

# ALEKTOROFOBIA

‘Arynda Ramadhanty (1604140018)

’Didit Endriawan S.Sn, M.Sn (15810046) ‘Iqbal Prabawa Wiguna S.Sn., M.Sn (17840106-1)

Program Studi S1 Seni Rupa Murni, Fakultas Industri Kreatif, Universitas Telkom

e-mail: [aryndarama@gmail.com](mailto:aryndarama@gmail.com) ; [didit@telkomuniversity.ac.id](mailto:didit@telkomuniversity.ac.id) ; [iqbalpw@ymail.com](mailto:iqbalpw@ymail.com)

---

## ABSTRAK

Secara garis besar fobia merupakan bentuk ketakutan. Ketakutan (*fear*) adalah suatu emosi yang ditimbulkan dari sebuah ancaman. Ancaman tersebut menyebabkan perubahan pada otak yang secara otomatis membuat tubuh melakukan tindakan seperti kabur atau bersembunyi dari sumber ketakutan itu. Rasa takut adalah suatu mekanisme pertahanan hidup dasar yang terjadi sebagai respon terhadap suatu stimulus tertentu, seperti rasa sakit atau ancaman bahaya. Beberapa ahli psikologi telah menyebutkan bahwa takut adalah salah satu dari emosi dasar selain kebahagiaan, kesedihan dan kemarahan. Ketakutan merupakan emosi yang sukar dihindari, selalu ada di dalam bawah sadar walaupun kita tidak sedang merasakannya.

**Kata kunci:** *takut, phobia, ancaman, psikologi*

---

## ABSTRACT

Broadly speaking phobia is a form of fear. Fear is an emotion generated from a threat. The threat causes changes in the brain that automatically make the body perform actions such as blur or hide from the source of the fear. Fear is a basic survival mechanism that occurs in response to a particular stimulus, such as pain or danger. Some psychologists have pointed out that fear is one of the basic emotions besides happiness, sadness and anger. Fear is an emotion that is hard to avoid, always in the subconscious even though we are not feeling it.

**Keyword:** *fear, phobia, menace, psychology*

## 1. Pendahuluan

Setiap individu pasti pernah mengalami kejadian yang tidak menyenangkan, sesuatu yang tidak disukai, hal yang mengganggu atau memiliki ketakutan terhadap sesuatu hal seperti benda, hewan, binatang, keadaan dan lain sebagainya. Hal itu tentu saja akan sangat mengganggu individu yang mengalaminya, dan jika sudah memiliki rasa takut yang berlebihan disebut dengan fobia.

Istilah fobia biasanya berarti bahwa individu mengalami distress yang parah dan kendala sosial atau pekerjaan karena kecemasan. Kata fobia diambil dari nama dewa Yunani Phobos, yang takut kepada musuh-musuhnya.

Secara garis besar fobia merupakan bentuk ketakutan. Ketakutan (*fear*) adalah suatu emosi yang ditimbulkan dari sebuah ancaman. Ancaman tersebut menyebabkan perubahan pada otak yang secara otomatis membuat tubuh melakukan tindakan seperti kabur atau bersembunyi dari sumber ketakutan itu. Rasa takut adalah suatu mekanisme pertahanan hidup dasar yang terjadi sebagai respon terhadap suatu stimulus tertentu, seperti rasa sakit atau ancaman bahaya. Beberapa ahli psikologi telah menyebutkan bahwa takut adalah salah satu dari emosi dasar selain kebahagiaan, kesedihan dan kemarahan. Ketakutan merupakan emosi yang sukar dihindari, selalu ada di dalam bawah sadar walaupun kita tidak sedang merasakannya.

Fobia sendiri terdapat dua jenis yaitu fobia spesifik dan fobia sosial. Secara umum fobia spesifik menurut Nevid, Rathus & Greene adalah ketakutan yang berlebihan dan menetap terhadap objek atau situasi spesifik, dengan beberapa klasifikasi misalnya tipe hewan/binatang (*animal type*), tipe lingkungan alam (*natural environment type*), tipe darah, suntikan atau tusukan (*blood injection-injury type*), tipe situasional (*situational type*) dan sebagainya. Sedangkan fobia sosial, adalah rasa ketakutan ekstrem dalam situasi sosial atau yang melibatkan performa tertentu terutama situasi yang sama sekali asing atau di mana individu merasa akan diawasi atau dievaluasi oleh orang lain.

Fobia yang dialami penulis termasuk fobia spesifik dalam klasifikasi tipe hewan/binatang (*animal type*) yaitu takut terhadap ayam atau dengan nama lain *alektorofobia*.

Namun disisi lain ada keadaan dimana ketika individu sedang mengalami atau menghadapi rasa takutnya, lingkungan disekitarnya justru memberi kesan dan dampak yang membuat individu merasa tidak dimengerti bahwa dirinya sedang dalam keadaan yang benar-benar takut dan bahkan membuat individu akan semakin takut. Misalnya, seperti yang sudah

dialami penulis pada saat menghadapi ayam yang sangat penulis takuti, teman-teman penulis melakukan tindakan yang menurut penulis membuat penulis merasakan hal demikian dan penulis berfikir bahwa disaat keadaan tersebut terjadi itu bukanlah sesuatu keadaan yang dapat dijadikan sebagai bahan candaan, ditertawakan bahkan menjadi salah satu hal yang paling sering didapatkan ketika penulis sedang mengalami ketakutan bahkan tak jarang penulis ditakuti secara sengaja dengan menggunakan ayam sebagai hal yang paling penulis takuti.

Selama kurang lebih sudah lima belas tahun, sejak penulis umur tujuh tahun mengalami kejadian yang sangat tidak baik dengan ayam berawal dari dipatuk ayam, bahkan pada saat penulis sedang beraktivitas pun pernah dikejar oleh ayam sehingga membuat penulis merasa trauma karena kejadian demi kejadian yang bersangkutan dengan ayam selalu membuat penulis merasa sangat takut. Dari ketakutan yang dialami pada saat kejadian-kejadian tersebut penulis selalu melakukan perlawanan yang terkadang diluar kendali yang pernah berakhir mencelakai diri penulis sendiri. Maka sampai pada titik dimana penulis menganggap ayam sebagai hal yang akan membahayakan penulis.

Maka dari itu menurut penulis ketakutan yang dirasakan oleh setiap individu dapat memengaruhi psikologis individu tersebut dan bahkan memiliki pandangan tersendiri terhadap hal yang ditakutinya. Terlebih lagi dalam hal ini berfokus terhadap pengalaman yang telah penulis alami.

Dengan ini penulis ingin menyampaikan maksud bahwa setiap individu yang memiliki rasa takut dan disaat rasa takut tersebut sedang dirasakan, individu ini hanya ingin individu yang lainnya tidak melakukan hal yang membuat rasa takut itu akan semakin bertambah dan mulai memahami keadaan psikologi individu tersebut karena ketika hal itu berbalik terhadap individu lain pasti akan merasakan hal yang sama.

## **2. Metode Penciptaan**

Metode yang digunakan dalam penciptaan karya yaitu dengan melakukan eksperimen melalui karya seni. Serta melakukan observasi untuk mengumpulkan data juga metode literatur untuk membedah dan mengkaji masalah.

### **3. Pembahasan Hasil Analisa Penciptaan**

Hasil analisa yang disajikan dalam bagian ini bertujuan untuk menjawab atas ide dan gagasan yang diajukan dalam penciptaan karya.

#### **3.1 Gagasan Penciptaan**

Terbentuk dari kenangan lama takut terhadap ayam yang menjadi sebuah masalah bagi penulis. Sehingga muncul pula sebuah gagasan ide yang memanggil kembali kenangan tersebut, menata perasaan takut dengan membentuk sebuah karya instalasi dengan ruang sebagai perwakilan dari tempat dimana kenangan itu pertama kali terjadi juga kepala ayam yang sudah jelas mewakili bagian yang sangat ditakuti oleh penulis.

#### **3.2 Kajian Teori**

##### **a. Teori Psikoanalisis**

Psikoanalisis adalah sebuah metode di mana psikolog terlatih atau psikoterapis mencoba untuk mencari akar penyebab dari tindakan atau perilaku pasien saat ini. Biasanya dilakukan melalui sejumlah pertemuan di mana pasien memanggil kembali kenangan-kenangan tertentu dalam peristiwa kehidupannya. Sebuah proses yang dikenal sebagai asosiasi bebas (*free association*). Praktisi psikoanalisis berharap dapat menggunakan informasi tersebut bersama serangkaian observasi lainnya untuk memformulasikan penanganan tertentu bagi penderita gangguan mental atau neurosis atau ketakutan yang irasional.

##### **b. Teori Surealis**

Surealisme adalah suatu aliran seni yang menunjukkan kebebasan kreativitas sampai melampaui batas logika. Surealisme juga dapat didefinisikan sebagai gerakan budaya yang mempunyai unsur kejutan sebagai ungkapan gerakan filosofis. Surealisme merupakan suatu karya seni yang menggambarkan suatu ketidaklaziman, oleh karena itu surealisme dikatakan sebagai seni yang melampaui pikiran atau logika. Karya seni surealisme ini hanya dapat ditafsirkan.

### c. Seni Intalasi

Seni instalasi (*installation* = pemasangan) adalah seni yang memasang, menyatukan, dan mengkontruksi sejumlah benda yang dianggap bisa merujuk pada suatu konteks kesadaran makna tertentu. Biasanya makna dalam persoalan-persoalan sosial-politik dan hal lain yang bersifat kontemporer diangkat dalam konsep seni instalasi ini.

Berdasarkan konteks visual seni instalasi adalah perupaan dengan wujud tiga dimensi dengan perhitungan elemen seperti waktu, cahaya, suara, ruang, gerak dan interaksi atau spektator atau pengunjung pameran sebagai konsep akhir dari oleh rupa.

Dapat dikatakan pula bahwa karya seni ini tampil secara bebas tidak menghiraukan pengelompokan cabang- cabang seni rupa ( seni lukis, seni patung, seni grafis, dan lain-lain).

Perkembangan seni instalasi dimulai pada tahun 1970 dan seniman memulai karirnya pada tahun 1980 sebagai pelukis. Sedangkan seni instalasi untuk lebih dekat dengan rakyat serta dapat mengenali problem mereka.

### d. Teori Fobia

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Fobia adalah rasa ketakutan yang sangat berlebihan terhadap benda atau keadaan tertentu yang dapat menghambat kehidupan penderitanya.

Istilah fobia biasanya berarti bahwa seseorang mengalami distress yang parah dan hendaya sosial atau pekerjaan karena kecemasan tersebut. Kata fobia diambil dari nama dewa Yunani Phobos, yang takut kepada musuh-musuhnya. Ada dua jenis tipe fobia yaitu: fobia spesifik dan fobia sosial.

Secara umum fobia spesifik menurut Nevid, Rathus & Greene adalah ketakutan yang berlebihan dan menetap terhadap objek atau situasi spesifik, dengan beberapa klasifikasi misalnya tipe hewan/binatang (*animal type*), tipe lingkungan alam (*natural environtmen type*), tipe darah, suntikan atau tusukan (*blood-injection-injury type*), tipe situasional (*situational type*) dan sebagainya.

Fobia sosial, adalah rasa ketakutan ekstrem dalam situasi sosial atau yang melibatkan performa tertentu terutama situasi yang sama sekali asing atau di mana individu merasa akan diawasi atau dievaluasi oleh orang lain.

e. Alektorofobia

Alektorofobia adalah ketakutan yang secara berlebih terhadap ayam. Kadang-kadang ketakutan itu dapat menjadi begitu luar biasa untuk benar-benar menghambat kemampuan seseorang untuk beraktifitas setiap hari. Alektorofobia dapat menjadi suatu kondisi yang melemahkan yang mengganggu kehidupan pribadi seseorang, kehidupan sosial mereka dan tanggung jawab pekerjaan.

Seperti dengan semua fobia, orang alektorofobia telah memiliki pengalaman sangat menakutkan pada suatu waktu dalam hidup mereka. Bahwa pengalaman traumatis yang kemudian secara otomatis dan konsisten yang terkait dengan ayam. Mungkin, sebagai seseorang yang menghadapi alektorofobia adalah mematu atau mengepakan oleh ayam dan menjadi sangat takut. Adapun gejala dari alektorofobia individual dan akan berbeda dari orang ke orang.

Beberapa orang, ketika dihadapkan dengan ketakutan terhadap ayam, mungkin mulai berkeringat, merasa sedikit tidak nyaman atau menjadi mual. Pada ujung spektrum, orang lain begitu terancam oleh fobia, bahwa mereka mungkin mengalami kecemasan melumpuhkan dan/atau serangan panik. Gejala lain dari alektorofobia mungkin termasuk mulut kering, jantung palpitasi, mati rasa, meningkat senses, sesak nafas, kepeningan, ketegangan otot, hyperventilation, gemeteran, merasa tak terkendali, merasa terjebak dan tidak bebas.

#### **4. Proses Penciptaan**

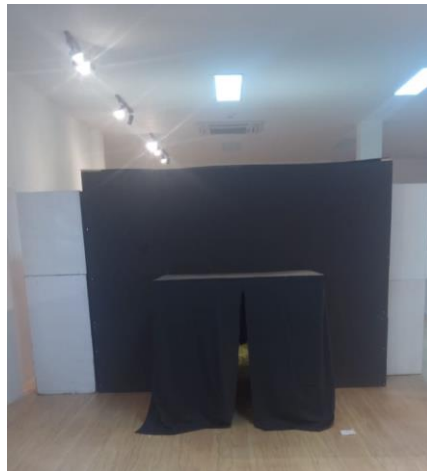
Pada bagian ini penulis menjelaskan pemilihan objek dan visual yang ada di dalam keseluruhan karya. Pemilihan objek yang dipilih penulis dirasa dapat mewakili gagasan yang ingin disampaikan oleh penulis.

Dalam karya tugas akhir ini penulis menggunakan media instalasi. Medium tersebut dipilih karena dapat mewakili gagasan yang ingin disampaikan oleh penulis. Dalam setiap elemen yang dihadirkan tentu saja memiliki ikatan gagasan yang sama.

Menghadirkan figur kepala ayam masing-masing juga memiliki makna menakutkan bagi penulis, begitupun dengan instalasi ruang sebagai pemaknaan tempat dimana ayam berada juga tempat pertama kali penulis mengalami trauma, disertai dengan suara menurut penulis mampu menyampaikan detail dari karya ini.

Bentuk-bentuk ini adalah ungkapan dari besarnya perasaan takut yang dirasakan oleh penulis selama ini terhadap ayam. Selalu beranggapan bahwa ayam seperti seekor binatang buas, makhluk yang menyeramkan dan bahkan dapat mengancam kehidupan penulis.

### 5. Visual Karya



Gambar 5.1 instalasi karya alektorofobia



Gambar 5.2 instalasi karya alektorofobia



Gambar 5.3 patung ayam 1



Gambar 5.4 patung ayam 2



Gambar 5.5 patung ayam 3



Gambar 5.6 patung ayam 4



Gambar 5.7 patung ayam 5



Gambar 5.8 patung ayam 6

(sumber semua gambar: dokumentasi pribadi, 2018)

## 6. Kesimpulan

Dalam karya ini penulis dapat mengambil kesimpulan bahawa setiap orang memiliki psikologis yang berbeda-beda khususnya perasaan takut. Pada dasarnya perasaan takut memang sudah ada dalam diri manusia, namun memiliki kadar yang berbeda-beda. Perasaan trauma yang di alami pada masa lalu dapat memengaruhi psikologis seseorang yang berujung pada nilai kehidupan manusia tersebut. Ada yang memilih untuk melawan dan ada juga yang tetap pada perasaan takutnya, bersembunyi dan menghindari. Dan dari segala proses yang telah penulis tempuh dari karya ini adalah telah membantu penulis mengurangi kadar perasaan takut terhadap ayam.



## DAFTAR PUSTAKA

### **Buku:**

Bambang, Sugiharto. *Untuk Apa Seni?*

Drs. Sumadi, Suryabrata, B.A., M.A Ed., S., Ph.d. (1982) : *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta. PT Rajagrafindo Persada

*From Margin To Center*.1988. *The Space of Installation Art*

Irma, Damajanti M.Sn, (2006) : *Psikologi Seni*. Bandung: Kiblat

### **Referensi dari Laporan Penulisan lain:**

Charissa, Adria Rizanti, (2017) : *Tubuh-Tubuh Berdosa; Paradoks dalam Persepsi Tubuh Perempuan Era Kontemporer*. Bandung

### **Sumber Lain (Internet) :**

- <http://riyadhadi.blogspot.com/2014/03/psikologi-seni.html>  
( diunduh pada 5 Maret 2018 )
- <http://syidiksulis2.blogspot.co.id/2014/02/aliran-seni-realisme.html> (diunduh pada 5 Maret 2018 )