek mengurungkan niatnya karena subjek yakin bahwa ia bisa melanjutkannya sampai selesai.

**b. Treatment ke dua (17 Juli 2008)**

Pada sesi ini, subjek diperkenalkan dengan hirarki kecemasan dan subjek diminta langsung untuk membuat aitem-aitem hirarki kecemasan.

Sebelum hal-hal diatas dilakukan, subjek diajak untuk melakukan relaksasi kembali dan setelah proses relaksasi selesai subjek ditanyakan tentang perasaannya. Subjek juga ditanyakan tentang kesiapannya melakukan proses terapi selanjutnya. Subjek menyanggupi kelanjutan proses terapi. Terapis menjelaskan tentang hirarki kecemasan dan subjek memahaminya. Subjek memilih untuk membuat lima aitem hirarki kecemasaan dalam kartu indeks yang sudah disediakan terapis. Saat penulisan aitem, terapis meminta subjek untuk mencoba menuliskan situasi apa saja yang membuat subjek tidak terlalu takut menjadi urutan nomor satu. Subjek menuliskan situasinya yaitu mendengar suara anak kucing dan memiliki tingkat kecemasan sebanyak 25. Pada aitem kedua, subjek menuliskan situasi yaitu melihat gambar anak kucing dengan tingkat kecemasan sebanyak 50. Pada proses selanjutnya, subjek terlihat bingung untuk menentukan situasi-situasi mana yang tepat untuk dimasukkan pada aitem ketiga, keempat dan kelima karena memiliki tingkat kecemasan yang hampir sama. Akhirnya, subjek memilih situasi jalan-jalan di tempat umum sebagai aitem nomor tiga dengan tingkat kecemasan yaitu 65. Aitem keempat yaitu melakukan aktivitas sehari-hari dirumah dengan tingkat kecemasan 80. Aitem terakhir yaitu aitem kelima dengan situasi bertemu langsung dengan anak kucing dengan tingkat kecemasan 90.

Pada pembuatan aitem terakhir, subjek sering mengangkat bahu, mengerutkan dahi, napas menjadi cepat dan mudah terkejut saat disentuh. Penutupan sesi ini dilakukan dengan relaksasi selama kurang lebih 10 menit dan penetapan komitmen untuk melakukan proses terapi selanjutnya.

**c. Treatment ke tiga**

**1) Aitem hirarki kecemasan pertama (13 Agustus 2008)**

Subjek memilih aitem pertama yaitu mendengar suara anak kucing dengan tingkat kecemasan sebesar 25. Pada tanggal 12 Agustus 2008, subjek bertemu dengan anak kucing saat subjek menghadiri suatu acara di sebuah rumah. Hal ini juga dikonfirmasi dengan suami subjek. Subjek bercerita bahwa ia bertemu anak kucing saat ada acara dirumah

orang dan disaat itu subjek melompat dalam posisi duduk, merasa jantung berdetak cepat, hampir menangis, badan terasa bergetar, bicara gagap saat meminta orang lain untuk mengusir anak kucing itu.

Proses terapi aitem pertama ini diawali dengan pengenalan kembali tentang relaksasi dan hirarki kecemasan yang sudah dibuat subjek. Subjek masih mengingat tentang relaksasi dan subjek menyanggupi untuk melaksanakan terapi aitem pertama. Subjek diajak untuk relaksasi selama 30 detik tanpa bantuan terapis dan saai itu tangan subjek terlihat saling bersentuhan dan dahi berkerut. Subjek diminta untuk berimajinasi tentang situasi yang ada yaitu subjek melakukan aktivitas dirumah, subjek mendengar suara anak kucing, subjek berhenti beraktivitas, subjek mencari sumber suara anak kucing, suara anak kucing hilang, subjek melakukan aktivitas rumah lagi. Terapis meminta subjek untuk menghentikan imajinasi situasi dan menanyakan apakah tingkat kecemasan subjek berubah. Terapis meminta subjek menganggukkan kepala jika tingkat kecemasan menurun dan menggelengkan kepala jika tingkat kecemasan tetap atau semakin meningkat. Subjek menganggukkan kepala.

Subjek diminta untuk melakukan relaksasi lagi selama 30 detik dan subjek diminta untuk membuka matanya serta meminta subjek untuk mengatakan apa saja yang dirasakan selama proses terapi pada aitem pertama. Subjek membayangkan sedang menyetrika dan mendengar suara anak kucing di loteng, kemudian subjek menghentikan aktivitasnya dan mencoba untuk mendekatinya sambil jalan perlahan dan merasa jantung berdetak kencang dan napas tersengal (saat itu mata subjek terlihat saat dirapatkan, dahi terlihat berkerut) namun ia berkata 'sst...pergi!' dan kemudian suara hilang dan subjek bisa melakukan aktivitas menyetrika lagi dan menurut subjek saat subjek diminta untuk menghentikan imajinasi dan relaksasi lagi, subjek merasa lega dan ketakutannya mendengar anak kucing berkurang Terapis menanyakan

kesanggupan subjek untuk melakukan proses aitem kedua dan subjek menyanggupinya.

2) Aitem hirarki kecemasan ke dua (2 September 2008)

Subjek bercerita pada tanggal 25 Agustus 2008 subjek berkunjung ke rumah tetangganya, disana subjek bertemu dengan anak kucing. Pada awalnya subjek mencoba memandangi anak kucing tersebut dan tidak merasakan apapun namun anak kucing mengagetkan subjek dan entah mengapa anak kucing tersebut mendekat dan membuat subjek menaikkan kakinya ke atas kursi sambil berteriak dan meminta tetangganya untuk mengusirnya.

Aitem ini dituliskan subjek saat situasi subjek melihat gambar anak kucing dengan tingkat kecemasan sebesar 50. Subjek bercerita pada tanggal 25 Agustus 2008 pada saat subjek berkunjung ke rumah tetangga subjek. Subjek bertemu dengan anak kucing. Terapis mengajak subjek untuk mengingat kembali aitem kedua yang sudah dibuat. Terapis menanyakan kesiapan subjek dan subjek merasa siap untuk melakukan proses terapi. Subjek diminta untuk mencari posisi ternyaman kemudian subjek diminta untuk melakukan relaksasi selama 30 detik. Subjek diminta untuk berimajinasi tentang situasi aitem kedua selama 10 detik. Jari tangan kiri dan kanan subjek bergerak, napas terlihat cepat dan gerakan mata yang terlihat cepat. Situasi dalam aitem kedua yaitu melihat gambar anak kucing di koran atau majalah, memandangi gambar, mencoba menyentuh gambar, mencoba menghindari gambar dengan membalikkan koran atau majalah ke halaman berikut. Subjek diminta untuk menghentikan imajinasi dan menanyakan tingkat kecemasan yang dirasakan subjek. Subjek menggelengkan kepala. Subjek diminta untuk berimajinasi lagi. Jari tangan kiri dan kanan subjek bergerak, gerakan mata terlihat cepat, kaki bergerak, dan napas terlihat cepat. Subjek diminta untuk menghentikan imajinasi dan tingkat kecemasan subjek mulai menurun dengan anggukan kepala subjek. Subjek diminta untuk berimajinasi. Jari tangan kanan subjek bergerak, gerakan terlihat mata

dan napas normal, kaki bergerak. Subjek diminta untuk menghentikan imajinasi dan tingkat kecemasan subjek menurun dengan anggukan kepala subjek. Subjek diminta untuk relaksasi kembali kemudian subjek membuka matanya dan mengungkapkan apa saja yang dirasakan selama proses aitem kedua. Subjek menyanggupi untuk melanjutkan proses terapi menuju aitem ketiga.

3) Aitem hirarki kecemasan ke tiga (5 September 2008)

Aitem ke tiga subjek yaitu jalan-jalan di tempat umum dengan tingkat kecemasan sebesar 65. Subjek diminta untuk mengingat kembali aitem ketiga. Terapis menanyakan kesanggupan subjek dan subjek menyanggupinya. Subjek diminta untuk mencari posisi ternyaman kemudian subjek diminta untuk melakukan relaksasi selama 1 menit. Tangan subjek didekap. Subjek diminta untuk berimajinasi selama 10 detik ke situasi aitem ketiga yaitu subjek sedang melakukan rekreasi bersama keluarga, subjek sedang bersantai, anak kucing datang dan mendekati subjek, perilaku-perilaku negatif muncul pada subjek, meminta orang disekitar subjek untuk mengusir anak kucing. Subjek diminta untuk berhenti imajinasi, tingkat kecemasan subjek belum menurun dengan gelengan kepala. Setelah itu subjek diminta berimajinasi tentang situasi aitem ketiga selama 10 detik (dahi berkerut, gerakan mata cepat), subjek diminta untuk berhenti berimajinasi dan menanyakan seberapa besar tingkat kecemasan subyek. Kemudian terapis mengulang tahap yang sama (napas cepat, gerakan mata cepat, kaki bergerak, dahi berkerut) dan tingkat kecemasan sudah mulai menurun. Terapis mengulang lagi (gerakan mata cepat, mata terlalu dipejamkan), terapis mengulang tahap yang sama (dahi tidak terlalu berkerut) dan tingkat kecemasan sudah mulai menurun. Subjek diminta untuk membuka matanya dan menceritakan apa saja yang terjadi. Proses aitem ketiga diakhiri dengan relaksasi kembali selama 1 menit. Subjek membayangkan kejadian saat tanggal 25 Agustus 2008, saat tahap pertama, subjek mencoba untuk memandang anak kucing tersebut yang sedang duduk sambil mengeong

dan melihat subjek namun subyek merasa merinding dan merasa agak kaget. Pada tahap kedua, rasa merinding subjek berkurang karena subjek merasa kucing itu hanya mengeong dan tidak bergerak. Demikian pula dengan tahap selanjutnya, subjek mulai berkurang ketakutannya dan tidak ada reaksi menghindar dengan anak kucing dan berusaha melihatnya.

Subyek berharap bisa melanjutkan ke terapi selanjutnya minggu depan dan subjek mengajak terapis untuk pergi ke mini market membeli kebutuhannya, saat membayar di kasir, subjek dan terapis melihat ada gambar anak kucing di korek api kayu dan subjek mencoba untuk memegangnya dan subjek memegang tempat korek tersebut. Terapis menanyakan apa yang dirasakan subjek saat memegang gambar anak kucing tersebut dan subjek berkata bahwa ia tidak merasa takut bahkan ia bisa memegang gambar tersebut dalam waktu yang lama.

4) Aitem hirarki kecemasan ke empat (12 September 2008)

Aitem ke empat subjek adalah situasi saat subjek melakukan aktivitas sehari-hari di rumah. Tingkat kecemasan subjek sebesar 80. Subjek diminta untuk mengingat kembali aitem keempat yang sudah dibuat. Terapis menanyakan kesiapan subjek dan subjek siap untuk melakukan proses terapi. Subjek diminta untuk mencari posisi ternyaman kemudian subjek diminta untuk melakukan relaksasi selama 1 menit. Tangan subjek didekap dan subjek diminta untuk melakukan imajinasi selama 10 detik tentang situasi aitem keempat yaitu subjek melakukan aktivitas rumahnya, subjek bertemu anak kucing yang sedang berjalan, subjek mencoba untuk mengusir, anak kucing pergi, anak kucing datang lagi, dan subjek mencoba untuk mengusir anak kucing tersebut. Subjek diminta menghentikan imajinasi dan tingkat kecemasan subjek belum menurun dengan gelengan kepala. Terapis mengulang tahap yang sama (kaget, menggaruk-garukkan badan, gerakan mata cepat, nafas cepat) dan tingkat kecemasan sudah mulai menurun. Terapis mengulang lagi (kepala mengangguk-angguk, napas cepat, dahi berkerut). Terapis

mengulang tahap yang sama (gerakan mata cepat, ada gerakan kepala, alis mata terangkat, nafas normal) dan tingkat kecemasan sudah mulai menurun. Terapis mengulang tahap yang sama (napas normal dan tidak ada gerakan). Terapis mengulang tahap yang sama lagi (adanya gerakan pada kepala dan mata bergerak). Subjek diminta untuk membuka matanya dan menanyakan apa saja yang dirasakan selama proses terapi. Subjek bercerita bahwa mulai dari tahap pertama sampai tahap terakhir, subjek sedang bersantai-santai didepan rumahnya, sejak tahap pertama subjek perlahan-lahan membayangkan anak kucing mendekatinya dan ia mencoba mengusirnya sesuai dengan apa yang sudah tertulis di kartu indeks. Di tahap selanjutnya ia membayangkan anak kucing itu mulai mendekatinya lebih dekat lagi namun ia tidak menyentuhnya dan subjek berkata bahwa ia tidak merasakan apapun seperti saat pertama ketakutannya pada anak kucing. Subjek melihat anak kucing seperti saat ia bertemu dengan kucing yang sudah besar.

Ketika terapis meminta subjek untuk menyatakan kesanggupannya melanjutkan aitem kelima, subjek merasa tidak sanggup untuk menjalaninya. Subjek belum siap untuk membayangkan sentuhan yang akan subjek berikan pada anak kucing.

5) *In Vivo Desensitization* (18 September 2008)

Aitem kelima tidak dilaksanakan karena kesepakatan antara terapis dan subjek dimana subjek akan mendapatkan resiko yang lebih besar jika aitem kelima dijalankan. *In vivo* dilaksanakan dengan kehadiran terapis. Tahap ini dilakukan saat terapis mengajak subjek untuk melihat anak kucing di jalan dan subjek menyanggupinya. Subjek dan terapis melihat ada anak kucing. Terapis meminta subjek untuk melihat anak kucing tersebut. Subjek mengangkat bahu dan subjek mencoba melihat, berbicara bahwa ada anak kucing didepannya sambil berkata 'hhhiiii.....gilani...anak kucing!!'.

### 3. Paska *treatment*

Pada paska *treatment* pertama (23 September 2008), subjek bercerita bahwa subjek tidak mengalami ketakutan jika melihat gambar anak kucing dan melihat anak kucing yang mendekat namun tidak menyentuhnya. Perasaan merinding dan geli masih tersisa pada diri subjek. Subjek dapat merasakan turunnya tingkat ketakutannya pada anak kucing.

Pada paska *treatment* kedua (25 September 2008), subjek bercerita tentang kejadian pada tanggal 18 September 2008. Subjek bercerita dengan mempraktekkan apa saja yang subjek lakukan selama situasi itu terjadi. Saat bertemu dengan anak kucing, subjek hanya mengulang kata-kata yang sama yaitu 'hhhhiiii.....gilani...anak kucing!!'

Paska *treatment* ketiga (7 Oktober 2008) dilakukan dengan wawancara pada suami subjek dan observasi terakhir pada subjek. Menurut suami subjek, subjek sudah tidak bereaksi seperti dulu, subjek hanya melihat anak kucing dari jarak dekat tanpa bereaksi. Suami subjek merasa bahwa subjek menjadi peka dalam mendengar suara dan letak anak kucing namun subjek hanya memberitahunya tanpa reaksi penghindaran. Subjek bercerita saat pulang kampung, subjek bertemu anak kucing yang banyak dirumah keluarganya. Subjek mencoba untuk melihat dari jarak yang dekat tapi tidak menyentuhnya. Banyak anak kucing yang lalu lalang di sekitarnya. Ketika sudah tidak ada anak kucing, subjek mendengar suara anak kucing tapi ia hanya memberitahu ada anak kucing yang sedang ada di genteng lalu turun ke tangga dan ada yang hanya diam di genteng. Reaksi subjek saat bercerita yaitu dahi berkerut, mengangkat bahu, bercerita dengan ekspresif, nafas terlihat normal, dan gerakan mata normal.