

PERANCANGAN KOMIK STRIP MENGENAI BERBAGAI MACAM REAKSI YANG DITUNJUKKAN PENDERITA TERHADAP FOBIANYA UNTUK REMAJA 15-18 TAHUN

Stephen Soebroto Hary¹, Cokorda Alit Artawan², Anang Tri Wahyudi³

Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni dan Desain, UK Petra

Siwalankerto 121 - 131, Surabaya

Email : nanaryuoo@gmail.com

Abstrak

Fobia merupakan gangguan kecemasan yang dimiliki oleh banyak orang. Akan tetapi, masih banyak orang yang meremehkan fobia, baik dari orang sekitar maupun dari sisi penderita sendiri. Oleh karena itu perlu diatasi dengan pemberian edukasi melalui berbagai bentuk media yang sesuai agar orang-orang dapat menyadari bahwa fobia itu bukanlah sesuatu yang bisa diremehkan.

Perancangan ini bertujuan untuk agar pembaca, terutama anak remaja mendapatkan manfaat berupa pengetahuan fobia. Salah satunya adalah gambaran mengenai kehidupan orang yang mempunyai fobia, terutama reaksi yang mereka tunjukkan ketika berhadapan dengan hal yang mereka takuti. Data penderita fobia diambil dengan metode wawancara dengan para penderita dan studi literatur untuk mendapatkan teori seputar fobia. Setelah itu, berdasarkan data yang ada, dibuatlah komik strip digital yang ditujukan kepada remaja. Komik tersebut akan disebar melalui media sosial yang biasa dipakai oleh remaja pada jaman ini. Diharapkan komik ini memberikan efek berupa orang-orang tidak lagi meremehkan fobia, dengan menunjukkan bagaimana perilaku yang seharusnya ditunjukkan kepada penderita fobia, dan memberi dorongan kepada penderita bahwa fobia harus dan bisa disembuhkan dengan metode yang benar.

Kata Kunci : Reaksi, Fobia, Komik Strip.

Abstract

Phobia was an anxiety disorder that many people had. But there's still many who underestimated phobia, either it's the people around the sufferer or the sufferer themselves. That's why this problem needed to be solved by giving education with the proper media, so that people could understand that phobia are not to be underestimated.

This designing have a purpose so that the reader, especially teenagers, could obtain a benefit such as knowledge about phobia. One of them are about the lives of the people who suffers phobia, especially their genuine reaction which shown when facing the objects of their fear. *The data collected from interview with the sufferers and literature study for any theories about phobia.* After that, a digital strip comic have been made for teenagers, from the collected datas. The comic will be spread through social media, which usually used by many teenagers in this time and age. Hoped the comic will affect people so they won't underestimated phobia anymore, by showing the proper behavior against the sufferer of phobia, and gives motivation to the sufferer that their phobia can be cured with the right method.

Keywords : Reaction, Phobia, Comic Strip

Pendahuluan

Dalam perancangan tugas akhir komik ini, akan mengangkat tema mengenai reaksi yang ditunjukkan oleh penderita fobia di Indonesia. Hal ini telah diangkat kedalam tugas perancangan sebagai pembuka wawasan kepada masyarakat umum, terutama remaja untuk mengetahui apa saja bentuk

fobia yang mungkin dimiliki oleh dirinya atau sesamanya. Mengungkapkan bahwa pada faktanya, cukup banyak orang yang memiliki fobia masing-masing di Indonesia saat ini dengan jangkauan umur yang beragam. Tema ini diangkat karena adanya masalah sosial, yaitu kurangnya kesadaran masyarakat mengenai fobia spesifik dan meremehkan fobia, baik dari sisi orang sekitar dan penderita itu sendiri. Terutama apabila fobia tersebut terkesan unik

sehingga dianggap mengada-ada (Kirnandita, 2017). Terkadang adapula pula penderita yang meremehkan fobianya dan sembarangan mencoba melawan fobianya sendiri.

Fobia berasal dari kata *phobos*, yang memiliki arti takut. Fobia ialah gangguan kecemasan seseorang terhadap suatu hal atau barang, dimana dapat menimbulkan ketakutan yang irasional dan rasa takut tersebut tidak sebanding dengan ancaman yang mungkin dihasilkan dari hal atau barang tersebut (Greene, Nevid, Rathus, 2003).

Gangguan fobia dapat dikategorikan tiga macam, yaitu fobia spesifik, fobia sosial, dan *agoraphobia*. Menurut DSM-IV-TR, fobia spesifik ialah suatu gangguan kecemasan berlebihan terhadap suatu barang atau kondisi yang spesifik, dimana akhirnya muncul ketakutan yang irasional dan keinginan menghindari yang sangat kuat terhadap hal yang ditakutinya (American Psychiatric Association, 2000). Macam-macam hal tersebut bisa berupa benda, warna, situasi kegelapan, atau ketika berada di ruang sempit.

Penyebab munculnya gangguan fobia spesifik dapat terjadi terhadap seseorang dalam jangkauan umur yang berbeda-beda tergantung pada sejak kapan penderita mendapatkan suatu kejadian melibatkan suatu barang atau situasi, misalkan ketinggian, yang membuatnya *shock* berat. Hal yang terlibat dalam kejadian atau trauma tersebut akan menjadi sumber ketakutan yang besar pada penderita fobia, meskipun hal yang membuatnya takut tersebut tidaklah begitu berbahaya. Menurut Merckelbach, seorang profesor psikologi dari Belanda, mengatakan bahwa ada pula individu yang traumanya berlalu begitu saja, tetapi adapula yang berkembang menjadi fobia kronis sehingga perlu penanganan medis (dalam Greene, Nevid, Rathus, 2003).

Reaksi utama yang ditunjukkan penderita fobia ialah ketakutan irasional atau berlebihan terhadap barang atau situasi yang menjadi sumber ketakutan tersebut. Melalui ketakutan tersebut, dapat berkembang bermacam-macam reaksi lain yang bisa saja unik pada tiap individunya, misalkan apabila orang tersebut fobia terhadap ketinggian, ia bisa merasa bahwa tanah yang dipijaknya bergoyang, sehingga membuat penderita mengira dia akan terjatuh dengan ketinggian tersebut, meskipun hal itu sebenarnya tak benar-benar terjadi. Adapula contoh lain, misalkan penderita mempunyai fobia terhadap kegelapan, ia akan sangat ketakutan dan merasa bahwa di dalam kegelapan seakan-akan ada sesuatu yang akan menyerangnya. Tiap reaksi yang muncul berbeda tergantung pada kasus sumber fobia penderita (Coon, 1992) dan terkadang dapat menimbulkan bahaya bagi dirinya atau orang sekitar.

Orang-orang yang mempunyai fobia spesifik mempunyai resiko terganggunya kehidupan sehari-hari. Tingkatan fobia spesifik yang diderita seseorang

bisa berbanding lurus dengan gangguan yang dialami dalam kehidupannya akibat fobia yang dimiliki. Semakin kronis fobia yang diderita seseorang, maka akan semakin mengganggu kehidupan sehari-harinya, seperti terpaksa berhenti dari pekerjaannya akibat hal atau situasi yang menjadi fobianya berada di tempat kerjanya.

Beberapa contoh kasus fobia yang ada di Indonesia di kalangan remaja salah satunya ialah Emily seorang remaja di Jakarta yang meninggal akibat tidak ingin buang air besar akibat fobia terhadap toilet yang kotor (Ahmad, 2015) dan Aman, seorang remaja yang fobia dengan sekolah, sehingga ia sering mengalami gejala seperti kaki kedinginan dan diare ketika ingin mencoba berangkat ke sekolah (Rochma, 2011). Adapula seorang mahasiswi, bernama Rizky, menceritakan fobianya terhadap boneka kepada reporter Kompasiana. Ia menceritakan bahwa ia menjadi takut pada boneka akibat selalu digoda oleh teman-temannya pada masa Sekolah Dasar menggunakan boneka. Akibatnya ia mempunyai reaksi terhadap boneka, seperti berteriak histeris, berlari, menangis, bahkan sesak nafas (Saniah, 2015). Kemudian ada beberapa kasus dimana fobia baru terlihat ketika dewasa, seperti Bapak Andi yang sudah berumur 45 tahun, yang memiliki fobia ketinggian, sehingga memerlukan bantuan dari seorang hipnoterapis dan direktur rumah sakit di Jakarta, dr. Liman Harijono, MARS, MH, C.Ht, CT., agar dapat sembuh dari fobia ketinggiannya yang diakibatkan trauma harus menaiki gedung bertingkat tinggi ketika ia memiliki *vertigo* (Harijono, 2015) dan Bapak Mahmud, seorang *office boy* di bank swasta yang memiliki fobia kronis akan tempat gelap yang membuatnya gemetaran, dan tidak bisa konsentrasi (Maria, 2012) sehingga ia terpaksa berhenti di tempat kerjanya dan banyak lagi.

Membangun kesadaran mengenai fobia cukup penting dalam masyarakat. Sebab apabila fobia sudah mencapai level kronis, maka akan menjadi sulit ditangani dan mengganggu kehidupan sehari-hari (Greene, Nevid, Rathus, 2003). Apabila penderita fobia di masyarakat diberikan pengetahuan mengenai macam-macam mengenai suatu fobia diberitahukan sejak awal, maka kemungkinan besar mereka akan mencoba melawan fobianya sehingga tidak mencapai level kronis. Pemberian informasi dapat melalui media apapun, seperti komik untuk remaja pada umumnya karena komik lebih menarik untuk dibaca dibandingkan kamus tebal.

Target dari perancangan komik ini adalah remaja umur 15-18 tahun yang pada umumnya suka mencari hiburan untuk melepas stress ataupun hanya mengisi waktu bersama teman sekelompoknya. Remaja dipilih sebagai target perancangan karena mereka memiliki kebiasaan untuk mendapatkan hiburan untuk diri mereka sendiri melalui berbagai macam media, terutama lewat internet, seperti membaca komik

online lewat *smartphone* yang selalu dibawanya. Remaja yang menemukan konten yang menarik baginya, biasanya akan membagi-bagikan konten tersebut dengan teman-teman kelompok pergaulannya, sehingga konten yang ditemukan dapat menyebar lebih luas lagi (Hurlock, 1953). Remaja juga umumnya memiliki nilai dan moral yang masih dapat diubah dalam hidupnya, melalui berbagai macam bentuk peristiwa atau cerita.

Berdasarkan target audience tersebut, maka dipilihlah komik strip sebagai bentuk perancangan yang digunakan untuk memberikan pengetahuan mengenai fobia, terutama kehidupan penderita yang dinaungi oleh rasa takut dari fobia yang mereka miliki. Perancangan ini akan dibuat dalam bentuk komik strip digital yang berisikan bagaimana seseorang harus menjalani kehidupannya dengan fobia, seperti reaksi yang ia tunjukkan dan menunjukkan perilaku yang seharusnya disekitar penderita melalui moral cerita. Media komik *online* dipilih sebagai perancangan dikarenakan remaja pada umur 15-18 tahun, mereka suka mencari hiburan bagi dirinya melalui berbagai macam media dan ada kecenderungan untuk membagi hiburan tersebut dengan teman kelompoknya (Hurlock, 1953), terutama pada zaman ini dimana mereka suka mencari hiburan melalui internet. Perancangan ini penting untuk dibuat untuk memberikan pengetahuan kepada pembaca mengenai fobia, terutama mengenai kehidupan penderita yang terkadang dianggap mengada-ada, sehingga perlu diberikan contoh dalam bentuk cerita bagaimana kita seharusnya memperlakukan penderita fobia. Bentuk komik strip cukup efektif untuk membantu menyelesaikan masalah dikalangan remaja, karena remaja masih bisa dipengaruhi melalui moral-moral yang disampaikan dalam cerita.

Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam perancangan ini berupa wawancara mengenai pengalaman penderita fobia, terutama yang masih remaja. berdasarkan hal tersebut diambil sampel-sampel narasumber ke siswa-siswa SMA, terutama bagi yang memiliki fobia secara nyata. Data penting dan diperlukan yang akan didata merupakan fobia apa yang dimiliki oleh penderita. Kemudian, pengalaman-pengalaman yang menjadi penyebab utama dari timbulnya fobia yang dimiliki. Lalu, reaksi yang mereka tunjukkan ketika harus berhadapan dengan objek atau situasi yang mereka takuti, dan yang terakhir, adalah bagaimana cara mereka untuk mencoba mengatasi rasa takut mereka atau cara untuk menghindari rasa takut tersebut.

Beberapa narasumber yang didapat merupakan anak SMA dari beberapa sekolah di Surabaya. Narasumber

pertama memiliki fobia *Athazagoraphobia*. Reaksi yang ditunjukkan berupa rasa takut yang amat sangat dan jantung berdetak sangat kencang. Hal yang dilakukan untuk mengatasi rasa takutnya adalah dengan berpikir positif. Kemudian, narasumber kedua memiliki fobia terhadap tempat tinggi. Reaksi yang ditunjukkan adalah merinding dan pusing ketika berada ditempat tinggi. Hal yang dilakukan untuk mengatasi rasa takutnya dengan cara menenangkan diri dan menjauhi lokasi yang membuatnya sadar dengan tempat tinggi. Narasumber terakhir memiliki fobia terhadap kecoa. Reaksi yang ditunjukkan ketika berhadapan dengan kecoa ialah ketakutan dan lari sekuat tenaga. Hal yang dilakukan untuk mengatasi rasa takutnya adalah dengan cara mengambil obat serangga dan segera membasmi kecoa tersebut.

Selain wawancara, observasi juga dilakukan untuk mencari media sosial yang paling populer diantara remaja dan untuk mencari referensi komik-komik *digital* yang telah diunggah di internet. Tidak hanya itu, observasi juga dilakukan untuk mencari tahu *genre* cerita apa yang disukai oleh *target audience*. Setelah itu, dicari referensi-referensi gaya gambar yang populer dikalangan remaja, agar target dapat tertarik untuk membaca perancangan yang nantinya akan dibuat.

Adapula dilakukannya metode kepustakaan untuk mencari data-data teori seputar mengenai fobia, dimulai dari definisi, terutama apa yang dialami penderita dan reaksi-reaksi yang ditunjukkan. Kemudian, akibat ketika membiarkan fobia tidak segera disembuhkan. Selain data mengenai fobia, dicari pula data mengenai teknik-teknik membuat komik yang baik dan sesuai dengan target nantinya.

Penggunaan internet juga diperlukan dalam mencari data nyata berbagai macam kasus yang mempunyai hubungan dengan fobia dan penderita. Data yang dikumpulkan berupa artikel-artikel dan jurnal *online*.

Target Audience

Target/sasaran untuk menyampaikan informasi tentang buku cerita bergambar ini adalah siswa SMA, perempuan maupun laki - laki, dalam kurun usia 15 hingga 18 tahun, serta memiliki status ekonomi menengah hingga menengah keatas. Dimana menurut Hurlock pada usia tersebut remaja lebih tertarik untuk mencari hiburan sendiri seperti mencari komik melalui internet. Target merupakan remaja yang tinggal di daerah perkotaan, terutama ditempat dimana terdapat banyak remaja yang memakai *smartphone* dan memiliki akses internet.

Selain itu, yang menjadi target dari perancangan ini ialah remaja yang meremehkan dan cuek terhadap fobia, serta remaja yang menyukai baca komik .

Kemudian, target juga merupakan tipe orang yang praktis, suka mencari informasi dan hiburan melalui internet dibandingkan melewati buku. Remaja dipilih menjadi target audience karena pada masa ini, moral dan nilai-nilai dalam diri mereka masih bisa dirubah. Komik strip dapat dikatakan cukup efektif untuk membantu menyelesaikan masalah dikalangan remaja, karena remaja masih bisa dipengaruhi melalui moral-moral yang disampaikan dalam cerita.

Konsep Perancangan

Komik yang dirancang akan mengambil tema tentang gambaran kehidupan penderita fobia terutama macam-macam reaksi yang mereka tunjukkan ketika harus berhadapan dengan hal yang ditakutinya. Inti dari cerita ialah bagaimana tokoh utama mendalami dan mengerti bagaimana reaksi penderita fobia terhadap sumber ketakutannya. Tidak hanya itu, cerita juga menunjukkan sepias bagaimana seseorang harus berperilaku terhadap orang yang mempunyai fobia. Kumpulan cerita di komik akan dikemas dengan unsur humor dan roman yang tak berlebihan agar cerita tidak terlalu berat untuk dibaca dan menarik bagi remaja.

Isi utama dari komik ini ialah mengenai reaksi penderita terhadap fobianya. Selain reaksi penderita, dalam cerita juga ada moral bagaimana seharusnya orang memperlakukan fobia dan penderitanya, bukan meremehkan dan meragukan penderita. Jenis komik yang akan dirancang berbentuk komik strip yang beberapa bab dan dalam tiap bab mempunyai cerita-cerita kecil yang saling berhubungan pada satu halaman dengan halaman lainnya. Cerita pada tiap bab akan menjelaskan runtutan kejadian dimana tokoh utama yang tidak memiliki fobia terlibat dalam kehidupan penderita yang berujung reaksi saat berhadapan dengan hal yang menjadi sumber ketakutannya dan bagaimana cara sang karakter mengatasinya.

Buku cerita bergambar ini akan dibuat dalam bentuk persegi menggunakan ukuran 2256 x 1748 pixel dengan jumlah halaman sekitar 52 lembar, termasuk dengan cover dan yang lainnya. Bagian dalam komik ini terdiri dari cover depan, halaman biodata, halaman disclaimer, lalu isi cerita, serta cover belakang.

Komik ini akan disebar melalui media sosial seperti *Instagram*, karena media sosial ini masih banyak dipakai oleh kebanyakan remaja di Indonesia, terutama untuk *upload* foto atau mencari hiburan. Tidak hanya itu, adapula komik-komik strip diunggah melalui media sosial ini seperti *tahilalats*. Jadwal pengunggahan komik berupa tiap satu minggu unggah 10-12 halaman. *Post* dari *instagram* akan di-*share* melalui media sosial lain, seperti *Facebook* untuk membantu mengenalkan produk kepada pembaca.

Teknik ilustrasi yang digunakan dalam pembuatan komik ini ialah *manga*. Pembuatan gambar *manga* dalam komik *digital* ini dilakukan dengan cara melakukan deformasi pada karakter. *Tone* warna yang digunakan adalah warna dasar. Penggunaan warna dasar digunakan agar dapat menarik perhatian dalam media sosial, sebab komik-komik strip yang beredar pada saat ini menggunakan warna-warna dasar, bukan hitam putih. Cover depan dan belakang tetap menggunakan warna penuh dengan teknik *cell shade*.

Gaya penulisan naskah berupa visualisasi dialog antara tokoh yang tidak memiliki fobia dengan tokoh lain yang merupakan penderita fobia. Pembangunan cerita berdasarkan keingintahuan tokoh utama mengenai penderita fobia dan akhirnya tumbuh rasa empati kepada teman-temannya yang memang memiliki fobia. Rasa empati tumbuh karena ia akhirnya mengerti bahwa penderita fobia benar-benar ketakutan dan bukan dibuat-buat. Juga ada pula cerita yang menceritakan penderita yang meremehkan fobianya, meskipun ia tahu bahwa dirinya sendiri sangat takut. Penggunaan bahasa tidak formal lebih diutamakan karena disesuaikan dengan *target audience* yang merupakan anak remaja.

Tokoh utama dari perancangan komik mempunyai representasi sebagai tokoh yang tidak mengerti mengenai apa yang dimaksud dengan fobia. Tidak hanya itu, tokoh utama dirancang dikarenakan beberapa alasan perancangan, antara lain sebagai inti dari jalan cerita dimana ia sebagai orang yang tidak mengetahui mengenai fobia dan tidak terlalu peduli dengan hal tersebut. Kemudian, untuk menunjang tema cerita.

Didalam komik juga dimasukkan beberapa referensi berupa studi visual untuk unsur fauna dan unsur arsitektural. Unsur fauna yang dimasukkan kedalam cerita antara lain adalah kecoa dan kucing yang menjadi objek dari fobia beberapa tokoh dalam cerita. Pada unsur arsitektural, digunakan referensi dari sekolah SMAK St. Louis 1 dan Surabaya Carnival sebagai latar dalam cerita-cerita dalam komik.

Teknik yang digunakan dalam merancang komik ialah teknik digital, dimulai dari *outlining*, pemberian teks, hingga *finishing*, semuanya menggunakan komputer. Pada tahap *sketching* atau *thumbnail*, menggunakan teknik manual.

Judul Buku

Judul buku cerita bergambar ini ialah: "Fobia". Judul tersebut diambil berdasarkan fakta bahwa fobia dapat mengganggu kehidupan sehari-hari seseorang dan menunjukkan bagaimana reaksi seseorang ketika berhadapan dengan hal yang mereka takuti.

Sinopsis

Komik ini bercerita mengenai seorang siswi yang tidak memiliki fobia dan penasaran dengan kakaknya yang begitu ingin menyembuhkan orang yang memiliki fobia. Ia awalnya berpikir bahwa membantu orang yang punya fobia tak ada untungnya dan menganggap bahwa reaksi mereka terlalu dibuat-buat. Namun semua itu berubah, ketika ia mengalami berbagai macam pengalaman dengan teman-temannya yang ternyata memiliki fobia. Sang tokoh utama akhirnya tumbuh rasa empati dan mengerti bahwa fobia merupakan sesuatu yang tidak dapat diremehkan, karena dapat mengganggu kehidupan seseorang secara signifikan.



Gambar 1. Halaman Cover Depan.

Bagian Isi

Perancangan buku bergambar ini menggunakan konsep gambar *manga* yang di deformasi untuk komik strip, serta menggunakan pewarnaan yang solid sehingga lebih menarik perhatian untuk komik *digital*.

Komik ini akan menjelaskan mengenai penderita fobia dan reaksi yang ditunjukkan dengan menggunakan alur cerita kehidupan sehari-hari, yang ditambahkan sedikit bumbu humor agar cerita tidak menjadi berat untuk dibaca. Selain itu, dengan menggunakan media komik dalam penceritaan mengenai fobia, remaja akan lebih tertarik dan tidak bosan dalam membaca dibandingkan membaca buku teori dan kamus yang tebal dan penuh dengan tulisan.

Ada beberapa jenis *typeface* yang akan digunakan didalam komik. Untuk teks isi didalam balon dialog digunakan *typeface Digital Strip BB*. Kemudian untuk teks *sound lettering* atau efek suara tertentu digunakan *typeface Umberto* dan untuk teks judul dan teks dalam media promosi digunakan dan untuk teks judul dan teks dalam media promosi digunakan *typeface Funny Kid*.

Dalam komik ini, *layout* yang digunakan berupa judul komik dan dua panel sebagai halaman pembuka cerita. Kemudian empat panel dalam tiap halaman isi dimana dalam tiap cerita terdapat satu halaman pembuka dan empat halaman isi. Tiap cerita dibatasi dengan biodata karakter yang ceritanya diangkat didalam cerita sebelumnya.

F O B I A



Gambar 2. Layout halaman pembuka cerita.



Gambar 3. Layout halaman isi.



Gambar 4. Layout halaman isi.



Gambar 5. Cover Belakang.

Media Pendukung

Media pendukung yang digunakan untuk komik strip digital ini adalah *keychain*, pin, *bookmark*, dan kaos. Media ini berperan sebagai media pendukung dalam promosi buku bergambar ini.



Gambar 6. Desain gantungan kunci gelap.



Gambar 7. Desain gantungan kunci kecoa.



Gambar 8. Desain gantungan kunci kucing.



Gambar 9. Desain pin gelap.



Gambar 10. Desain pin kecoa.



Gambar 11. Desain pin kucing.



Gambar 14. Desain *bookmark* kucing.



Gambar 12. Desain *bookmark* gelap.



Gambar 15. Desain kaos gelap.



Gambar 16. Desain kaos kecoa.



Gambar 13. Desain *bookmark* kecoa.



Gambar 17. Desain kaos kucing.

Simpulan

Fobia merupakan gangguan kecemasan seseorang terhadap suatu hal atau barang, dimana dapat menimbulkan ketakutan yang irasional dan rasa takut tersebut tidak sebanding dengan ancaman yang mungkin dihasilkan dari hal atau barang tersebut.

Tingkatan rasa takut tersebut dapat berbeda-beda, dan tiap orang dapat mempunyai fobia pada jangkauan umur yang beragam pula. Penyebab utama dari fobia adalah kejadian traumatis yang melibatkan suatu barang atau situasi, misalkan ketinggian, yang membuatnya *shock* berat.

Namun pada kenyataannya, masih banyak orang-orang yang suka meremehkan fobia, baik dari orang-orang sekitar maupun dari sisi penderita, Terutama apabila fobia tersebut terkesan unik sehingga dianggap mengada-ada. Terkadang adapula pula penderita yang meremehkan fobianya dan sembarangan mencoba melawan fobianya sendiri. Mereka tidak menyadari bahwa fobia bisa memberikan dampak negatif yang signifikan kepada hidup keseharian penderita. Meskipun terkadang ada fobia yang terlihat konyol, akan tetapi bisa saja hal tersebut memakan korban nyawa, misalnya takut dengan hal yang kotor, sehingga tidak mau masuk ke toilet untuk buang air besar, sehingga ia terus menahannya hingga meninggal dunia. Adapula orang yang terpaksa berhenti dari pekerjaannya karena objek yang ditakutinya ada ditempat lingkungan tempat kerjanya. Oleh sebab itu, permasalahan ini harus diatasi dengan memberikan pengetahuan mengenai fobia, dengan begitu mereka menyadari bahwa fobia merupakan gangguan mental yang berbahaya jika dibiarkan, dan perlu penanganan yang tepat untuk menyembuhkannya.

Perancangan komik strip dibuat karena bentuk media ini cukup populer dikalangan remaja, dimana unsur humor dimasukkan kedalam perancangan agar penyampaian informasi dan moral edukatif tidak membosankan dan menghibur. Pembaca diajak untuk memahami lebih dalam nilai cerita yang ada melalui pembawaan cerita. Diharapkan perancangan komik ini strip dapat berguna dan nilai moral yang ingin disampaikan dapat tersampaikan dengan baik.

Saran

Komik strip ini disarankan untuk disebarluaskan kepada semua orang, terutama dikalangan remaja, karena aspek moral didalam komik digunakan untuk memberi wawasan bahwa fobia tidak boleh diremehkan. Apabila dikemudian hari ada penelitian atau perancangan lain yang mengangkat tema serupa, diharapkan agar survey dan penelitian dilakukan lebih mendalam demi menunjang dan memperkaya isi dari perancangan nantinya. Hal ini disebabkan pencarian sumber data cukup sulit dan menjadi hambatan utama, dikarenakan banyak remaja yang tidak benar-benar mengerti apakah mereka punya fobia atau tidak, dan selera penggunaan media sosial berbeda-beda. Diharapkan kekurangan dalam perancangan ini, tidak lagi terjadi di perancangan-perancangan lain berikutnya.

DAFTAR REFERENSI

- American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: text revision*(DSM-IV-TR). (4th ed.). (1994). United States: American Psychiatric Association.
- Bonneff, M. (1998). *Komik indonesia*. Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia.
- Coon, D. (1992). *Introduction to psychology: exploration and application*. (5th ed.). United States of America: West publishing Company.
- Crawley, C.(2017, Agustus 22). *Makeuseof: Take these eight steps to make your first web comic*. Retrieved 15 March 2018 from <https://www.makeuseof.com/tag/steps-make-first-web-comic/>
- Eisner, W. (1985). *Comic and sequential art*. United States of America: Poorhouse Press.
- Feldman, R.S. (1992). *Elements of psychology- (international edition)*. United States: McGraw-Hill, Inc.
- Greene, B., Jeffrey S.N., & Spencer A.R. (2005). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E.B. (2005). *Psikologi perkembangan*. (5th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Kirandita, P.(2017, September 13). *Menggoda orang fobia bukan candaan lucu*.
- Liman, H.(2015, November 22). *Liman Harijono: Delapan tahun phobia ketinggian, selesai 1,5 jam dengan hipnoterapi*. Retrieved February 24 2018 from <http://www.limanharijono.com/8-tahun-phobia-ketinggian-selesai-15-jam-dengan-hipnoterapi/>
- Maria, M.(2012, April 16). *Psikologi Anakku: Fobia gelap, Nyctophobia*. Retrieved on February 24 2018 from <http://psikologanakku.blogspot.co.id/2012/04/fobia-gelap-nyctophobia.html>
- Masyaril, A.(2015, Juli 2). *CNN: Remaja meninggal karena 8 minggu tidak BAB akibat fobia toilet*. Retrieved on February 1 2018 from : <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20150702103918-255-63804/remaja-meninggal-karena-8-minggu-tak-bab-akibat-fobia-toilet>
- McCloud, S. (1993). *Understanding comics: The invisible art*. United States of America: Kitchen Sink Press.

- Miss, R.(2011, Maret 15). *Kompasiana: Contoh kasus fobia sekolah dan penanganannya*. Retrieved on February 1 2018 from [://www.kompasiana.com/miss.rochma/contoh-kasus-phobia-sekolah-dan-penanganannya_550098f08133110b1afa78b0](http://www.kompasiana.com/miss.rochma/contoh-kasus-phobia-sekolah-dan-penanganannya_550098f08133110b1afa78b0)
- Putra, W.(2017, Maret 3). *Pijar psikologi: Refleksi kesadaran masyarakat akan kesehatan mental di Indonesia*. Retrieved on March 8 2018 from <http://pijarpsikologi.org/refleksi-kesadaran-masyarakat-akan-kesehatan-mental-di-indonesia/>
- Siti, S.(2015, Juni 17). *Kompasiana: Menggoda treatment penderita fobia spesifik*. Retrieved on February 24 2018 from https://www.kompasiana.com/sitisaniah/treatment-penderita-fobia-spesifik_54f400b6745513792b6c83be
- Tirto. *Menggoda orang bukan candaan lucu*. Retrieved 24 February 2018 from <https://tirto.id/menggoda-orang-fobia-bukan-candaan-lucu-cws7>