

ABSTRAK

Fobia spesifik (kucing) merupakan ketakutan atau kecemasan yang berlebihan dan secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama terhadap kucing. Penanganan diberikan menggunakan *cognitive behavioral therapy*, yang merupakan terapi berbatas waktu yang menggabungkan antara kognitif (*cognitive*) dengan perilaku (*behavioral*). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pengaruh dari pemberian *cognitive behavioral therapy* sebagai penanganan individu dengan fobia kucing terhadap penurunan tingkat fobia spesifik (kucing). Hipotesis penelitian ini adalah adanya perbedaan tingkat fobia antara sebelum dan setelah pemberian terapi. Subjek pada penelitian ini merupakan individu dewasa awal yang terdiagnosis fobia kucing. Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus dengan *single case*. Metode analisis data berupa *visual inspection* dan metode pengumpulan data berupa wawancara klinis, observasi dan pengukuran (skala penelitian). Hasil dari penelitian ini diperoleh bahwa terdapat perbedaan skor antara sebelum dan setelah diberikan terapi, yaitu skor awal sebelum diberikan terapi sebesar 89 menjadi skor akhir setelah diberikan terapi sebesar 51. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pemberian *cognitive behavioral therapy* sebagai penanganan, mampu menurunkan tingkat fobia kucing.

Kata kunci: *Cognitive Behavioral Therapy, Fobia spesifik (kucing)*

ABSTRACT

A specific (cat) phobia is an excessive and persistent fear or anxiety of cats over a long period of time. Treatment is given using cognitive behavioral therapy, which is a time-limited therapy that combines cognitive (cognitive) with behavioral (behavioral). The purpose of this study was to determine the effect of giving cognitive behavioral therapy as a treatment for individuals with cat phobias to decrease the level of specific (cat) phobia. The hypothesis of this study is that there is a difference in the level of phobia between before and after therapy. The subjects in this study were early-adolescent individuals diagnosed with cat phobia. This research is a case study with a single case. The data analysis method is in the form of visual inspection, and the data collection method is in the form of clinical interviews, observation, and measurement (research scale). The results of this study showed that there was a difference in scores between before and after being given therapy, namely that the initial score before being given therapy was 89 and the final score after being given therapy was 51. The conclusion of this study is that giving cognitive behavioral therapy as a treatment is able to reduce the level of cat phobia.

Keywords: *Cognitive Behavioral Therapy, Specific phobia (cats)*