

JURNAL TUGAS AKHIR

**PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI
RAGAM FOBIA SPESIFIK**



PENCIPTAAN

Oleh:

AMELIA JUNITA HARTONO

NIM: 1612396024

**PROGRAM STUDI S-1 DESAIN KOMUNIKASI VISUAL
JURUSAN DESAIN FAKULTAS SENI RUPA
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA
2021**

Jurnal Tugas Akhir Perancangan:

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI RAGAM FOBIA SPESIFIK

diajukan oleh AMELIA JUNITA HARTONO, NIM 1612396024, Program Studi Desain Komunikasi Visual, Jurusan Desain, Fakultas Seni Rupa, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, telah disetujui Tim Pembina Tugas Akhir pada 13 Januari 2021.



Ketua Program Studi

Daru Tunggul Aji, S.S., M.A.

NIP 19870103 201504 1 002 / NIDN 0003018706

ABSTRAK

PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI

RAGAM FOBIA SPESIFIK

Amelia Junita Hartono
162396024

Fobia spesifik merupakan ketakutan yang berlebih pada suatu objek atau situasi spesifik. Masih banyak khalayak yang belum mengerti bedanya fobia dengan rasa takut biasa hingga seringkali melakukan hal *sebrono*. Kecemasan terhadap objek atau situasi yang remeh temeh dan terkesan sangat tidak masuk akal untuk ditakuti justru dianggap sebagai hal yang mengada-ada bagi sebagian orang. Perasaan takut pengidap fobia juga terbilang sulit dipahami secara awam maupun secara ilmiah apalagi oleh orang-orang non fobik. Itu sebabnya, pengidap sering dijadikan objek perundungan dan obyek permainan untuk memunculkan kesan humor dan bercanda oleh orang sekitar.

Perancangan buku ilustrasi ragam fobia ini hadir, karena adanya masyarakat yang kurang memahami kondisi kesehatan mental pengidap fobia terutama fobia spesifik. Perancangan buku ini mengumpulkan data lengkap pengidap fobia agar dapat memberikan informasi mengenai ragam fobia yang tidak umum atau remeh temeh bagi non-fobik. Perancangan buku ini juga memberikan gambaran tentang kondisi psikis pengidap ketika berhadapan dengan objek ketakutannya serta bagaimana respon masyarakat non fobik ketika mengetahui pengidap memiliki fobia unik tersebut. Melalui cerita pendek dan ilustrasi dari sudut pandang pengidap, diharapkan dapat menumbuhkan sikap empati dan toleransi pembaca di kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: *Buku Ilustrasi, Fobia Spesifik.*

ABSTRACT

ILLUSTRATION BOOK OF VARIOUS SPECIFIC PHOBIAS

*Amelia Junita Hartono
162396024*

Specific phobia is an excessive fear of a specific object or situation. There are still many people who do not understand the difference between phobia and ordinary fear, so they often do reckless things. Worry about an object or situation that is trivial and seems very unreasonable to be feared is actually an invented thing for some people. The fear of phobias people is also difficult to understand in scientifically and in general, especially for non-phobics. That is why sufferers are often used as bullying objects and mockery objects to make a sense of humor and jokes by people around them.

This illustration book of various phobias created because there are people who do not understand the mental health conditions of people with phobias, especially specific phobias. This book created by collects data of people with phobias in order to provide information about various phobias that are not common or trivial for non-phobics. This book also provides an overview of the sufferer's psychological condition when dealing with the object of their fears and how the non-phobic community responds when they find out that the person has that unique phobia. From short stories and illustrations from the sufferers perspective, it is expected that it can foster an attitude of empathy and tolerance for readers in everyday life.

Keywords: *Illustration Book, Specific Phobia.*

A. PENDAHULUAN

Rasa takut merupakan hal yang biasa dalam hidup. Rasa takut diperlukan dalam hidup bersosial, namun belum tentu bagi orang tertentu. Beberapa orang memiliki rasa takut dengan porsi yang berbeda-beda, dan diantaranya memiliki ketakutan yang berlebihan atau tidak wajar seperti halnya fobia. Demikian dengan penulis sebagai pengidap fobia spesifik. Fobia spesifik penulis adalah ketakutan yang berlebihan terhadap obyek yang secara umum merupakan benda biasa yaitu berupa karet gelang.

Gangguan fobia unik ini dapat menimpa seseorang di belahan dunia manapun dari beragam usia, gender, dan status sosial ekonomi tergantung dari kapan seseorang mendapati kejadian yang melibatkan objek atau situasi tertentu hingga mengalami syok berat. Ada juga seseorang mengidap fobia tanpa sebab atau tanpa melibatkan kejadian apapun yang membuatnya trauma. Fobia dapat sembuh dengan penanganan yang tepat bersama ahlinya psikologi, namun ada juga yang sembuh dengan sendirinya seiring bertambahnya usia, tergantung seberapa parah fobia yang diderita. Sayangnya data-data mengenai psikologi abnormal gangguan fobia di Indonesia terbilang cukup minim sebab masih jarang ditemukan penelitian yang membahas tentang gangguan tersebut. Sebuah hasil penelitian yang dilakukan oleh Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menggunakan *Self Reporting Questionnaire (SRQ)*, menunjukkan bahwa 11,6% penduduk di seluruh Indonesia mengalami gangguan mental emosional pada usia 15 tahun ke atas (Idaiani, Suhardi, & Kristanto, 2009). Jarangnya kasus fobia yang ditangani oleh ahli psikologi sebab stigma negatif masyarakat dimana menemui psikiater dianggap sebagai informasi bahwasanya pengunjung psikiater merupakan pesakitan kejiwaan dan gangguan mental atau secara awam masyarakat menganggap gila dan tidak waras.

Berbanding tebalik dengan negara kita, berbagai studi yang dilakukan di negara-negara lain menyebutkan kasus fobia merupakan salah satu gangguan psikologis yang paling umum seperti yang telah tercatat di salah satu penelitian Christian Nordqvist dalam *Medical News Today*. Lebih dari 50 juta warga Amerika Serikat dan 10 juta warga Inggris hidup dengan memiliki gangguan kecemasan tersebut. Dibandingkan dengan laki-laki, fobia spesifik didominasi perempuan, fenomena tersebut konsisten di seluruh dunia (Hermawan, 2014).

Reaksi yang muncul dari pengidap fobia ketika menjumpai objek atau situasi yang mereka takuti akan sangat beragam, bahkan hanya dengan mendengar, mencium, atau melihat dari jauh sumber kecemasannya mereka akan merasakan perubahan yang terjadi

pada tubuh hingga perubahan emosi. Fobia spesifik tidak dapat dianggap remeh, semakin kronis fobia yang dimilikinya maka akan sangat mengganggu pengidap dan orang di sekitar ketika beraktivitas sehari-hari. Kecemasan si pengidap tidak dapat dikontrol. Mereka akan bertindak tanpa batasan untuk dapat menghindari dari hal yang ditakutinya seperti reflek membanting barang, berteriak histeris, berlari-larian, atau sebagainya. Hal ini tentu sangat mengganggu kehidupan sosial dan ketenangan batinnya. Bahkan ada pengidap yang rela meninggalkan pekerjaan demi tidak bersinggungan dengan objek atau situasi fobianya.

Kasus fobia bukanlah hal untuk dijadikan candaan. Konsekuensi yang dihadapi si pengidap tidaklah sepele. Sayangnya, tidak semua orang memahami ilmu tentang gangguan psikologis abnormal seperti fobia spesifik yang dialami pengidap. Masih banyak khalayak yang belum mengerti bedanya fobia dengan rasa takut biasa, dan seringkali melakukan hal *sebrono*. Kecemasan terhadap objek atau situasi yang remeh temeh dan terkesan sangat tidak masuk akal untuk ditakuti justru dianggap sebagai hal yang mengada-ada bagi sebagian orang. Perasaan takut pengidap fobia juga terbilang sulit dipahami secara awam maupun secara ilmiah apalagi oleh orang-orang non fobik. Itu sebabnya, pengidap sering dijadikan objek perundungan dan obyek permainan untuk memunculkan kesan humor dan bercanda oleh orang sekitar.

Pemaparan informasi tentang fobia spesifik ini perlu dibagikan kepada khalayak luas agar dapat mengedukasi khalayak dengan cara mensimulasikan kondisi yang dialami pengidap fobia spesifik melalui ilustrasi. Pemaparan tersebut berupa ragam fobia spesifik, faktor penyebab, serta reaksi yang muncul ketika pengidap berhadapan langsung dengan fobianya yang dikemas dan diolah menjadi sebuah cerita pendek. Adanya pengetahuan ini diharapkan dapat menumbuhkan sikap toleransi dan hidup berdampingan dengan sesama serta menyadari bahwa masing-masing individu memiliki hal yang ditakuti sesuai kapasitasnya.

Melihat pentingnya persoalan fobia seperti yang dipaparkan di atas diperlukan media untuk edukasi kepada khalayak luas. Penulis menawarkan perancangan buku ilustrasi dengan memerhatikan unsur-unsur dan prinsip-prinsip seni rupa, agar masyarakat non fobik dapat memiliki informasi tentang orang-orang yang memiliki gangguan psikologi unik dan dapat merespon serta memperlakukan pengidap sesuai dengan kondisi fobia yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Buku ilustrasi dipilih sebagai media solutif atas permasalahan di atas karena buku merupakan salah satu media yang memiliki kapasitas dalam menampung banyak informasi panjang dan

kompleks, hal ini sangat penting terutama untuk tema faktual seperti gangguan mental dan fobia, selain itu karena tema yang diangkat sangat personal maka diperlukan media yang dekat dengan audiens seperti buku yang dapat diraba sebab memiliki tekstur dan aroma. Selain itu buku juga dapat dikoleksi dalam bentuk fisik sehingga buku ilustrasi cetak memiliki umur yang panjang. Jika dibandingkan dengan buku bertema fobia di pasar yang kebanyakan membahas tentang ragam fobia dan definisinya, buku ilustrasi ini memiliki kelebihan dalam mengolah informasi tentang fobia lebih dalam karena menyuguhkan cerita pendek berdasarkan kisah nyata pengidap, dengan adanya visual dalam buku, akan lebih memudahkan audiens untuk berimajinasi dan menangkap isi pesan yang ingin disampaikan. Cerita pendek dipilih karena memuat alur bacaan yang ringan sehingga pembaca tidak merasa terbebani oleh materi bahasan tentang Kesehatan mental, melalui cerita pendek diharapkan pembaca dapat berempati dengan penyandang fobia.

B. ISI/PEMBAHASAN

1. Tinjauan Teori

Deskripsi fobia adalah ketakutan dan penolakan terhadap objek atau situasi yang tidak mengandung bahaya yang sesungguhnya. Fobia berasal dari bahasa Yunani yaitu objek atau situasi yang ditakuti. Kriteria DSM-IV-TR (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 4th edition, Text Revision*) untuk Fobia yaitu :

- a) ketakutan yang berlebihan, tidak beralasan, dan menetap yang dipicu oleh objek atau situasi
 - b) keterpaparan dengan pemicu menyebabkan kecemasan intens
 - c) pengidap menyadari bahwa ketakutannya tidak realistis
 - d) objek atau situasi tersebut dihindari atau dihadapi dengan kecemasan intens.
- (Budisetyani dkk, 2016: 3)

Menurut Gunawan (2006) Fobia terbentuk dari dua proses. Pertama, sensitizing event. Yaitu suatu kejadian yang membuat seseorang menjadi sensitif. Kedua, Activating event. Yaitu peristiwa yang mengaktifkan. Memori yang mampu mengaktifkan inilah yang dapat menyebabkan kecemasan pada sebagian orang. Secara umum, fobia dapat terjadi disebabkan oleh beberapa faktor yang

mempengaruhinya. Diantaranya adalah: Faktor keturunan atau genetika, Faktor psikososial, Faktor trauma, Faktor jijik dan geli, Faktor lingkungan.

Terdapat tiga jenis fobia yang diklasifikasikan dalam sistem:

a) Fobia Spesifik

Fobia spesifik (*specific phobias*) adalah ketakutan yang berlebihan dan terus-menerus terhadap objek atau situasi spesifik, seperti ketakutan terhadap ketinggian, tempat tertutup atau ketakutan terhadap binatang. Fobia spesifik sering kali muncul pada masa kanak-kanak. Banyak anak yang mengembangkan ketakutan terhadap objek atau situasi spesifik, tetapi hal ini tidak bertahan lama. Meskipun demikian ada beberapa di antaranya terus berlanjut mengembangkan fobia kronis yang signifikan secara klinis (Merckelbach dkk, 1996) dalam (Nevid dkk, 2003:169).

b) Fobia Sosial

Fobia sosial atau disebut juga gangguan kecemasan sosial mempunyai ketakutan yang intens terhadap situasi sosial sehingga mereka mungkin sama sekali menghindarinya. Fobia sosial yang mendasar adalah ketakutan berlebihan terhadap evaluasi negatif dari orang lain. Orang-orang dengan fobia sosial takut untuk melakukan atau mengatakan sesuatu yang memalukan dan akan membuat dirinya merasa terhina. Fobia sosial tipikal bermula pada masa kanak-kanak atau remaja dengan riwayat rasa malu (USDHHS, 1999a) dalam buku *Psikologi Abnormal* oleh Jeffrey S. Nevid dkk.

c) Agorafobia

Kata agorafobia berasal dari bahasa Yunani yang berarti “takut kepada pasar”, yang sugestif untuk ketakutan berada di tempat-tempat terbuka dan ramai. Agorafobia melibatkan ketakutan disebuah tempat atau situasi yang memberi kesulitan dan membuat rasa malu seseorang. Orang-orang dengan agorafobia takut untuk pergi berbelanja di toko yang penuh sesak. Orang-orang dengan agorafobia yang tidak mempunyai gangguan riwayat panik dapat mengalami sedikit simtom panik, seperti pusing yang menghalangi mereka untuk melangkah keluar dari tempat di mana mereka merasa aman dan tidak terancam. (Nevid dkk, 2003: 171)

2. Tinjauan Tentang Ilustrasi

Ilustrasi merupakan representasi visual dari sebuah naskah, baik itu konsep cerita dalam bentuk gagasan ide ataupun naskah tercetak untuk keperluan tertentu.

Karya yang tercipta harus bercerita atau mengandung cerita sehingga mampu mengkomunikasikan pesan apa yang ingin di sampaikan ke audiens (Maharsi, 2016: 16-17).

Sedangkan menurut Fleishmen mengatakan ilustrasi adalah seni yang menyertai proses produksi pembuatan sebuah gambar, foto, atau diagram, bentuknya bisa berupa naskah tercetak, terucap atau dalam bentuk elektronik. Ilustrasi mampu menjelaskan maksud. Bentuknya dapat berupa foto atau gambar realis, dengan kata lain ilustrasi bisa menciptakan gaya, sebuah metamorfosis ataupun menerjemahkan suatu objek dari sisi yang bersifat emosional dan fisik (dalam Maharsi,2016:2-3).

3. Konsep Krearif

a) Tujuan Kreatif

Perancangan dibuatnya buku ilustrasi ini bertujuan untuk memudahkan khalayak sasaran (non fobik) dalam memahami sisi psikis/kejiwaan pengidap fobia dengan dibuat berbagai cerita pendek dari kasus yang ada secara menarik dan sebagai wadah informasi mengenai ragam fobia spesifik. Kisah yang dimuat menggunakan sudut pandang orang pertama maka pembaca diharapkan dapat lebih menjiwai juga dapat memposisikan dirinya seperti tokoh yang sedang mereka baca sehingga dapat menumbuhkan rasa empati audien. Buku akan dibuat seperti *diary* untuk memberikan kesan dekat sehingga menggiring pembaca seperti sedang membuka catatan-catatan pribadi.

b) Sasaran Pembaca

Sasaran Primer

1) Geografis

Perancangan buku ilustrasi ini target yang disasar yaitu perempuan maupun laki-laki dalam rentang usia 15-25 tahun.

2) Demografis

Khalayak sasaran dalam perancangan ini, secara geografis berada di negara Indonesia, dimana daerahnya merupakan kota besar maupun kecil dengan jangkauan distribusi buku yang relatif baik.

3) Psikografis

Masyarakat kelas sosial ekonomi menengah keatas sebagai khalayak sasaran perancangan ini, sebab tidak semua orang dapat membeli buku

dengan kisaran harga tertentu. perancangan juga menyasar orang-orang awam yang memiliki minat pada dunia psikologi terutama mereka yang memiliki keluarga atau teman penyandang fobia.

1) Behavioristik

Behavioristik yang dipilih untuk khalayak sasaran adalah mereka yang memiliki kegemaran membaca buku dan ilustrasi. Kebiasaan yang menjadikan buku sebagai media dalam memperoleh ilmu pengetahuan baru dan memiliki kesadaran bahwa kesehatan mental merupakan suatu hal yang pesangat penting serta memiliki empati terhadap penyandang fobia.

Sasaran sekunder

Sasaran sekunder dari buku ini adalah masyarakat penyandang Fobia, sehingga setidaknya mereka sadar bahwa gangguan ini dapat diidap oleh siapapun.

4. Konsep Media

Buku ini masuk dalam kategori antologi karena memuat kumpulan cerita pendek mini berilustrasi dari beberapa kasus fobia spesifik dikemas ulang menjadi cerita yang baru, namun buku ini diolah dari fenomena asli yang dituturkan oleh pengidap maupun psikolog yang menangani pengidap fobia. Cerita pendek mini dalam perancangan ini ada sepuluh sub bab diadaptasi dari kisah beberapa kasus pengidap fobia spesifik terutama ketakutan terhadap objek remeh temeh bagi non fobik. Menggambarkan kekhawatiran dan kejadian tidak menyenangkan yang dapat terjadi bahkan di lingkungan yang dirasa aman, atau bahkan dalam lingkup terdekat seperti keluarga dan menceritakan berbagai penyebab, serta reaksi yang ditunjukkan pengidap. Fobia tersebut adalah fobia raket nyamuk, selang air, telur, durian, kancing, tahu salak, gula Jawa, bambu, dan sendok besi.

Jika ditinjau dari isi atau cerita buku yang dirancang mendekati sebagai sebuah *diary*. Artinya, bentuk ini dipilih untuk mewakili subyek pengidap fobia. Media buku *diary* yang dicetak fisik dan dapat dipegang seperti sebuah kitab curahan hati terdalam yang tak mungkin pengidap ceritakan seperti disosial media akan membuat kesan buku ini menjadi sangat dekat dan personal. Buku *diary* dipilih sebab kesan rahasia yang ingin disampaikan, mengingat tidak semua penyandang fobia ingin kisahnya dibagikan ke khalayak luas dengan catatan nama yang harus

tetap disamarkan maka pemilihan buku *diary* dirasa dapat mewakili rahasia terdalam pengidap yang sebenarnya ingin mereka utarakan dengan lantang. Kesan rahasia ini dapat diwakilkan atau disimbolkan dengan pemilihan desain yang tidak seperti umumnya buku atau berbeda dari desain buku yang ada di pasar seperti pemilihan layout atau alur baca dari kanan ke kiri. Cara baca buku yang seperti ini merupakan kode tersembunyi yang harus dipecahkan *audiens* agar dapat membaca curahan hati penyandang fobia. Gaya visual yang akan digambarkan dalam buku ilustrasi adalah gaya ilustrasi surealis yaitu gaya gambar yang menitik beratkan kepada khayalan, tidak nyata, dan misteri, mengingat ketakutan pengidap sangat irasional bagi non fobik maka akan tepat jika menyuguhkan visual berdasarkan sudut pandang pengidap. Ilustrasi akan dibuat menjadi beberapa *frame* atau skuensial berupa transformasi dari bentuk asli benda yang ditakuti pengidap fobia menjadi sesuatu yang menakutkan atau menjijikkan menurut perspektif pengidap, ilustrasi akan dicetak dikertas kalkir untuk mendapat kesan tembus pandang. Buku dibuat dengan *hardcover*, sementara buku berukuran 14,8cm x 21cm atau A5.

Judul buku dari perancangan buku ilustrasi ragam fobia spesifik ini adalah “*NURAGA*”. Nuraga memiliki arti berbagi rasa. Kata tersebut menyimbolkan rasa peduli, diharapkan buku ini dapat membawa pembaca untuk dapat berempati pada posisi pengidap serta merasakan apa yang pengidap fobia rasakan.

Tone warna dalam buku Nuraga terdapat dua versi yang digunakan untuk penciptaan ilustrasi ini, yang pertama adalah warna yang tidak mengesankan suram. Pada tiap *frame* memiliki warna yang berbeda untuk mewakili keragaman cerita dari orang yang juga berbeda. Mengingat target *audiens* juga menysasar penyandang fobia maka ilustrasi dirancang seramah mungkin untuk menghindari kecemasan yang muncul ketika pengidap melihat gambar sumber ketakutannya maka warna yang dipilih tidak menggunakan tone warna gelap. Versi yang kedua, pada ilustrasi transformasi benda asli ke sosok monster akan dibuat menggunakan warna hitam putih hal ini untuk membangun kesan dramatis dan kesan mengerikan dari ketakutan benda-benda tersebut akan lebih terasa.

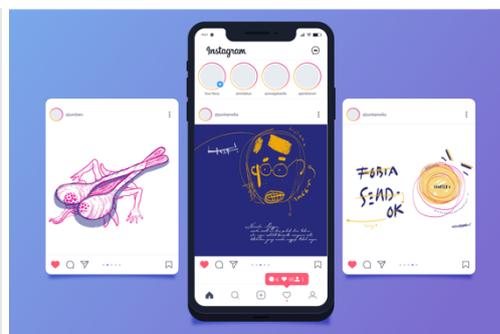
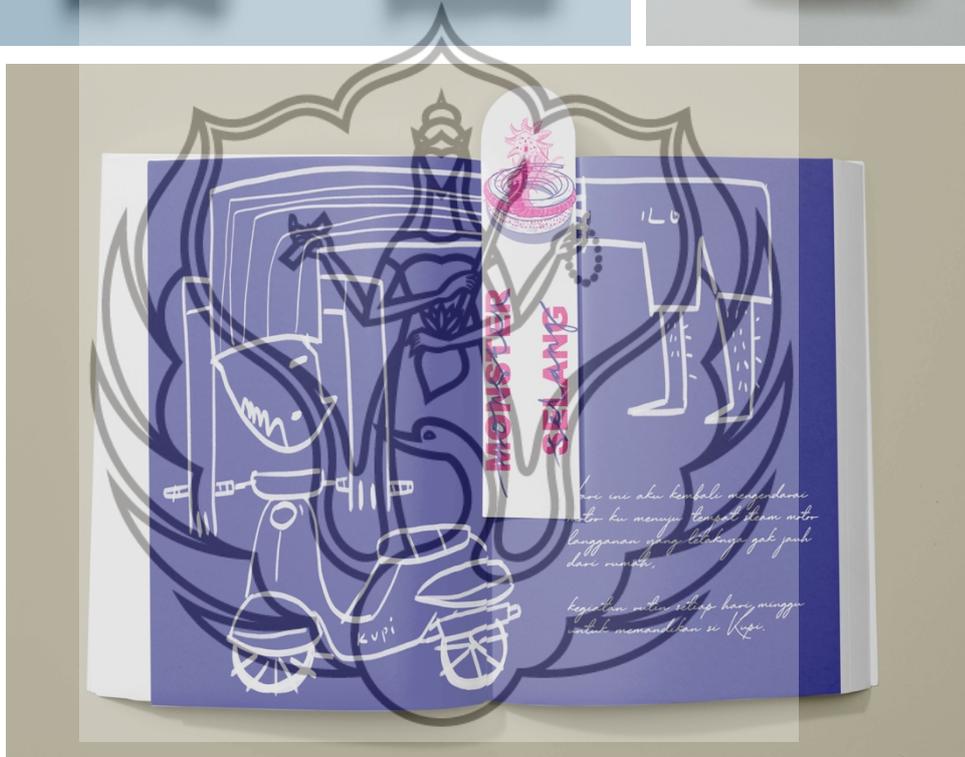
Media Utama

Media utama perancangan ini adalah buku fisik dengan judul “Nuraga”



Media Pendukung

Media pendukung perancangan ini yaitu kaos, , pembatas buku, kartu pos, *instagram*



C. KESIMPULAN

1. Kesimpulan

Perancangan buku ilustrasi ragam fobia spesifik ini hadir untuk menumbuhkan rasa empati khalayak non fobik kepada penyandang fobia dengan menyuguhkan beberapa contoh kasus fobia spesifik dari responden terhadap benda remeh temeh. Dengan menggabungkan unsur visual dan verbal yang dikemas menjadi sebuah buku cerita ilustrasi diharapkan informasi yang terkandung di dalamnya mudah diterima oleh khalayak luas.

Strategi yang digunakan untuk mencapai tujuan komunikasi yaitu dengan menghadirkan gaya komunikasi yang dekat dengan target audiens seperti penggunaan bahasa Indonesia, dengan sudut pandang orang pertama. Ilustrasi juga dibuat berdasarkan bentuk gambaran imajinasi irasional penyandang fobia sehingga pembaca dapat membayangkan imajinasi yang mewakili Si pengidap ketika menjumpai objek ketakutannya.

Adanya media edukasi tentang kesehatan mental memungkinkan akan semakin besar masyarakat bertoleransi dan peduli maupun menghargai penyandang fobia dalam melawan gangguan yang dimilikinya dalam kehidupan sehari-hari.

2. SARAN

Perancangan buku ilustrasi tentang kesehatan mental fobia spesifik, penulis membutuhkan pendalaman pengetahuan mengenai objek yang akan dirancang. Selama proses penelitian buku ini masih banyak yang perlu dilakukan seperti riset, observasi, dan analisis data, dikarenakan keterbatasan waktu. Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam pembuatan buku ilustrasi ragam fobia spesifik, oleh karena itu perancangan buku ini diharapkan dapat menjadi referensi munculnya buku-buku kesehatan mental terutama fobia spesifik dalam berbagai macam perspektif. Kalau bisa dibuat sedekat mungkin, dan tidak berkesan menghakimi atau memberi asumsi negatif yang tidak berdasar.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Budisetyani, I Gusti Ayu Putu Wulan, dkk. 2016. *Psikologi Abnormal*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Gunawan, A., W. 2006. *Hypnotherapy*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Maharsi, Indiria. 2016. *Ilustrasi*. Yogyakarta: Badan Penerbit ISI Yogyakarta.
- Nevid, Jeffry S., Rathus S. A., & Greene. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Jurnal

- Azmarina, Rani. 2015. Desensitisasi Sistematis Dengan Dzikir Tasbeeh Untuk Menurunkan Simtom Kecemasan Pada Gangguan Fobia Spesifik. *Journal. Humanitas* vol. 12 no. 2
- Idaiani, S., Suhardi, S., & Kristanto, A. Y. 2009. *Analisis Gejala Gangguan Mental Emosional Penduduk Indonesia*. *Journal Kedokteran Indonesia*
- Putra, Antonius, N., Lakoro, Rahmatsyam. 2012. *Perencanaan Buku Ilustrasi Musik Keroncong*. *Jurnal Teknik POMITS*, Vol. 1, No. 1

Webtografi

- Dewi Kania. 2015. *Gadis Ini Tewas Akibat Phobia Lihat Tinjanya Sendiri* file:///D:/psikologi%20phobia/Gadis%20Ini%20Tewas%20Akibat%20Phobia%20Lihat%20Tinjaanya%20Sendiri%20_%20Okezone%20Lifestyle.html. Diakses pada, 8 Juni 2020, pukul 22.05 WIB
- Kompasiana. 2015. *Ini Phobia, Bukan Untuk Lawakan!* <https://www.kompasiana.com/evysofia/5535af626ea834cb20da42e1/ini-phobia-bukan-bahan-untuklawakan>. Diakses pada 8 Juni 2020, pukul 22.30 WIB
- Cerita*. <http://kbbi.web.id/cerita>. Diakses pada 20 desember 2020, pukul 13.45 WIB
- Kemendikbud. 2019. *Melatih Empati Dengan Dongeng* <https://sahabatkeluarga.kemdikbud.go.id/laman/index.php?r=tpost/xview&id=249900627>. Diakses pada 20 Desember 2020, pukul 14.16 WIB