

# Perancangan Buku Interaktif Sebagai Media Terapi *Zoophobia* untuk Anak-anak Usia 4-6 Tahun.

Carina Fernanditha<sup>1</sup>, Drs. Heru Dwi Waluyanto, M.Pd.<sup>2</sup>, Drs. Asnar Zacky, M.Sn.<sup>3</sup>

Desain Komunikasi Visual, Seni dan Desain, Universitas Kristen Petra,

Jalan Siwalankerto no. 121-131, Surabaya

Email: carinafernanditha@gmail.com

## Abstrak

*Zoophobia* adalah perasaan cemas atau takut yang tidak wajar terhadap hewan yang sesungguhnya tidak berbahaya. *Zoophobia* mudah menyerang anak-anak usia 4-9 tahun, dan jika dibiarkan akan semakin parah ketika anak beranjak dewasa. Celakanya, jumlah tenaga kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, dan perawat jiwa) di Indonesia masih terbatas. Maka dari itu, dirancanglah sebuah buku interaktif yang bisa membantu mengurangi *Zoophobia* yang dialami anak-anak usia 4-6 tahun di Indonesia.

**Kata kunci :** Buku Interaktif, Buku Anak, Anak-anak, Terapi *Phobia*, *Zoophobia*

## Abstract

**Title:** *Interactive Book Design as Therapy Media for Zoophobia in Children Aged 4-6 Years Old*

*Zoophobia is an abnormal fear or anxiousness felt towards animals that are actually not dangerous. Zoophobia prone to attack children aged 4-9 years old, and if left untreated, will become worse as the child reach adulthood. Unfortunately, the numbers of mental healthcare staff (psychologist, psychiatrist, and mental health nurse) in Indonesia are still inadequate. Therefore, an interactive book that can help reduce Zoophobia in Indonesian children aged 4-6 is designed.*

**Keywords:** *Interactive Book, Children Book, Children, Phobia Therapy, Zoophobia.*

## Pendahuluan

*Phobia*, menurut KBBI, merupakan “perasaan cemas atau takut yang berlebihan terhadap objek atau keadaan tertentu, yang bisa menghambat aktifitas dan kehidupan penderitanya”. Dari sekian banyak jenis *phobia*, *phobia* terhadap hewan (*Zoophobia*) termasuk yang paling umum diderita. Hewan yang tergolong sebagai objek *Zoophobia* bukan hewan yang berbahaya seperti singa atau beruang, namun hewan yang tidak berbahaya seperti ikan, kucing, serta ayam. Salah satu contoh kasus *Zoophobia* yang terjadi di Indonesia adalah yang dialami Regina Reksha Putri. Putri yang saat itu berusia 12 tahun telah mengalami *phobia* kucing sejak kecil dan akhirnya menjadi pasien sekaligus subjek penelitian tentang bimbingan konseling behavioral yang dilakukan oleh Yuni Rosita, seorang mahasiswa jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam di UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, pada 2008 silam. Dalam sesi konselingsnya, Yuni (2008) mencatat bahwa tiap kali Putri melihat gambar kucing atau film tentang kucing, Putri mulai

gemetar serta tangan dan kakinya berkeringat. Ketika melihat kucing sungguhan, Putri reflex berlari menjauh. Penderita *Zoophobia* sejatinya harus belajar menghadapi rasa takutnya, mengingat menghindari (hewan secara fisik) selamanya adalah opsi yang kurang memungkinkan, dan membiarkan *phobia* untuk waktu yang lama bisa memperparah kondisi penderitanya. Sesungguhnya, *Phobia* bisa disembuhkan dengan *Exposure Therapy*. Menurut *American Psychological Association* (n.d.) *Exposure Therapy* adalah kegiatan mengekspose dan membiasakan pasien untuk mendekat pada objek yang ditakutinya dalam jangka waktu tertentu, secara bertahap. Pada sesi terapi pertama, pasien akan ditunjukkan gambar hewan yang menjadi objek phobianya dari jauh. Di sesi-sesi selanjutnya gambar tersebut akan semakin di dekatkan pada pasien. Jika pasien sudah tidak takut pada gambar, pasien kemudian ditunjukkan model/ patung 3D dari hewan tersebut, dan kemudian semakin didekatkan pada pasien di sesi-sesi terapi selanjutnya. Sayangnya, menurut data Riset Kesehatan Dasar 2013, oleh Kementerian Kesehatan Indonesia, Indonesia dengan

penduduk sekitar 250 juta jiwa baru memiliki sekitar 451 orang psikolog klinis (0,15 per 100.000 penduduk), 773 orang psikiater (0,32 per 100.000 penduduk), dan 6.500 orang perawat jiwa (2 per 100.000 penduduk). Maka dari itu, untuk mengimbangi kurangnya jumlah tenaga kesehatan jiwa, dibutuhkan media yang bisa membantu memberi efek terapi pada anak-anak penderita *Zoophobia*. Salah satu media yang bisa digunakan adalah buku terapi. Media buku interaktif dengan efek terapi dipilih mengingat mayoritas anak mulai mengembangkan *Zoophobia* di usia 4 tahun. Menurut Jean Piaget dan Lev Vygotsky, ahli konstruktivis, pada rentang usia ini anak telah memiliki inisiatif untuk mencari tahu segala sesuatu dengan cara menyentuh, melihat, membangun, menyusun, dan lain lain. Pada intinya, dalam rentang usia ini, anak perlu contoh yang riil dan nyata serta bisa berinteraksi dengannya (Syaodih, 2004). Dengan demikian, diperlukan media yang bisa berinteraksi dengan anak, yaitu buku interaktif. *Gadget* memang bisa membari visual yang menarik, namun buku memiliki wujud yang lebih nyata dan bisa disentuh oleh anak. Memandang urgensi permasalahan yang ada, maka dirancanglah buku interaktif berbasis *Exposure Therapy*, yang diharapkan bisa menyembuhkan, atau paling tidak mengurangi *Zoophobia* yang dialami anak-anak usia 4-6 tahun. Dari 18 hewan yang sering menjadi objek *Zoophobia*, akan dipilih 12 hewan. 12 hewan ini dipilih dengan pertimbangan ada di Indonesia dan sering ditemui sehari-hari. Tiap hewan akan ditampilkan dalam 3 level sesuai prinsip *Exposure Therapy*. Level pertama hewan diilustrasikan dalam bentuk kartun, level kedua hewan diilustrasikan secara lebih realistis, dan level ketiga hewan dibuat interaktif dan bisa diraba/ disentuh oleh anak. Dengan dirancangnya buku ini, diharapkan anak-anak penderita *Zoophobia* bisa mencapai kesembuhan dengan lebih cepat dan optimal, melalui media yang cocok untuk anak usia 4-6 tahun.

### Metode Perancangan

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Metode ini dilakukan dengan membuat daftar pertanyaan 5W1H seputar *Zoophobia*, lalu melakukan wawancara dengan narasumber yang terpercaya. Narasumber yang dipilih adalah Dr. Andiran Pramadi, M.Si. Beliau adalah seorang psikolog klinis yang berpengalaman di bidangnya, sekaligus seorang staf pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Selain melalui wawancara, pengumpulan data juga dilakukan dengan membaca buku dan jurnal psikologi yang memuat data seputar *Zoophobia*. Data-data yang dikumpulkan dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu :

#### 1. Data Primer

Terdiri dari data tentang *Phobia* serta jenis-jenis *phobia*, khususnya *Zoophobia*. Selain itu juga data sehubungan dengan kondisi psikologis penderita *phobia*, gejala-gejala yang dialami penderitanya,

serta bentuk-bentuk terapi yang mungkin untuk digunakan.

#### 2. Data Sekunder

Terdiri dari data tentang perkembangan psikologis anak, peran orangtua dalam perkembangan anak usia dini, manajemen rasa takut, serta pengaruh hewan peliharaan terhadap perkembangan psikologis anak.

## Pembahasan

### Tinjauan Tentang Ilustrasi

Maharsi (2016), dalam bukunya yang berjudul "Ilustrasi", menjelaskan ilustrasi sebagai "representasi visual dari sebuah naskah, baik itu konsep cerita dalam bentuk gagasan ide ataupun naskah tercetak untuk keperluan tertentu" (p. 16). Maharsi juga menegaskan bahwa ketika memvisualisasikan sebuah ide, ilustrator harus mempertimbangkan siapa *audiencenya*, apa pesan yang ingin disampaikan, kapan saat yang tepat untuk menyampaikannya, dimana pesan itu disampaikan, dan mengapa ilustrasi itu perlu dibuat. Dengan demikian, ilustrasi yang dibuat diharapkan mampu mengkomunikasikan pesan yang ingin disampaikan kepada *audience* secara jelas.

### Tinjauan Tentang Buku Interaktif

Menurut KBBI, buku adalah "lembar kertas yang berjilid, baik yang berisi tulisan maupun yang kosong". Sedangkan interaktif berarti "bersifat saling melakukan aksi, antarmubungan, saling aktif". Lebih jelasnya lagi, *IGI Global Publisher* (n.d.) menjabarkan bahwa buku interaktif adalah buku yang dirancang dengan fungsi-fungsi tertentu yang seluruhnya bertujuan untuk menarik partisipasi aktif dari pembacanya ketika menggunakan buku tersebut. Ada beberapa macam jenis interaksi yang bisa ditemukan dalam buku interaktif. Williyanto (2013) dalam tesisnya membagi jenis-jenis interaksi ini ke dalam 9 kategori, yaitu :

#### 1. Pop Up



Sumber : <https://shop.getty.edu/products/the-little-prince-pop-up-book-new-edition>

**Gambar 1. Buku interaktif jenis Pop Up**

Buku interaktif jenis *Pop Up* adalah buku yang memiliki unsur 3 dimensi yang akan muncul ketika halamannya dibuka. Teknik *Pop Up* tidak hanya ditemukan di buku, namun juga terkadang digunakan pada *greeting cards*.

## 2. *Lift the Flap / Peek a Book*

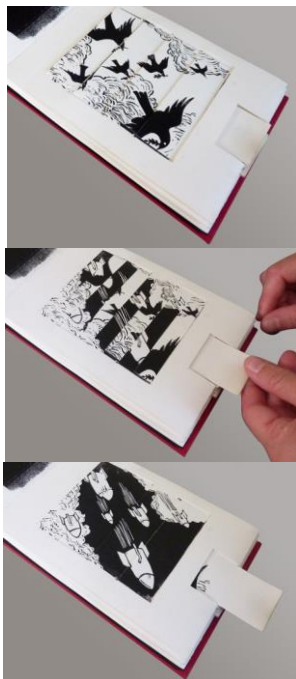


Sumber : <https://www.theworks.co.uk/p/board-books/busy-farm---lift-the-flap-book/9780241243367>

**Gambar 2.** Buku interaktif jenis *Lift the Flap / Peek a Book*

Buku interaktif jenis *Lift the Flap/ Peek a Book* adalah buku yang melibatkan kegiatan membuka dan menutup gambar pada suatu halaman. Teknik ini merupakan salah satu teknik yang paling mendasar untuk melatih kemampuan motorik.

## 3. *Pull Tab Book*



Sumber : <http://www.greenchairpress.com/blog/?p=3155>

**Gambar 3.** Buku interaktif jenis *Pull Tab*

Buku interaktif jenis *Pull Tab* adalah buku yang melibatkan kegiatan menarik sebuah *tab* yang memungkinkan pembaca untuk melihat gambar yang berbeda sebelum dan sesudah *tab* ditarik. Teknik ini lebih cocok untuk pembaca yang lebih dewasa yang bisa lebih berhati-hati saat membuka buku.

## 4. *Hidden Objects Book*



Sumber : <https://www.designmom.com/seek-and-find-books-kids-will-love/>

**Gambar 4.** Buku interaktif jenis *Hidden Object Book*

Buku interaktif jenis *Hidden Objects* adalah buku yang mengajak pembaca untuk mencari objek yang disamarkan pada bagian halaman. Objek tersembunyi ini mempengaruhi cerita yang dibawakan oleh buku. Teknik ini cocok untuk melatih konsentrasi dan ketelitian pembacaanya.

## 5. *Games Book*



Sumber : <https://lifeovercs.com/responsibility-for-preschoolers-leveled-interactive-book-and-memory-game/>

**Gambar 5.** Buku interaktif jenis *Games Book*

Buku interaktif jenis *Games Book* adalah buku yang mengandung *mini games* di antara ceritanya. *Games* ini biasanya cukup sederhana namun mampu merangsang pertumbuhan otak bagi pembaca yang berusia anak-anak.

## 6. Participation



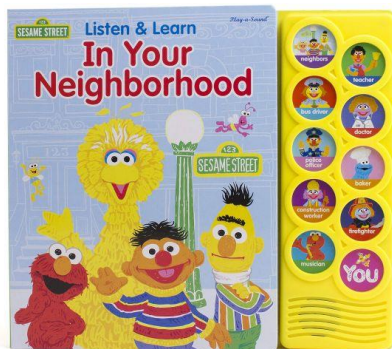
Sumber :

[http://www.koreatimes.co.kr/www/news/art/2009/02/135\\_39949.html](http://www.koreatimes.co.kr/www/news/art/2009/02/135_39949.html)

**Gambar 6. Buku interaktif jenis *Participation***

Buku interaktif jenis *Participation* adalah buku yang mengandung penjelasan atau cerita yang disertai pertanyaan atau instruksi yang bertujuan menguji pemahaman pembaca tentang cerita yang dipaparkan sebelumnya. Teknik ini ditujukan untuk pembaca yang sudah memasuki usia sekolah dan umumnya ditemukan di buku-buku pengetahuan.

## 7. Play a Song / Play a Sound

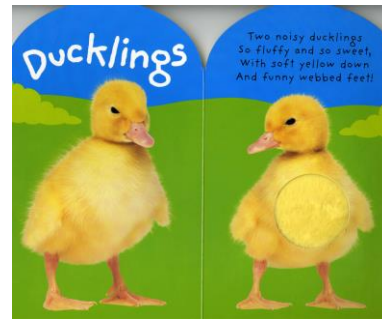


Sumber : <https://uae.souq.com/ae-en/sesame-street-listen-learn-in-your-neighborhood-play-a-sound-pi-kids-play-a-sound-books-38141487/i/>

**Gambar 7. Buku interaktif jenis *Play a Song/ Play a Sound***

Buku interaktif jenis *Play a Song/ Play a Sound* adalah buku yang mengandung tombol-tombol dan mampu mengeluarkan lagu atau suara ketika tombolnya ditekan. Lagu atau suara yang ditampilkan biasanya berhubungan dan mendukung isi cerita dalam buku tersebut.

## 8. Touch and Feel



Sumber :

<https://us.macmillan.com/books/9780312505806>

**Gambar 8. Buku interaktif jenis *Touch and Feel***

Buku interaktif jenis *Touch and Feel* adalah buku yang mengandung berbagai tekstur yang dapat disentuh oleh pembacanya. Tekstur-tekstur yang ditampilkan disesuaikan dengan cerita. Teknik ini biasanya ditujukan untuk pembaca usia *pre-school* (3-6 tahun) yang masih dalam tahap aktif pengembangan kemampuan sensorik dan motorik.

## 9. Mixed

Buku interaktif jenis *Mixed* adalah buku yang mengandung gabungan 2 atau lebih teknik-teknik yang sudah disebutkan diatas.

## Tinjauan Tentang *Zoophobia*

K. Bertens (2006) dalam bukunya yang berjudul "Psikoanalisis Sigmund Freud", menjelaskan *Zoophobia* sebagai perasaan cemas atau takut yang berlebihan (tidak wajar) terhadap beberapa jenis hewan yang mayoritas tidak berbahaya. Sigmund Freud (1950), neurologis sekaligus bapak penemu *Psychoanalysis*, dalam bukunya "*Freud Dictionary of Psychoanalysis*", mengemukakan bahwa *Zoophobia* adalah perasaan kelainan *psychoneurotic* yang sering ia jumpai menyerang anak-anak. Ketika dihadapkan dengan hewan yang ditakuti, penderita *Zoophobia* akan menunjukkan beberapa gejala, yaitu peningkatan detak jantung, gemetar, berkeringat, dan tidak mampu memikirkan hal lain selain merasa takut. Pada kasus yang lebih parah, seorang penderita bisa sampai sesak napas hingga pingsan ketika bertemu hewan yang ditakutinya. Maka dari itu, *World Health Organization* (2004) dalam buku panduannya yang berjudul "*Prevention of Mental Health Disorders*" menegaskan bahwa *Zoophobia* dapat menghambat aktivitas penderitanya. *Zoophobia* umumnya muncul karena adanya pengalaman buruk dengan hewan di masa kecil yang menimbulkan trauma. Pengalaman buruk ini umumnya berawal dari rasa ingin tahu serta semangat eksplorasi anak yang tinggi. Sayangnya, mayoritas anak tidak paham tentang karakter hewan, hingga terkadang mereka tidak tahu bahwa hewan yang mereka pegang merasa terancam atau terganggu.



Akhirnya, hewan menyerang si anak dan mengakibatkan trauma pada diri anak. Selain trauma, *Zoophobia* bisa juga muncul akibat pengaruh lingkungan. Seorang anak yang memiliki sanak keluarga yang menderita *phobia* tertentu cenderung akan memiliki *phobia* yang sama saat dewasa. Anak yang sejak kecil dibesarkan dalam keluarga yang anti anjing, dengan cerita-cerita bahwa anjing adalah hewan yang galak, kedepannya akan tumbuh menjadi anak yang takut pada anjing. Hal ini karena anak kecil belajar dengan mencocok segala perilaku orang dewasa yang ada di sekitarnya. Penyebab *Zoophobia* yang ketiga, adalah karena penderita mendengar informasi yang keliru atau informasi yang menakutkan seputar hewan. Orang yang tidak mengenal anjing cenderung akan menjadi takut pada anjing ketika disodori berita tentang orang yang meninggal karena diserang anjing. (Pramadi, personal communication, March 6, 2019). Hewan yang menjadi objek *Zoophobia* bukan hewan berbahaya seperti singa atau beruang. Seringkali hewan yang menjadi objek *Zoophobia* justru hewan yang tidak berbahaya. Seperti yang sudah disinggung di latar belakang, situs *FearOf.net* (n.d.) menyatakan ada 18 jenis hewan yang sering menjadi objek *phobia*, yaitu : laba-laba, ular, burung, ayam, anjing, kucing, kupu-kupu, lebah, bebek, kodok, ikan hiu, kecoak, ikan, ngengat, kuda, tikus, cacing, dan semut. Dari 18 hewan tersebut, penulis mengerucutkan lagi menjadi 12 jenis saja yang nantinya akan ditampilkan dalam buku interaktif. 12 jenis hewan ini dipilih dengan pertimbangan ada di Indonesia dan bisa dengan mudah ditemui dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pertimbangan lainnya adalah seberapa kuatnya hewan-hewan ini bisa memicu *phobia*.

### **Tujuan Kreatif**

Tujuan kreatif dari perancangan buku interaktif ini adalah untuk menghadirkan media interaktif yang bisa menjadi pendamping untuk terapi. Media ini diwujudkan dalam bentuk buku interaktif yang ditujukan untuk membantu anak-anak penderita *Zoophobia* di Indonesia. Rancangan buku interaktif ini disesuaikan dengan usia *target audiencenya*, yaitu anak usia 4-6 tahun. Buku dikemas dalam *genre* fantasi dan petualangan agar cocok dengan anak-anak dan tidak membosankan. Buku ini diharapkan bisa menjadi media pendukung terapi yang sesuai dengan usia penderita, sehingga anak-anak bisa memperoleh efek terapi sembari bermain.

### **Target Audience**

Perancangan ini ditujukan untuk anak-anak usia 4-6 tahun, baik yang berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan, dengan tingkat pendidikan TK. Suka bermain dan bereksperimen dalam dunianya sendiri. Penuh rasa ingin tahu, namun tidak paham sebab akibat dari tindakannya, sehingga terkadang rasa ingin tahunya menghasilkan pengalaman yang buruk. Pernah mengalami pengalaman traumatis dengan

hewan sehingga sering merasa takut / cemas berlebihan ketika bertemu beberapa jenis hewan tertentu. Seringkali berusaha menghindari hewan. Perancangan ini ditujukan untuk anak dengan kelas ekonomi menengah ke atas yang tinggal di kota besar seperti Surabaya.

### **Isi Buku**

Agar tidak menakutkan dan membosankan, terapi yang ada dalam buku ini dikemas dalam bentuk cerita. Dikisahkan seorang anak bernama Iva menderita *Zoophobia* pada 12 jenis binatang, yaitu laba-laba, ikan, kucing, anjing, ayam, lebah, semut, kecoak, cicak, tikus, kodok, dan burung. Ia takut bermain diluar rumah dan akan langsung menangis jika bertemu hewan yang ia takut. Kakak laki-laki Iva, Kevin, yang kasihan dengan kondisi Iva akhirnya memita bantuan Mel. Mel adalah seorang bocah ajaib yang hobi berpetualang dan memiliki banyak teman. Mel paham bahwa *Zoophobia* yang diderita Iva bisa dikurangi jika Iva mau belajar untuk menghadapi hewan yang ditakutinya. Karenanya, Mel mengajak Iva dan Kevin dalam sebuah petualangan untuk bertemu dengan 12 jenis hewan yang ramah yang bisa menyembuhkan *Zoophobia* yang diderita Iva. Iva akhirnya bisa memahami sisi positif masing-masing hewan dan bisa mengurangi *Zoophobia* yang dialaminya. Buku interaktif ini akan menampilkan 12 hewan tadi dalam 3 level, sesuai prinsip *Exposure Therapy*. Pada level pertama hewan ditampilkan dalam wujud kartun, pada level kedua dalam wujud yang lebih realis, dan pada level ketiga hewan ditampilkan secara interaktif. Jenis interaksi yang digunakan adalah jenis *Mixed*, yaitu gabungan teknik *touch and feel*, *lift the flap*, dan *pull tab*, yang penggunaannya disesuaikan dengan sifat masing-masing hewan (contoh : karena kecoak adalah hewan yang suka bersembunyi di balik perabot, jenis interaksi yang digunakan adalah *lift the flap*).

### **Gaya Visual**

*Final artwork* buku interaktif ini nantinya memiliki spesifikasi sebagai berikut :

Ukuran Buku : 21cm x 21cm  
Jumlah Halaman : 102 halaman  
Format : *Full Color*

Gaya visual untuk buku interaktif yang akan dirancang adalah gaya kartun sederhana, dengan *style* goresan yang simple dan warna-warna yang cerah agar sesuai dengan usia anak. Ilustrasi dikerjakan dengan program *Adobe Photoshop Cs6*.



Gambar 9. Desain karakter Mel, Iva, dan Kevin



Gambar 10. Desain karakter 12 hewan



Gambar 11. Tone warna dan contoh komposisi warna yang digunakan

Jenis tipografi yang nantinya akan digunakan dalam buku interaktif ini adalah *typeface* dari keluarga *Sans Serif* yang memberikan kesan santai dan tidak terlalu serius. Untuk *headline*, digunakan font “Soft Marshmallow”.

**Soft Marshmallow**

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ  
 abcdefghijklmnopqrstuvwxyz  
 1234567890  
 !@#\$%^&\*()\_+ -= <> ? : " ' { } | [ ] \ ; , . /

Untuk *sub-headline*, digunakan font “One Trick Pony”.

**One Trick Pony**  
 ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ  
 abcdefghijklmnopqrstuvwxyz  
 1234567890  
 !@#\$%^&\*()\_+ -= <> ? : " ' { } | [ ] \ ; , . /

Untuk *bodycopy*, digunakan font “Kristen ITC”.

**Kristen ITC**

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ  
 abcdefghijklmnopqrstuvwxyz  
 1234567890  
 !@#\$%^&\*()\_+ -= <> ? : " ' { } | [ ] \ ; , . /



Gambar 12. Cover buku



Gambar 13. Contoh isi buku



Gambar 14. Contoh isi buku



Gambar 15. Contoh isi buku

## Simpulan

*Zoophobia* hendaknya ditangani sejak dini karena bisa mengganggu perkembangan anak. Sayangnya, jumlah ahli kesehatan jiwa (psikolog, psikiater, dan perawat jiwa) di Indonesia masih terbatas. Maka dari itu, dirancanglah sebuah buku interaktif yang memiliki unsur terapi. Rancangan buku interaktif ini disesuaikan dengan prinsip *Exposure Therapy*, yaitu bentuk terapi yang biasa digunakan untuk menyembuhkan *Zoophobia*. Buku dikemas dalam *genre* fantasi dan petualangan agar cocok dengan anak-anak usia 4-6 tahun. Buku ini diharapkan bisa membantu anak-anak penderita *Zoophobia* di Indonesia.

## Ucapan Terima Kasih

1. Ibu Dr. Listia Natadjaja, S.T., M.T., M.Des., selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual.
2. Bapak Drs. Heru Dwi Waluyanto, M.Pd. dan Bapak Drs. Asnar Zacky, M.Sn. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir yang telah mendidik penulis selama ini.
3. Seluruh Staf Karyawan/Karyawati Program Studi Desain Komunikasi Visual yang telah memberikan pelayanan terbaik selama penulis mengerjakan laporan ini.
4. Seluruh Staf Karyawan/Karyawati Fakultas Seni dan Desain yang telah memberikan pelayanan terbaik selama penulis mengerjakan laporan ini.
5. Sahabat-sahabat seprogram studi, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu namanya.

Penulis mengucapkan terimakasih atas dukungannya, semoga segala bentuk bantuan dan dukungan yang telah diberikan pada penulis akan selalu mendapat limpahan rahmat-Nya, Amin.

## Daftar Pustaka

- American Psychological Association. *What is Exposure Therapy*. Retrieved from <https://www.apa.org/ptsd-guideline/patients-and-families/exposure-therapy.aspx>
- Ananda, P. (2018, 13 January). 19 Nama dan Macam-macam Phobia pada Binatang. *Lifestyle.Okezone*. Retrieved from <https://lifestyle.okezone.com/read/2018/01/12/481/1844100/19-nama-dan-macam-phobia-pada-binatang>
- Auli, I. D. (2015). *Studi Kasus Anak Phobia Sekolah : SDIT Salsabila 2 Klaseman Sleman Yogyakarta*. Unpublished undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta. Retrieved from [http://digilib.uin-suka.ac.id/19629/1/11220025\\_BAB-I\\_IV-atau-V\\_DAFTAR-PUSTAKA.pdf](http://digilib.uin-suka.ac.id/19629/1/11220025_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf)
- Bertens, K. (2006). *Psikoanalisis Sigmund Freud*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Bilyana. (2017). Types of Illustrations - Styles and Techniques. *Graphic Mama*. Retrieved from <https://graphicmama.com/blog/types-of-illustration/>
- Black, R. (2018, 2 July). Cynophobia : Fear of Dogs. *Psycom*. Retrieved from <https://www.psycom.net/cynophobia-fear-of-dogs/>
- Black, R. (2018, 23 July). Arachnophobia : Fear of Spiders and How to Overcome It. *Psycom*. Retrieved from <https://www.psycom.net/arachnophobia-fear-of-spiders>
- Budiyanto. (2015). *Pemanfaatan Augmented Reality sebagai Media Terapi Penderita Phobia terhadap Hewan (Studi Kasus : Rumah Sakit Pusat AU Dr. M. Salamun, Bandung)*. Unpublished undergraduate thesis, Universitas Komputer Indonesia, Bandung. Retrieved from <https://repository.unikom.ac.id/21164/>
- Chambless, D. L., & Ollendick, T. (2011, February). Empirically Supported Psychological Interventions: Controversies and Evidence. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 685-716. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.685

- Cherry, K. (2018, 27 September). The Little Albert Experiment : A Closer Look at the Famous Case of Little Albert. *Very Well Mind*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/the-little-albert-experiment-2794994>
- Freud, S. & Nandor, F. (Ed.). (2011). *Freud: Dictionary of Psychoanalysis*. (initial publ. 1950). Read Books.
- Fritsher, L. (2018, 30 May). Herpetophobia and It's Treatment. *Very Well Mind*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/herpetophobia-2671862>
- Fritscher, L. (2018, 29 June). Understanding the Fear of Cats : Gatophobia or Ailurophobia. *Very Well Mind*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/are-some-people-really-afraid-of-cats-2671757>
- Fritscher, L. (2018, 2 July). How Many People Have Phobias? : A Look at Phobia Rates in the United States. *Very Well Mind*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/prevalence-of-phobias-in-the-united-states-2671912>
- Fritscher, L. (2018, 10 July). Understanding the Fear of Insects or Entomophobia. *Very Well Mind*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/what-is-the-fear-of-insects-2671770>
- Fritscher, L. (2018, 21 December). What You Should Know About the Fear of Bees. *Very Well Mind*. Retrieved from <https://www.verywellmind.com/what-is-the-fear-of-bees-2671755>
- Heid, M. (2016, 13 July). You Asked : Why Are Cockroaches So Terrifying? *Time*. Retrieved from <http://time.com/4403068/cockroaches-bugs-insects-fear/>
- Ika. Liputan/ Berita. Universitas Gajah Mada. (2015, 10 February). *Minim Psikolog, Ribuan Penderita Gangguan Jiwa Belum Tertangani*. Retrieved from <https://ugm.ac.id/id/berita/9715-minim-psikolog.ribuan.penderita.gangguan.jiwa.belum.tertangani>
- Fobia. In *KBBI Daring*. Retrieved from <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/fobia>
- Buku. In *KBBI Daring*. Retrieved from <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/buku>
- Kompas Gramedia*. (2019, 21 March). Retrieved March 25, 2019, from [https://id.wikipedia.org/wiki/Kompas\\_Gramedia](https://id.wikipedia.org/wiki/Kompas_Gramedia)
- Liulianto, F. A. (2017). *Perancangan Buku Interaktif Pengenalan Camilan dan Jajanan Lokal Khas Samarinda untuk Anak Usia 6-12 Tahun*. (TA No. 00022989/DKV/2017). Unpublished undergraduate thesis, Universitas Kristen Petra, Surabaya. Retrieved from <https://dewey.petra.ac.id/catalog/digital/detail?id=42306>
- Marcin, A. (2017, 5 December). What You Should Know About Cynophobia. *Health Line*. Retrieved from <https://www.healthline.com/health/cynophobia>
- Maharsi, I. (2016). Ilustrasi (1). Yogyakarta : Dwi-Quantum.
- Marianti. (2017, 27 September). Fobia. *Alodokter*. Retrieved from <https://www.alodokter.com/fobia>
- National Institute of Mental Health. (2017, November). *Specific Phobia*. Retrieved from <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/specific-phobia.shtml>
- Neuman, F. (2016, 11 September). Chicken Phobias and Other Matters of Concern. *Psychology Today*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/fighting-fear/201609/chicken-phobias-and-other-matters-concern>
- Olesen, J. (2015). Fear of Ants – Myrmecophobia. *FearOf*. Retrieved from <https://www.fearof.net/fear-of-ants-phobia-myrmecophobia/>
- Olesen, J. (2015). Fear of Fish – Ichthyophobia. *FearOf*. Retrieved from <https://www.fearof.net/fear-of-fish-phobia-ichthyophobia/>
- Osborne, C. O. (2018, 18 January). Overcoming Alektorophobia, or fear of Chickens. *Health Line*. Retrieved from <https://www.healthline.com/health/alektorophobia>
- Peña, M. (2016, 1 November). Cynophobia : Why Are Some People Afraid of Dogs. *Dogster*. Retrieved from



- <https://www.dogster.com/lifestyle/cynophobia-why-are-some-people-afraid-of-dogs>
- Perkembangan Seni Ilustrasi di Indonesia. (2010, 6 January). *Warta Warga*. Universitas Gunadarma. Retrieved from <http://wartawarga.gunadarma.ac.id/2010/01/perkembangan-seni-ilustrasi-indonesia/>
- Pile, S. The Telegraph. (2008, 30 Agustus). 1.2 million puppies are born every day. Retrieved from <https://www.telegraph.co.uk/culture/tvandradio/3559441/1.2-million-puppies-are-born-every-day.html>
- Powell, Symbaluk, & Honey. (2009). *Introduction to learning and behavior* (3rd ed.). Boston, MA: Cengage Learning.
- Putri, D. (2013). Memahami Elemen-elemen Dalam Desain. *International Design School*. Retrieved from <https://idseducation.com/articles/memahami-elemen-elemen-dalam-desain/>
- Quamila, A. (2017, 15 Agustus). 5 Manfaat untuk Anak Jika Punya Hewan Peliharaan. *Hello Sehat*. Retrieved from <https://hellosehat.com/parenting/tips-parenting/manfaat-hewan-peliharaan-untuk-anak/>
- Rentz, Timothy O. Powers, Mark B. Smits, Jasper A. J. Cougle, Jesse R. Telch, Michael J. (2003). *Active-imaginal Exposure: Examination of a New Behavioral Treatment for Cynophobia (Dog Phobia)*. *Behaviour Research and Therapy*, 41 (11): 1337–1353. PMID 14527532. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14527532>
- Richardson, K. (2017, 24 Februari). Don't Jump to Conclusions : Fear of Frogs is Real. *The Sacramento Bee*. Retrieved from <https://www.sacbee.com/entertainment/living/family/teen-talk/article134877844.html>
- Rosita, Y. (2008). *Pelaksanaan Konseling Behavioral dalam Mengatasi Phobia Kucing Seorang Klien di Rasamala 2 Menteng Dalam Tebet Jakarta Selatan*. Unpublished undergraduate thesis, UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta. Retrieved from <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/19431/1/YUNI%20ROSITA-FDK.pdf>
- Shukla, I. C. (n.d.). Fear of Birds. *PsycholoGenie*. Retrieved from <https://psychologenie.com/fear-of-birds>
- Soesanto, V. F. (2017). *Perancangan Buku Ilustrasi untuk Trauma Anak Usia 5-7 Tahun terhadap Anjing*. (TA No. 00023104/DKV/2017). Unpublished undergraduate thesis, Universitas Kristen Petra, Surabaya. Retrieved from <https://dewey.petra.ac.id/catalog/digital/detail?id=39314>
- Syaodih, E. (2004). *Bimbingan di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Dikti Depdiknas
- The Cure for your Fear of Mice. (2009, 12 November). *Esquire*. Retrieved from <https://www.esquire.com/news-politics/q-and-a/a6735/fear-of-mice-1209/>
- Watson, J. B., & Rayner, R. (1920). Conditioned Emotional Reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3(1), 1-14. Retrieved from <https://psychclassics.yorku.ca/Watson/emotion.htm>
- Weiten, W. (2013). *Psychology : Themes and Variations*. (9). Canada : Wadsworth Cengage Learning.
- WHO. (2004). *Prevention of Mental Health Disorders : Effective Intervention and Policy Options*. Geneva, Switzerland : Publications of the World Health Organization.
- Wiliyanto, F. (2013). *Perancangan buku interaktif pengenalan dan pelestarian satwa sugar glider di Indonesia bagi anak usia 7-12 tahun*. Fakultas Seni dan Desain. Universitas Kristen Petra. Retrieved from <https://dewey.petra.ac.id/catalog/digital/detail?id=28275>
- Witabora, J. (2012). Peran dan Perkembangan Ilustrasi. *Humaniora*, 3(2), 659-667. doi: 10.21512/humaniora.v3i2.3410