

# **PHOBIA SPESIFIK TOKOH UTAMA DALAM NOVEL *WHITE WEDDING* KARYA ZIGGY ZEZYAZEVIENNAZABRIZKIE PHOBIA SPECIFIC STORIES IN NOVEL *WHITE WEDDING* BY ZIGGYZEZYAZEVIENNAZABRIZKIE**

**Meita Setianing Mulyadi**

*Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Malang  
Meitasm17@gmail.com*

**Abstrak,** Penelitian ini menyajikan kajian phobia spesifik dalam novel *White Wedding* karya Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie. Adapun tujuan penelitian untuk (1) mendeskripsikan phobia spesifik yang di alami tokoh utama dalam novel *White Wedding* karya Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie, dan (2) faktor-faktor penyebab phobia spesifik yang dialami tokoh utama dalam novel *White Wedding* karya Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie. Psikologi sastra dipilih sebagai pendekatan dalam penelitian, karenadalam karya sastra tidak bisa lepas dari kondisi psikologi yang di alami oleh tokohnya. Metode yang digunakan berupa deskriptif analisis untuk mendeskripsikan psikologis tokoh utama dalam novel. Data penelitian berupa sekuen cerita, kutipan satuancerita berwujud kutipan langsung, dialog, dan monolog tentang phobia spesifik yang dialami tokoh utama, yang diperoleh peneliti dari novel *White Wedding* karya Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie. Hasilpenelitian menunjukkan (1) bentuk-bentuk phobia spesifik dalam novel *White Wedding* karya Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie berupa ketidaksukaannya terhadap warna putih, dan (2) faktor-faktor penyebab phobia spesifik dalam novel *WhiteWedding* karya Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie yaitu pengalaman negatif pada saat kelahiran tokoh utama dan pikiran-pikiran negatif yang selalu menjatuhkan kepercayaannya terhadap warna putih.

**Kata-kata kunci:** phobia, phobia spesifik

*Abstract, This study presents a specific phobia study in the novel *White Wedding* by Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie. The purpose of the study is to (1) describe the specific phobia experienced by the main character in the *White Wedding* novel by Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie, and (2) the specific phobia factors experienced by the main character in the *White Wedding* novel by Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie. Literary psychology is chosen as an approach in research, because in literature it cannot be separated from the psychological conditions experienced by the character. The method used is descriptive analysis to describe the psychological main character in the novel. The source of research data comes from the *White Wedding* novel by Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie. The research data is in the form of sequences of stories, story unit quotes in the form of direct quotations, dialogues, and monologues about specific phobias experienced by the main character, which were obtained by researchers from the *White Wedding* novel by Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie. The results showed (1) specific phobia forms in Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie's *White Wedding* novel in the form of dislike of white, and (2) specific phobia factors in Ziggy Zezyazeoviennazabrizkie's *WhiteWedding* novel, negative experiences at the birth of the main character and mind- negative thoughts that always drop their trust in white.*

**Key words:** *phobias, specific phobias*

## **PENDAHULUAN**

Sastra merupakan sebuah media yang dijadikan seseorang sebagai salah satu cara untuk menuangkan ide atau gagasannya. Dalam menciptakan sebuah karya, pengarang melibatkan latar belakang kehidupan masyarakat, serta hasil pemikiran pengarang. Nilai-nilai yang terdapat dalam karya sastra merupakan hasil yang dituangkan dari pemikiran pengarang melalui proses

kreatifnya. Genre dalam karya sastra lahir dari kehidupan masyarakat itu sendiri. Oleh karena itu, kejadian-kejadian yang tertuang dalam karya sastra diangkat dari fenomena- fenomena yang terjadi di kehidupan yang dialami oleh masyarakat.

Novel yang merupakan salah satu genre sastra mampu menghadirkan rangkaian kehidupan yang dialami masyarakat sesuai dengan kondisi lingkungannya. Novel adalah karya sastra yang memiliki fungsinya sebagai tempat untuk menuangkan ide bagi pengarangnya. Sebagai salah satu bentuk karya sastra, novel digunakan sebagai alat untuk mencatat fenomena-fenomena yang ada dalam masyarakat pengarangnya. Misalnya saja persoalan psikologis, sosial, budaya, dan lain sebagainya. Hal tersebut dikarenakan cerita yang diangkat oleh pengarang tidak luput dari kejadian- kejadian nyata dalam masyarakat yang kemudian juga dipadukan oleh ekspresi dari pengarang dalam penyampaian ceritanya.

Sastra dan lingkungan masyarakat merupakan hal yang berbeda. Namun di seseorang yang mengalami gejala ini akan berusaha mencari orang lain untuk membantunya. Antara keduanya memiliki peran yang dapat menyempurnakan antara satu sama lain dalam menciptakan suatu karya sastra. Lingkungan masyarakat membutuhkan sastra untuk membantu dalam memecahkan sebuah permasalahan. Misalnya persoalan psikologi yang dialami masyarakat.

Setiap wilayah pasti memiliki kondisi psikologis masyarakatnya yang cenderung berbeda. Misalnya diperkotaan, biasanya kondisi psikologis orang kota lebih sensitif karena tuntutan kerja atau beban pekerjaan yang terlalu berlebihan yang membuatnya harus ekstra dalam bekerja. Bahkan hal ini dapat menimbulkan stress dan kecemasan jika tidak mampu menyelesaikan pekerjaannya dengan baik.

Kecemasan merupakan keadaan yang sangat menyakitkan yang tidak dapat kita toleransi untuk waktu yang lama (Cervone dan Pervine, 2011:110). Kecemasan adalah keadaan yang dialami seseorang seperti gugup atau gelisah, rasa takut, dan kekhawatiran yang berlebih. Keadaan tersebut biasanya terjadi ketika tubuh mengalami stress. Penderita yang mengalami hal tersebut akan lebih berhati- hati terutama pada lingkungan sekitarnya karena dianggap mengganggu kegiatan sehari-harinya.

Freud dalam (Cernone dan Pervine, 2011:110) memberikan pernyataannya terkait masalah kecemasan yang bisa datang setiap saat pada diri kita. Kecemasan akan datang apabila memiliki beban pikiran yang terlalu berat dan hal ini tidak bisa ditangani sendiri oleh penderita. Biasanya

Selain itu, Freud dalam (Andri dan Dewi, 2007:235) membagi kecemasan menjadi tiga, yaitu kecemasan realitas, kecemasan neurosis, dan kecemasan moral. Dari ketiga kecemasan itu, Freud kembali membagi kecemasan neurosis menjadi tiga bagian lagi, yaitu kecemasan yang di dapat karena adanya faktor dalam dan luar yang menakutkan, kecemasan yang terkait dengan objek tertentu yang bermanifestasi seperti phobia, dan kecemasan yang tidak berhubungan dengan faktor-faktor berbahaya dari dalam dan luar.

Phobia berasal dari bahasa Yunani, yaitu kata “Phobos” yang berarti takut (*fear*) serta teror. (Fathiah, 2010:10). Akan tetapi selain itu, phobia merupakan suatu gejala yang dialami oleh seseorang dan menyebabkan rasa takut atau cemas secara berlebihan. Biasanya gejala ini melebihi dari sebuah ancaman. Phobia dan kecemasan neurosis memiliki kesamaan yaitu dapat situasi yang dapat mengancam hidup seseorang.

Kehadiran phobia dalam masyarakat merupakan hal yang wajar. Hal ini dikarenakan, setiap orang mungkin mengalami hal ini. Hanya saja setiap apa yang dirasakan itu berbeda-beda. Phobia dibagi lagi menjadi dua, yaitu phobia sosial dan phobia spesifik. Phobia sosial merupakan rasa takut seseorang terhadap lingkungan sekitar, sedangkan phobia spesifik adalah ketakutan terhadap hal-hal yang bersifat lebih spesifik.

Phobia spesifik hadir pada diri seseorang dikarenakan adanya salah satu traumatisme yang pernah dialaminya atau dapat muncul secara alami. Keadaan seperti ini sangat sulit untuk

dikondisikan. Hal ini dikarenakan penderita akan lebih hati-hati terhadap lingkungan sekitarnya, dan lebih sensitif terhadap objek-objek tertentu.

Ziggy Zezsyzaeoviennazabrizkie mampu menggambarkan phobia spesifik. Meskipun dalam kenyataannya, menggambarkan tentang kondisi psikologis tokoh tidaklah mudah karena diperlukan pengetahuan yang cukup, tetapi Ziggy Zezsyzaeoviennazabrizkie mampu menyajikannya dengan baik dalam menciptakan karya sastranya. Phobia merupakan gejala yang jarang dialami oleh seseorang, namun gejala ini juga dipandang karena mampu menyebabkan gangguan fisik dan psikisnya terganggu.

Persoalan tentang kepribadian dalam karya sastra merupakan sesuatu yang menarik untuk dikaji. Karena di dalamnya terdapat banyak hal yang bisa dianalisis. Dalam hal ini, kepribadian memiliki karakteristik yang unik. Kepribadian yang dapat dianalisis tidak hanya pada tokoh yang terdapat dalam novel, kepribadian pembaca bahkan pengarang juga bisa untuk dianalisis berdasarkan novel. Dalam Wiyatmi (Via Walgito, 2004:77) Freud mengemukakan kehidupan psikis mengandung dua bagian, yaitu kesadaran dan ketidaksadaran.

Gejala-gejala kepribadian yang terjadi dalam diri manusia bukan permasalahan yang sepele. Gangguan yang terjadi dapat menyebabkan tekanan batin, fisik, bahkan sampai berujung pada kematian jika tidak ditangani oleh ahlinya. Untuk mengetahui gejala kepribadian tidak hanya bisa dilakukan dengan melihat langsung, namun diperlukan teori-teori untuk membantu dalam penanganan gangguan ini.

Karya sastra sebagai karya seni yang bersifat imajinatif (Sugiarti, 2014:136). Sifat inilah yang membantu pengarang dalam membuat sebuah karya sastra yang tertuang dari pikiran dan perasaannya. Karya sastra sebagai seni akan memiliki daya tarik tersendiri bagi para pembacanya. Dalam sastra, psikologi berperan sebagai alat untuk menganalisis kepribadian tokoh, pengarang, maupun pembaca. Persoalan kepribadian biasanya lebih ditekankan pengarang pada tokoh utama. Pengarang menggambarkan tokoh utama dengan semenarik mungkin. Aspek lain yang ada dalam karya sastra adalah untuk memberikan pengetahuan tentang jenis tentang kepribadian, yaitu tentang phobia spesifik. Teori kecemasan yang dikemukakan Freud secara luas akan mengarah pada phobia. Freud mengatakan untuk mengansumsikan bahwa phobia bukanlah sekadar rasa takut biasa terhadap suatu objek eksternal atau situasi yang bisa

## **METODOLOGI**

Penelitian ini menggunakan pendekatan psikologi sastra, suatu pendekatan yang dimulai dari menganalisis kepribadian tentang kecemasan yang dialami tokoh dalam novel, tentang jenis-jenis kecemasan yang dilihat dalam karya sastra. Dengan mengamati melalui dialog antartokoh yang dituangkan pengarang dengan baik di dalam karya sastra.

Dalam penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif melalui pendekatan deskriptif. Sumber data adalah novel *White Wedding* karya Ziggy Zezsyzaeoviennazabrizkie. Metode pengumpulan data melalui dokumen yang relevan dari jurnal, artikel, dan arsip dokumen. Data yang sudah dikumpulkan dianalisis melalui cara pendekatan deskriptif.

Selanjutnya ke arah mana kecemasan akan dibahas dan dikembangkan dalam novel *White Wedding* karya Ziggy Zezsyzaeoviennazabrizkie, perlu dikaji dalam dua hal, yaitu 1) phobia spesifik yang dialami tokoh utama pada novel *White Wedding* karya Ziggy Zezsyzaeoviennazabrizkie, dan (2) faktor-faktor penyebab phobia spesifik pada novel *White Wedding* karya Ziggy Zezsyzaeoviennazabrizkie. Dengan menggali kedua hal tersebut akan diketahui secara mendalam terkait phobia spesifik yang dituangkan pengarang dalam karya sastra.

## **PEMBAHASAN**

Pengarang melalui daya imajinasinya menggambarkan kejadian-kejadian dalam cerita seperti kehidupan nyata. Kecakapan pengarang dalam menggambarkan tokoh utama yang

memiliki gangguan pada psikisnya memiliki daya tarik tersendiri. diatasi dengan cara menghindarinya, namun lebih merupakan suatu tanggapan terhadap sebuah ancaman yang terletak dalam pikiran. Pembaca akan merasakan keadaan seperti yang dialami tokoh utama.

### **1. Phobia Spesifik yang dialami tokoh utama dalam novel *White Wedding* karya Ziggy Zezsyazeoviennazabriskie**

Phobia spesifik yang dialami tokoh dalam novel *White Wedding* karya Ziggy Zezsyazeoviennazabriskie dihadirkan dalam rangkaian peristiwa yang ditampilkan dalam dialog antartokoh. Dialog yang dibangun dengan tokoh lainnya digunakan sebagai penguat untuk mengungkapkan karakter tokoh utama. Terdapat penjelasan sebagai alat untuk membantu tokoh utama dalam menangani phobia yang dialaminya. Gangguan phobia merupakan gangguan kecemasan yang dialami oleh seseorang. Ketika gangguan kecemasan ini menggangukannya, maka penderita akan lebih hati-hati terutama dalam berinteraksi dengan orang lain. Tidak semua yang mengalami gangguan kecemasan ini bisa untuk berinteraksi dengan normal seperti orang pada umumnya. Kebiasaan seseorang dengan gangguan semacam ini biasanya lebih membenci objek tertentu dan mencelanya seperti pada kutipan di bawah ini.

Tentu saja aku tahu kalau permainan ini enggak akan mengubah apapun. Namun, meski menjelek- jelekkan warna putih enggak membuatku merasa lebih baik, kalah dari permainan ini rasanya lebih buruk” (Ziggy, 2015:15)

Ungkapan pada kutipan di atas menggambarkan suasana hati dari tokoh utama yang merasa tidak ada perubahan dalam dirinya meskipun sudah menjelek- jelekkan warna putih. Hal tersebut membuatnya diam saja ketika tidak ada hasil apa-apa dari hasil yang diperbuat. Seseorang dengan gejala seperti ini tidak akan melanjutkan kebenciannya terhadap objek tertentu jika tidak menemukan titik akhirnya. Dalam (Safitri,Aiyuda 2011: 2) Errera (1962) mengemukakan fobia adalah rasa takut yang selalu ada terhadap suatu benda yang dalam keadaan biasa tidak menimbulkan rasa takut. Suasana seperti ini biasanya dimanfaatkan oleh Sierra untuk membangun rasa percaya diri tokoh utama terhadap warna putih. Bahwasannya apa yang dibencinya tidak seburuk seperti yang dibayangkan.

Kesadaran dari Sierra yang berusaha untuk membantu Elphira dalam menangani kecemasan yang dialami semakin nyata. Ia pun secara nyata memberikan sebuah nasihat dengan menggunakan imajinasinya, yang terkadang membuat tokoh utama merasa aneh dengan apa yang dikatakannya. Kesadaran itu dapat dipahami dari kutipan berikut.

Kamu enggak akan merasa lebih baik, tahu?” ungkap Sierra, sambil menuangkan teh untuk dirinya. Aroma bunga menyebar mengalahkan minyak aromaterapi yang kami nyalakan hari ini. Dia memandangkanku dengan wajah serius. “ Mencari-cari hal buruk soal warna putih. Enggak ada gunanya, kan? Kamu enggak perlu menjudifikasi apa yang orang bilang tentang kamu.

Keadaan pada kutipan di atas menggambarkan kepedulian Sierra terhadap Elphira. Suasana yang hening membuat terasa lebih baik untuk menumbuhkan keyakinan kepada Elphira. Keadaan seperti ini sering dimanfaatkan oleh Sierra karena Elphira memfokuskan pikirannya tidak pada hal-hal yang berkaitan dengan ketakutan yang dirasakannya.

Phobia yang digambarkan pengarang melalui tokoh Elphira cukup menarik. Pandangannya terhadap warna putih yang membuatnya memiliki karakteristik sendiri dari tokoh lain. Selain itu, usianya yang masih menginjak 11 tahun membuatnya memiliki sifat kekanak-kanakan, mudah memberontak, serta belum bisa menempatkan dirinya pada situasi yang semestinya.

Ketakukannya terhadap warna putih dapat diperhatikan dari kutipan berikut.

Tapi, enggak bisa. Aku benci warna putih. Kurasa, aku harus membenci warna putih. Bukan karena membuatku tampak berbeda atau membuat tubuhku sakit setiap kali berjalan di bawah matahari., sehingga aku enggak bisa pergi ke sekolah untuk ditanya- tanya kapan Cyclops bisa mendapat kaca, a X-Men miliknya kembali atau mendengar anak-anak memanggilkmu Henry Sturges” (Ziggy, 2015:20)

Pada kutipan di atas, dijelaskan alasan kenapa Elphira membenci dan bahkan takut terhadap warna putih. Oleh karena itu, Elphira selalu membenci warna putih. Bahkan sampai mencari-cari tentang kejelekan warna ini. Dalam (Azmarina, 2016:92) Durand (2006) mengemukakan bahwa individu dengan gangguan fobia menghindari situasi-situasi yang menimbulkan kecemasan dan atau panik, pada penderita fobia spesifik ketakutan itu difokuskan pada objek atau situasi tertentu. Ketakutan ini yang membuat Elphira selalu mencari hal-hal buruk tentang warna putih.

Penggambaran kecemasan terhadap warna putih yang berujung pada phobia ditunjukkan pada kutipan berikut yang menggambarkan bahwa tokoh utama menunjukkan ketidaksukaannya terhadap dirinya sendiri dan membandingkannya dengan tokoh lain. Hal ini yang semakin membuatnya merasa cemas terhadap dirinya sendiri dibuktikan pada kutipan di bawah ini.

“Kuharap, rambutku juga sepertimu”, keluhku pelan. Mau enggak mau, aku jadi terbiasa membandingkan diriku dengannya. Sierra memang tampak berbeda, tapi dia penuh warna. Sementara, aku Cuma anak kecil bewarna putih” (Ziggy, 2015:21)

Kutipan di atas menggambarkan perasaan benci Elphira terhadap warna putih kembali muncul ketika ia membandingkan dirinya dengan Sierra. Elphira merasa dirinya sangat buruk. Tubuhnya dari atas sampai bawah hanya memiliki satu warna, yaitu putih. Tetapi Sierra berbeda, tubuh yang dimilikinya sangat bewarna. Keadaan seperti ini dapat menumbuhkan sikap ketidakpedulian terhadap dirinya sendiri dan semakin menguatkan gangguan phobia spesifik pada dirinya.

Kecemasan yang dialami seseorang hanya dapat ditangani oleh ahlinya saja. Namun pada kenyataannya tidak demikian. Phobia yang digambarkan sangat menarik. Hal ini menggambarkan bahwa manusia tidak selalu bisa menentukan mana yang terbaik, karena semua tergantung pada Tuhan Yang Maha Esa. Kutipan berikut menggambarkan tokoh utama yang mendapatkan dorongan dari tokoh lain.

Aku memutar bola mata. “Yang maksudnya adalah...?” Sierra berusaha menjelaskan dengan sabar. “Maksudnya, cahaya yang bewarna putih itu sebenarnya mengandung tujuh warna pelangi. Tujuh warna dasar yang membangun seluruh jelas warna di dunia. Nah, kalau seluruh warna itu digabungkan, akan lahir warna putih” (Ziggy, 2015:51)

Kutipan di atas menggambarkan bahwa warna putih adalah warna yang dihasilkan dari campuran berbagai warna. Sierra memberikan gambaran yang indah mengenai warna putih. Alasan utama adalah untuk membantu Elphira membenci warna putih, selain itu karena ada rasa suka yang timbul. Sierra merasa bahwa yang dipikirkan Elphira itu salah. Pada kenyataannya warna putih tidak seburuk yang dibayangkan Elphira. Justru warna putih adalah warna yang sangat indah dan unik. Kegiatan seperti ini biasanya dilakukan Sierra pada pagi dan malam atau waktu rileks, kegiatan ini biasanya dikatakan sebagai relaksasi terhadap seseorang yang mengalami gangguan phobia. Seperti yang diungkapkan Lewis dengan melakukan relaksasi anda di pagi hari dan terakhir malam hari, anda menikmati keuntungan tambahan

mempersiapkan diri anda untuk hari itu dan mengendur menjelang tidur. (1992:65) hal ini juga nampak pada kutipan berikut.

“Artinya putih, jujur, dan cantik,” kata Sierra. Seluruh tubuhku lemas sekarang. Aku bingung, entah merasa sangat jengkel atau sangat senang. Sierra tersenyum dan menepuk nepuk bahu. Dia enggak mengusapnya sambil berharap jin akan keluar dari sana. “Kenapa, sih, kamu enggak menerima saja kalau kamu sangat, sangat indah?” (Ziggy, 2015: 54)

Kutipan di atas menggambarkan saat Sierra menjelaskan keindahan warna putih kepada Elphira. Pada kutipan tersebut menggambarkan suasana kebingungan yang dialami Elphira terhadap penjelasan Sierra yang telah disampaikan kepadanya. Namun kegiatan seperti ini dilakukan untuk mengurangi gangguan phobia spesifik yang dialami oleh Elphira. Oleh karena itu, Sierra berusaha melakukan relaksasi dengan menjelaskan teori-teori yang berhubungan dengan warna putih yang akan disampaikan kepada Elphira dengan baik dan hati-hati agar tidak semakin membenci warna putih. Dari sini, sudah nampak phobia spesifik yang dialami tokoh utama dengan memanfaatkan berbagai sumber sebagai inspirasi pengarang.

## **2. Faktor-Faktor Penyebab Phobia Spesifik pada novel *White Wedding* karya Ziggy Zezszyzeoviennazabriskie**

Faktor-faktor penyebab phobia spesifik pada novel *White Wedding* karya Ziggy Zezszyzeoviennazabriskie diungkapkan melalui peristiwa yang dilami tokoh utama. Umumnya, phobia disebabkan karena seseorang memiliki rasa takut pada benda-benda atau pada sesuatu yang tidak mengancam. Seperti pendapat yang dikemukakan Lewis bahwa fobia ialah suatu perasaan ketakutan yang ditimbulkan oleh sesuatu yang tidak memperlihatkan ancaman yang sejati terhadap kelangsungan hidup kita. (1992:5). Namun pada phobia spesifik, ketakutan yang dimaksud adalah pada objek yang lebih spesifik. Faktor penyebab dari phobia spesifik bisa terjadi dari masa lalu seseorang yang membuatnya merasa cemas secara berlebihan. Biasanya, phobia spesifik menyerang anak-anak dari usia 4-8 tahun atau bahkan lebih. Hal ini dapat diperhatikan pada kutipan di bawah ini.

“Saat ini, usia penyakitnya sama dengan umurku, sebelas tahun. Papa sudah bertahan sangat lama melawan penyakit yang mengerikan ini dan enggak pernah kekurangan semangat.” (Ziggy, 2015 :31)

Kutipan di atas menggambarkan Elphira sebagai tokoh utama yang memiliki gangguan kecemasan atau phobia spesifik dimulai pada saat usianya masih muda. Faktor penyebabnya adalah karena penyakit yang diderita papanya, yaitu kanker sel darah putih. Oleh karena itu, Elphira sangat sensitif dengan warna putih. Bahkan ia merasa takut dengan warna ini karena akan merengut nyawa papanya. Faktor penyebab phobia spesifik belum diketahui secara pasti. Hal ini dapat dilihat melalui traumatisme yang dialami seseorang pada masa lalunya. Selain itu, penyebab phobia spesifik dapat dibuktikan pada kutipan di bawah ini.

“Tapi, warna ini hampir membunuh Papa, membuat ibu gila, dan menghancurkan hidupku secara keseluruhan. Warna ini adalah lambang dari semua hal buruk yang terjadi dalam hidupku.” (Ziggy, 2015: 76)

Kutipan di atas menggambarkan keadaan Elphira yang membuatnya harus memiliki kelainan psikis, yaitu phobia spesifik. Selain faktor penyebabnya datang dari penyakit yang di derita papanya, faktor lain yaitu berasal dari ibunya. Kecemasan yang timbul pada diri Elphira

semakin menguat, mengingat penyebab kegilaan ibunya adalah setelah melahirkannya. Banyak penderita fobia, dan mungkin salah satu dari mereka, menderita baik mental maupun fisik. (Lewis, 1992:5). Sementara itu, keadaan inilah yang membuat kehidupan Elphira tidak ditemani ibunya dan membuatnya membenci ibunya. Selain itu, alasan Elphira merasa semakin tertekan adalah karena keinginan Papanya untuk menghabiskan waktunya setiap hari dengan

Elphira. Hal ini yang membuatnya semakin merasa tertekan dan takut jika sampai Papanya harus merengut nyawa karena penyakit yang dideritanya.

“Papa enggak mau kamu sekolah karena Papa mau kamu menghabiskan waktu lebih banyak dengan Papa.” ( Ziggy, 2015: 84)

Kutipan di atas menggambarkan alasan kenapa Elphira sangat sensitif terhadap warna putih. Gejala ini terus-menerus dirasakan. Rasa takut yang dialami semakin kuat dan membuatnya membenci warna putih. Keadaan seperti ini wajar bagi penderita phobia spesifik. Hal ini disebabkan karena penderita phobia spesifik akan menjauhi objek-objek atau stimulus yang ditakutinya dengan menyibukkan dengan kegiatan lain. Selain melalui faktor traumatisme, penyebab phobia spesifik juga berasal dari genetik dan lingkungan yang dibuktikan pada kutipan di bawah ini.

“Papa adalah bintang kurcaci putih. Bintang yang tetap bertahan melalui semangatnya. Mungkin, Papa yang masih hidup hari ini adalah keajaiban. Atau, Azmarina. *DESENSITISASI SISTEMATIK DENGAN DZIKIR TASBIH UNTUK MENURUNKAN SIMTOM KECEMASAN PADA GANGGUAN FOBIA SPESIFIK*. 2016.

<http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/3836> Andri, Dewi.

*Anxiety Theory Based On Classic Psychoanalytic and Types of Defense Mechanism To Anxiety*. 2007. <https://www.researchgate.net/publication/n/210277782>

[Anxiety Theory Based On Classic Psychoanalytic and Types of Defense Mechanism To Anxiety](https://www.researchgate.net/publication/n/210277782) kekuatan. Atau, keduanya.” (Ziggy, 2015:31).

Kutipan di atas menggambarkan faktor penyebab phobia spesifik juga berasal dari lingkungan sekitar. Keadaan seperti ini yang selalu membuat Elphira semakin merasa cemas dan takut. Sementara itu, disisi lain Papanya berusaha sekuat tenaganya untuk tetap bertahan agar anaknya tidak merasa cemas lagi. Bagi penderita phobia terutama phobia spesifik pastinya akan tetap merasa takut dan khawatir pada objek yang ditakutinya. Rasa ini muncul secara alami dari dirinya karena beberapa faktor penyebabnya.

## PENUTUP

Phobia merupakan gangguan kecemasan yang dialami oleh seseorang terhadap benda-benda atau hal-hal yang membuatnya merasa cemas dan takut. Hampir semua orang merasakan phobia. Hanya saja penderita phobia spesifik tidak banyak seperti phobia pada umumnya. Phobia spesifik pada novel *White Wedding* karya Ziggy Zezsyazeoviennazabrizkie ditandai dengan adanya kecemasan terhadap objek-objek yang bersifat spesifik. Faktor-faktor penyebabnya terjadi karena adanya traumatisme pada masa lalu serta genetik dan lingkungannya.

## DAFTAR PUSTAKA

Cervone, Pervin. *Kepribadian Teori dan Penelitian*. 2011. Penerbit Salemba Humanika. Jakarta.

Fathiah. “Analisis Phobia sebagai Pemahaman Kesadaran Manusia dalam Pemusatan

- Perhatian pada Pengalaman Subjektif". 2010. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20160866-RB16F40a-Analisis%20Phobia.pdf>
- Lewis, David. *Taklukkan Fobia Anda*. 1992. Penerbit ARCAN. Jakarta
- Safitri, Aiyuda. *Fobia*. 2011. <https://www.scribd.com/doc/54199116/FOBIA>
- Sugiarti. "Estetika pada Novel Geni Jora Karya Abidah El Khaliqy". 2014, 136.
- Zezsyazeoviennazabrizkie, Ziggy. *White Wedding*. 2015. Penerbit Pastel Books. Bandung.
- Wiyatmi. *Psikologi Sastra Teori dan Aplikasinya*. 2011. Penerbit Kanwa Publisher. <http://staffnew.uny.ac.id/upload/131873962/pendidikan/Bukuajar-Psikologi+Sastra.pdf>