

Nama : Vibry Carira Budhinar

NPM : 190420140049

Judul Tesis : Intervensi *Taijin Kyofusho* Menggunakan Pendekatan Implisit: Pengembangan Intervensi *Re-Training Approach-Avoidance Task* (AAT) untuk Mengurangi Bias Atensi pada Remaja Awal dengan *Taijin Kyofusho*

Program Studi : Magister Psikologi Profesi

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “ Intervensi *Taijin Kyofusho* (TKS) menggunakan Pendekatan Implisit : Pengembangan Intervensi *Re – Training Approach Avoidance Task* (AAT) untuk Mengurangi Bias Atensi pada Remaja Awal dengan *Taijin Kyofusho* (TKS)”. Kecemasan sosial merupakan salah satu bentuk masalah kesehatan masalah yang sering terjadi pada anak dan remaja. Kecemasan sosial didefinisikan sebagai pengalaman kognisi dan perasaan yang muncul karena adanya persepsi bahwa diri individu dievaluasi negatif oleh lingkungannya yang mencakup ketergugahan fisiologis yang tidak menyenangkan dan takut akan bahaya psikologis (Learly & Kowalksy dalam Hoffman, 2010). Dalam setiap budaya terdapat konstruk yang berbeda untuk menggambarkan pengalaman kecemasan dalam situasi sosial. Istilah *Taijin Kyofusho* (TKS) merupakan gambaran konstruk kecemasan yang ada pada negara Timur. Umumnya gejala TKS terjadi pada masa remaja. Hal ini dikarenakan pada periode ini remaja sudah mampu mengembangkan keterampilan sosial kognitif yang memungkinkan mereka membandingkan dirinya dengan orang lain dan mengamati serta menginterpretasikan situasi dari perspektif orang lain. Remaja dengan TKS akan mengalami perasaan takut yang membuat orang lain merasa tidak nyaman atau tersinggung saat mereka mengeluarkan informasi atau perasaan tertentu. Remaja dengan TKS akan mengalami bias atensi. Mereka cenderung mengalokasikan atensinya untuk melakukan evaluasi agar dapat mendeteksi kekurangan pada diri mereka yang dapat membuat orang lain tidak nyaman saat berinteraksi di lingkungan sosial (Beck & Emery, 1985). Akibatnya remaja awal dengan TKS melakukan penghindaran sosial dan semakin membuat mereka berada lingkaran kecemasan.

Proses bias atensi yang dialami oleh remaja awal dengan TKS ini dapat dimanipulasi dengan cara membentuk asosiasi baru melalui *re-training* individu untuk mendekati objek yang menjadi pemicu kecemasan di situasi sosial. Remaja awal diberikan intervensi implisit menggunakan *re-training Approach Avoidance Task* (AAT) sebagai upaya membuat alternatif pada proses kognisi yang berasosiasi implisit pada remaja awal yang mengalami TKS tinggi. Intervensi ini diberikan kepada remaja awal berusia 12 – 14 tahun yang mengalami TKS tinggi berdasarkan skor kuisioner *Taijin Kyofusho Scale*. Intervensi dilakukan dengan menggunakan program *software* AAT yang dirancang menggunakan stimulus ekspresi emosi yang telah di validasi. Para partisipan ini dilatih untuk mendekati (*approach*) pada stimuli ekspresi emosi marah (*angry*). Studi ini dilaksanakan dengan metode eksperimental yaitu *Pretest – Posttest Control Group Design*. Hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kontrol dianalisa dengan menggunakan uji *t-paired sample* untuk mengetahui pengaruh pemberian intervensi implisit melalui AAT terhadap tingkat penurunan bias atensi. Hasil pre test dan post test AAT *Approach Avoidance Tendency Angry* menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen terdapat perbedaan signifikan antara nilai *pre test* dan *post test* (Sig = 0,000 < = 0,05, Ho ditolak). Artinya intervensi implisit melalui *re-training* AAT berpengaruh terhadap berkurangnya bias atensi sehingga tingkat kecemasan sosial pada remaja awal dengan TKS mengalami penurunan.

Kata Kunci : *Taijin Kyofusho*, Bias Atensi, Intervensi Implisit, *Re-Training Approach Avoidance Task* (AAT), Remaja Awal

Nama : Vibry Carira Budhinar

NPM : 190420140049

Judul Tesis : Intervensi *Taijin Kyofusho* Menggunakan Pendekatan Implisit: Pengembangan Intervensi *Re-Training Approach-Avoidance Task* (AAT) untuk Mengurangi Bias Atensi pada Remaja Awal dengan *Taijin Kyofusho*

Program Studi : Magister Psikologi Profesi

ABSTRACT

This title of this research is “Intervention of Taijin Kyofusho (TKS) Using Implicit Method : Development Intervention Re – Training Approach Avoidance Task (AAT) to Reduce Attentional Bias in Early Adolescent with Taijin Kyofusho (TKS)”. Social anxiety is one form of health problems common in children and adolescent. Social anxiety defined as cognition and feelings experience that arise due to the perception that the individual is evaluated negatively by the environment that includes unpleasant physiological arousal and fear of psychological harm (Learly & Kowalksy in Hoffman, 2010). In every culture there are different construct to describe the experience of anxiety in social situations. The term of Taijin Kyofusho (TKS) represent of the anxiety construct in the Eastern Nations. TKS symptoms generally occurs in adolescence. This is because at this period of adolescent has been able to develop cognitive social skills that enable to compare themselves with others, observe and interpret the situation from the perspective the others. Adolescent who have TKS will experience of fear which makes the other feel uncomfortable or offended when they get information or some feeling. Adolescence with TKS experienced attentional bias. They tend to allocate attention to evaluate in order to detect lack in them that can make other people uncomfortable when interacting in social setting (Beck & Emery, 1985). Consequently, early adolescent with TKS evasion social and be in the circle of anxiety.

The process of attentional bias experienced by early adolescents with TKS can be manipulated in a way to form a new association through re-training individuals to approach the object triggers anxiety in social situation. Adolescent are given implicit intervention using re – training Approach Avoidance Task (AAT) as the alternative development efforts in the process of cognition in early adolescents who experience high TKS. This intervention is given to early adolescents aged 12 – 14 years who had high scores based TKS Scale. The intervention is done by using the AAT program designed using the stimulus expression of emotions that have been validated. The participants were trained to approach to stimuli of emotional expressions angry. The study was conducted with an experimental method that is Pretest – Post test Control Group Design. The results of pre test and pos test in the experimental and control groups conducted testing using paired sample t-test to determine the effect of implicit intervention through the AAT to the reduced rate of attentional bias. The results of pre-test and post test AAT Approach Tendency Angry showed that the experimental group there were significant differences between the pretest and post test ($Sig = 0,000 < = 0,05$, H_0 is rejected). That is implicit intervention through Re-Training AAT reduced effect on attentional bias so that the level of social anxiety in early adolescent with TKS has decreased.

Nama : Vibry Carira Budhinar

NPM : 190420140049

Judul Tesis : Intervensi *Taijin Kyofusho* Menggunakan Pendekatan Implisit: Pengembangan Intervensi *Re-Training Approach-Avoidance Task* (AAT) untuk Mengurangi Bias Atensi pada Remaja Awal dengan *Taijin Kyofusho*

Program Studi : Magister Psikologi Profesi

Keywords : *Taijin Kyofusho, Attentional Bias, Implicit Intervention, Re-Training Approach Avoidance Task (AAT), Early Adolescence*