

**MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT
KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA
KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH
KABUPATEN LAMPUNG TENGAH**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)*



Oleh

Mawaddah Ramadhana

NPM 1603060057

Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI)

**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO
TAHUN 1441 H/2020 M**

**MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT
KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA
KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH
KABUPATEN LAMPUNG TENGAH**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)*



Oleh

Mawaddah Ramadhana

NPM 1603060057

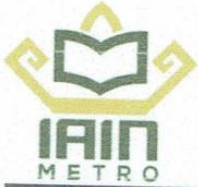
Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI)

Pembimbing I : Dra. Yerni Amir, M.Pd.

Pembimbing II : Romli, M.Pd.

**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO**

TAHUN 1441 H/2020 M



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH

Jl. Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo, Metro Timur Kota Metro Telp. (0725) 41507 Fax. (0725) 47296

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT
KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA
KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH

Nama : Mawaddah Ramadhana

NPM : 1603060057

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam

MENYETUJUI

Untuk dimunaqsyahkan dalam sidang munaqsyah jurusan Komunikasi Penyiaran Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Metro.

Metro, Januari 2020

Dosen Pembimbing I,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
NIP 19610930 199303 2 001

Dosen Pembimbing II,

Romli, M.Pd
NIP 19650101 199003 1 010



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH**

Jl. Ki Hajar Dewantara 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro
Telp. (0725) 41507 Faksimile (0725) 47296 Website: www.fuad.metrouniv.ac.id.
E-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

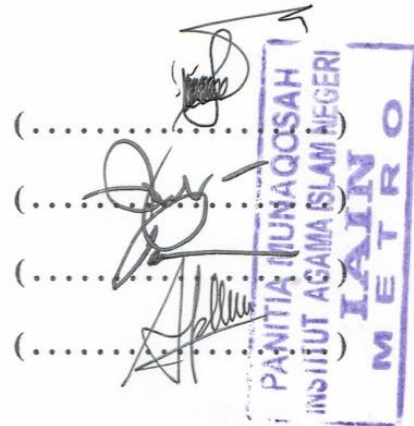
LEMBAR PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Nomor : 16.155/1n-284/D/PP-00-9/01/2020

Skripsi dengan judul: Mental Block Sebagai Faktor Penghambat Komunikasi Verbal Pada Masyarakat Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah, disusun Oleh: Mawaddah Ramadhana, NPM 1603060057 Jurusan: Komunikasi dan Penyiaran Islam telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah pada Hari/Tanggal: Selasa/21 Januari 2020.

TIM PENGUJI:

Ketua : Dra. Yerni Amir, M.Pd
Penguji I : Albarra Sarbaini, M.Hum
Penguji II : Romli, M.Pd
Sekertaris : Fadhil Hardiansyah, M.Pd



Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



ABSTRAK

MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH KABUPATEN LAMPUNG TENGAH

**OLEH
MAWADDAH RAMADHANA**

Penelitian ini diungkapkan karena banyak orang-orang yang menganggap bahwa karakter menutup diri berdasarkan watak asalnya padahal sejatinya karakter dapat dirubah dengan cara mengubah sudut pandang berpikir seseorang terhadap sesuatu dimana mengidentifikasi dan menganalisa faktor psikologis yang ada didalam diri seseorang tersebut. Faktor psikologis yang dimaksud adalah Mental Block dimana Mental Block merupakan hambatan secara psikologis tertanam dalam pikiran seseorang yang mempengaruhi pengambilan keputusan yang pada akhirnya akan merubah perilaku kearah yang lebih negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses Mental Block yang terjadi dalam diri dan juga pengaruh Mental Block terhadap citra komunikasi.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif lapangan (*field research*) dengan menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan Teknik *Purposive Sampling* dimana peneliti menggunakan sampel berdasarkan ciri dan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian. Berdasarkan teknik tersebut, peneliti mendapatkan tiga orang narasumber, tiga orang informan dan juga seorang psikolog.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Mental Block dapat mempengaruhi asumsi di berbagai persoalan kehidupan misalnya kebiasaan berperilaku, pekerjaan, maupun hubungan rumah tangga dan lain-lain karena terbukti oleh asumsi yang telah dilontarkan oleh para narasumber yang sedah diteliti tersebut. Oleh karena itu, peneliti menyarankan kepada beberapa pihak diantaranya; pemerintah harus mengoptimalkan lapangan pekerjaan dan membatasi jumlah distribusi rokok. Janganlah merasa putus asa terhadap apa yang telah ditentukan oleh yang Maha Kuasa, teruslah berusaha untuk menjadi yang terbaik bagi diri sendiri dan orang lain. Perempuan itu seperti tulang rusuk, kuat, kokoh dan tidak dapat dipaksakan untuk menjadi lurus karena ia akan cepat rapuh bahkan patah. Merokok secara material tidak merugikan bagi yang tidak merokok namun secara garis besar kesehatan orang-orang yang tidak merokok sangat terancam karena menghirup asap rokok.


ORISINILITAS PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057
Program Studi : Ushuluddin Adab dan Dakwah
Jurusan : Komunikasi Penyiaran Islam

Menyatakan bahwa Skripsi ini secara keseluruhan adalah asli hasil penelitian saya kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Metro, Januari 2020
Yang menyatakan


Mawaddah Ramadhana

MOTTO

الرَّحْمَنُ ۝ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَانَ ۝ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ۝

Artinya :

“Dan manusia diciptakan untuk pandai berbicara.”

(QS Ar-Rahman: 1 - 4)

مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ، فَلْيُكَلِّمْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ

Artinya :

“Siapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, maka ucapkanlah yang baik-baik atau diam.” (HR. Bukhari dan Muslim).

“Everybody can talk, but not everybody can communicate”

Setiap orang dapat berbicara, namun tidak setiap orang dapat berkomunikasi

(Mawaddah Ramadhana)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh kerendahan dan rasa syukur atas kehadiran Allah SWT, keberhasilan skripsi ini penulis persembahkan kepada :

- A. Kedua orangtuaku tercinta, Ayahanda Askhamar Alm. dan Ibunda Indra Roswita yang selalu mendoakan dan senantiasa memberikan motivasi dan dukungan demi keberhasilanku.
- B. Kakak-kakakku tersayang, Uni El, Uni Mega, Uni Ani, Uni Ceceu Era, Bang Didi dan Bang Siap, terimakasih sudah memberikan masukan dan semangat.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT. Atas taufiq dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan Judul Mental Block Sebagai Faktor Penghambat Komunikasi Verbal Pada Masyarakat Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah. Penulisan Skripsi adalah persyaratan dalam rangka memperoleh gelar sarjana S.Sos Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN METRO.

Penyesuaian Skripsi ini dengan berbagai upaya dan penulis telah menerima banyak bantuan, motivasi, bimbingan, serta arahan dari berbagai pihak. Penulis berterimakasih kepada Prof. Dr. Enizar, M.Ag., Rektor IAIN Metro, Dr. Mat Jalil, M.Hum., Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Dra. Yerni Amir, M.Pd., Pembimbing I dan Romli, M.Pd., Pembimbing II yang telah memberikan motivasi dan juga arahan. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada civitas Akademika IAIN Metro yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan sarana prasarana selama peneliti menempuh pendidikan. Ucapan terimakasih juga peneliti sampaikan kepada sahabat KPI yang telah mendukung dalam menyelesaikan Skripsi ini.

Kritik dan saran demi perbaikan Skripsi ini sangat diharapkan dan akan diterima dengan lapang dada. Semoga hasil Skripsi yang dilakukan kiranya dapat memberi manfaat bagi pengembangan Ilmu Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Metro, 27 Januari 2020

Peneliti,



MAWADDAH RAMADHANA
NPM 1603060057

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
HALAMAN ORISINILITAS PENELITIAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Penjelasan Judul	1
1.2 Latar Belakang Masalah.....	2
1.3 Fokus Masalah Penelitian.....	3
1.4 Pertanyaan Penelitian	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
1.7 Penelitian Relevan.....	6
1.8 Metode Penelitian.....	9
1.8.1 Jenis Penelitian.....	9
1.8.2 Sifat Penelitian	9
1.8.3 Teknik Pengambilan Sampel	10
1.8.4 Sumber Data.....	11
1.8.4.1 Sumber Data Primer	12
1.8.4.2 Sumber Data Sekunder	12
1.8.5 Teknik Pengumpulan Data.....	13
1.8.5.1 Wawancara	13
1.8.5.2 Observasi	14
1.8.5.3 Dokumentasi.....	14
1.8.6 Teknik Penjamin Keabsahan Data	15

BAB II LANDASAN TEORI

A. Mental Block.....	18
2.1.1 Pengertian Mental Block	18
2.1.2 Jenis-jenis Mental Block	21
2.1.3 Faktor Terjadinya Mental Block.....	24
2.1.4 Kasus Terjadinya Mental Block	26
2.1.5 Penanganan Mental Block	32
B. Psikologi dan Komunikasi Verbal.....	40
2.2.1 Pengertian Komunikasi Verbal.....	40
2.2.2 Jenis-jenis Komunikasi Verbal.....	41
2.2.3 Fungsi Komunikasi Verbal.....	44
2.2.4 Komunikasi dengan Psikologi Kepribadian	45

BAB III SETTING LOKASI PENELITIAN

3.1 Profil Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah	49
3.2 Visi dan Misi Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah.....	50
3.3 Struktur Kepemimpinan Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah.....	50
3.4 Kondisi dan Jumlah Masyarakat Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah	51
3.5 Kondisi dan Sarana Prasarana Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah	55

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Analisa Kasus Mental Block Berdasarkan Inferior Complex Syndrom.....	56
4.2 Analisa Kasus Mental Block Berdasarkan Traumatik.....	65
4.3 Analisa Kasus Mental Block Berdasarkan Program Negatif.....	74
4.4 Pengaruh Mental Block Terhadap Komunikasi Verbal.....	78

BAB V KESIMPULAN

A. Simpulan	82
B. Saran	83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DAFTAR TABEL

Tabel Positive Journal Inventory	36
Tabel Pejabat Desa Kampung Baru.....	50
Tabel Jumlah Dusun.....	51
Tabel Mata Pencaharian Penduduk.....	52
Tabel Ternak Penduduk.....	52
Tabel RukunTetangga Desa Kampung Baru	53
Tabel Sarana Prasarana Desa Kampung Baru	55

DAFTAR GAMBAR

Bagan Struktur Kepemimpinan Desa	54
---	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

- 1. Outline**
- 2. Alat Pengumpul Data**
- 3. Surat Keterangan Bimbingan Skripsi**
- 4. Surat Bimbingan Konsultasi**
- 5. Surat Tugas**
- 6. Surat Ijin Research Fakultas**
- 7. Surat Ijin Research Lokasi Penelitian**
- 8. Surat Keterangan Bebas Pustaka Institut**
- 9. Surat Keterangan Bebas Pustaka Fakultas**
- 10. Surat Keterangan Ujian Komprehensif**
- 11. Surat Keterangan Tausiyah**
- 12. Nota Dinas**
- 13. Riwayat Hidup**

BAB I PENDAHULUAN

1.1 PENJELASAN JUDUL

Setiap individu memiliki persepsi dan pemikiran yang berbeda-beda dalam mengambil keputusan untuk menjalani setiap aspek dalam hidupnya. Persepsi dan pemikiran inilah akan membentuk suatu karakter atau kepribadian. Karakter seseorang apabila disatukan dengan karakter seseorang lainnya akan membentuk suatu karakter majemuk dalam ruang lingkup masyarakat. Karakter masyarakat yang cukup beragam membuat kondisi sosial kemasyarakatan menjadi beragam pula. Karakter masyarakat juga menjadi aspek penting dalam mengembangkan Kontrol dan Pranata Sosial.

Adanya sistem tatanan sosial kemasyarakatan yang dibentuk oleh suatu masyarakat itu sendiri merupakan hasil nyata dari karakter dan kepribadian dari masing-masing individu. Namun seiring berjalannya waktu, ketika seseorang dihadapkan suatu permasalahan akan berdampak pada pola pemikiran dan perubahan perilaku. Adanya perubahan perilaku inilah membuat kondisi sosial kemasyarakatan menjadi berubah pula. Misalnya salah seorang masyarakat dahulunya memiliki peranan aktif dalam membina struktur sosial kemasyarakatan, namun beberapa waktu ia menjadi seseorang yang memiliki peran pasif dalam hal yang sama. Oleh karena itu, perlu menggali dan mengklarifikasi permasalahan dan sebab yang melatarbelakangi dari perubahan perilaku dari seseorang tersebut.

Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah merupakan lokasi dimana penelitian berlangsung. Peneliti melihat bahwa kondisi masyarakatnya yang cenderung pasif seperti interaksi sosial kurang efektif serta kegiatan sosial kemasyarakatan lainnya. Kondisi pasif seperti ini dikarenakan adanya beberapa faktor.

Dari uraian penjelasan judul diatas maka, penegasan judul yang dimaksud adalah Mental Block Sebagai Faktor Penghambat Komunikasi Verbal merupakan bentuk pengenalan Mental Block terbentuk dalam diri seseorang guna mengetahui dampak yang terjadi bahwa Mental Block akan merusak citra komunikasi dan prestasi seseorang dalam menyampaikan pesan verbal karena terhalang dari berbagai aspek psikologis di Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah.

1.2 LATAR BELAKANG MASALAH

Masyarakat Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah memiliki karakter masyarakat yang berbeda. Perbedaan inilah yang membuat sistem tatanan masyarakat dan interaksi sosial masyarakat menjadi majemuk pula. Adanya pola perilaku yang cenderung pasif akan kegiatan-kegiatan sosial kemasyarakatan membawa kondisi sosial masyarakat menjadi tidak produktif dan komunikatif. Adanya perubahan perilaku dari setiap masyarakatnya meyakinkan peneliti untuk menggali dan mengidentifikasi lebih dalam lagi terhadap cikal bakal terjadinya perubahan perilaku yakni Mental Block dari dalam diri seseorang.

Pada dasarnya terdapat beberapa faktor yang akan mempengaruhi bagaimana Mental Block tersebut terbentuk. Umumnya terjadi karena adanya dua faktor yakni program negatif dari respon yang kurang berkenan maupun traumatik dari masa lalu. Mental Block yang terbentuk dapat merubah pola pikir, tingkah laku bahkan kepribadian seseorang.

Penelitian ini lebih spesifiknya akan meneliti tentang pemahaman dan pengetahuan seseorang akan Mental Block sebagai langkah awal untuk menghentikan Mental Block terus berkembang karena adanya program negatif dari peristiwa masa lalu kurang menyenangkan yang tertanam pada diri seseorang, berkaitan dengan komunikasi verbal merupakan salah satu bagian pencapaian sukses dalam menyampaikan pesan dan pendapat dari aspek psikologi seseorang.

1.3 FOKUS MASALAH PENELITIAN

Penelitian ini memiliki ruang lingkup masalah agar pembahasan dalam penelitian tidak melampaui batas yang telah ditentukan yakni proses yang terjadi pada seseorang pengidap Mental Block terhadap kepribadiannya ditinjau dari sisi psikologis serta seberapa berpengaruh Mental Block terhadap proses komunikasi verbal seseorang yang diobservasi berdasarkan jenis Mental Block dari pengalaman di masa lalu yang diletakkan di masa sekarang.

1.3.1 Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah terletak dilingkungan masyarakat pedesaan multikulturalan dan modern yang terdiri dari masyarakat berjumlah 721 dengan luas wilayah sekitar 2 hektare

1.3.2 Informan

Informan dalam penelitian ini adalah tiga orang yang memiliki Mental Block dalam sisi hidupnya. Informan utama adalah tiga orang tersebut akan tetapi peneliti juga mengambil data wawancara dari beberapa kerabat dekat dan pengamatan keseharian guna memperkuat data yang didapatkan dari informan utama.

1.3.3 Peristiwa

Didasarkan pada metodologi penelitian kualitatif, fokus penelitian ini adalah pengalaman dan peristiwa tertentu yang dialami oleh seseorang yang memiliki mental block, serta persepsi dan makna dalam pengalaman tersebut sesuai dengan yang diungkapkan oleh informan.

1.3.4 Proses

Penelitian ini difokuskan pada Mental Block sebagai faktor penghambat komunikasi verbal seseorang dimana peneliti melakukan pengamatan dan wawancara berdasarkan pengalaman dari masa lalu yang menyebabkan seseorang memiliki Mental Block.

1.4 PERTANYAAN PENELITIAN

- a. Apa yang terjadi pada seseorang pengidap Mental Block terhadap kepribadiannya ditinjau dari sisi psikologis ?
- b. Apa pengaruh Mental Block terhadap proses komunikasi verbal seseorang ?

1.5 TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui beberapa hal mengenai Mental Block diantaranya adalah :

- a. Mengetahui apa yang terjadi pada seseorang pengidap Mental Block terhadap kepribadiannya ditinjau dari sisi psikologis.
- b. Mengetahui apa pengaruh Mental Block terhadap proses komunikasi verbal seseorang. .

1.6 MANFAAT PENELITIAN

- a. Secara Teoritis

Mengidentifikasi apa yang terjadi dengan Mental Block yang tertanam pada diri seseorang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat

memberikan kontribusi pemikiran bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam permasalahan psikologi seseorang dalam hal komunikasi verbal pada kegiatan sosial kemasyarakatan maupun proses dakwah yang berlangsung.

b. Secara Praktis

Mengidentifikasi pengaruh penanaman Mental Block dalam diri seseorang. Penelitian ini dapat mengkaji kembali tentang bagaimana pemahaman kita terhadap pentingnya mengkhawatirkan keberadaan Mental Block yang tertanam pada diri seseorang.

1.7 PENELITIAN RELEVAN

Penelitian menyajikan perbedaan dan persamaan bidang kajian yang diteliti antara peneliti dengan penulis-penulis sebelumnya, hal ini perlu peneliti kemukakan untuk menghindari adanya pengulangan kajian terhadap hal-hal yang sama, dengan demikian akan diketahui sisi-sisi apa yang membedakan antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian terdahulu.

Noviyanti Kartika Dewi, dalam jurnalnya yang berjudul “Mengatasi Mental Block Pada Remaja Melalui Cognitive Therapy (CT)”. Persamaan penelitian diatas pada objek kajiannya yaitu tentang Mental Blocks. Adapun perbedaannya terletak pada fokus objek penelitiannya, dimana peneliti menitikberatkan pada pengenalan Mental Block saja, sedangkan penelitian diatas lebih luas, yaitu : proses terbentuknya mental

block, bagaimana dampaknya terhadap kemampuan berkomunikasi serta metode penanganannya.¹

Paulus Erwin Sasmita, dalam jurnalnya yang berjudul “Irrational Beliefs Dalam Konteks Kehidupan Seminari”. Persamaan pada penelitian ini terlihat dari dampak objek penelitian yaitu tentang pengaruh perubahan perilaku, emosi dan cara berkomunikasi seseorang yang memiliki mental blocks. Adapun perbedaannya terletak pada studi objek penelitian, dimana peneliti menitikberatkan pada dampak fokus penelitian terhadap usaha mengembangkan aktualisasi diri ditinjau dari bidang keilmuan Psikologi. Sedangkan penelitian diatas lebih fokus ditinjau dari studi keilmuan Komunikasi.²

Siti Makhmudah, M. A, dalam jurnalnya yang berjudul “Revolusi Mental Dalam Mengubah Pola Pikir Tenaga Pendidik Dari Segi Perspektif Islam”. Persamaan pada penelitian ini terlihat dari faktor pembentuk objek penelitian yaitu Mental terbentuk dari lingkungan, pola pikir, dan perilaku seseorang. Adapun perbedaannya terletak pada studi objek penelitian, dimana peneliti mengfokuskan penelitian pada perubahan mental berdasarkan pengalaman masalah terhadap tenaga pendidik ditinjau dari keilmuan Psikologi Pendidikan sedangkan penelitian diatas lebih

¹ Noviyanti Kartika Dewi, “Mengatasi Mental Block Pada Remaja Melalui Cognitive Therapy (CT),” 27 Agustus 2016, 77.

² Paulus Erwin Sasmita, “Irrational Beliefs Dalam Konteks Kehidupan Seminari” 04 (Mei 2015): 25.

menitikberatkan pada fokus penelitian ditinjau dari keilmuan Psikologi Komunikasi.³

Rahmat Aziz, Esa Nur Wahyuni dan Wildana Wargadinata dalam jurnalnya yang berjudul “Kontribusi Bersyukur dan Memaafkan Dalam Mengembangkan Kesehatan Mental di Tempat Kerja”. Persamaan penelitian ini terlihat dari fokus penelitian yang ditinjau dari mental yang mempengaruhi kesejahteraan dan produktifitas seseorang. Adapun perbedaannya terlihat dari jenis dan sifat penelitian, penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dimana data didapat dari hasil observasi lapangan sedangkan penelitian diatas menggunakan penelitian berbasis riset kualitatif dimana data didapat dari observasi, pustaka dan wawancara.⁴

Budi Ariyanto, dalam skripsinya yang berjudul “Strategi Dakwah Dalam Pembinaan Mental Para Narapidana”. Persamaan penelitian diatas terlihat pada fokus penelitian dimana membahas pembinaan mental secara bertahap. Adapun perbedaannya terletak pada metode yang dilakukan dalam pembinaan mental tersebut, dimana penulis menggunakan metode penerapan dakwah terhadap pembinaan mental sedangkan penelitian diatas

³ Siti Makhmudah, M.A, “Revolusi Mental Dalam Mengubah Pola Pikir Tenaga Pendidik Dari Segi Perspektif Islam,” *04 April 2016* 2 (25 Februari 2016): 86.

⁴ Rahmat Aziz, Esa Nur Wahyuni, dan Wildana Wargadinata, “Kontribusi Bersyukur dan Memaafkan Dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Di tempat Kerja,” *26 Juni 2017* 2 (31 Mei 2017): 33–43, <https://doi.org/10.20473>.

belum menggunakan metode melainkan masih mencari bagaimana bentuk negatif yang menghambat mental seseorang.⁵

Anisa Herawati, dalam skripsinya yang berjudul “Strategi Dakwah Dalam Pembinaan Mental Orang Berkebutuhan Khusus Di SLB Negeri Metro”. Persamaan penelitian diatas terlihat dari fokus penelitian dimana mental sebagai benteng dari kepribadian seseorang. Adapun perbedaannya terletak pada subjek penelitiannya dimana penulis menggunakan subjek penelitian yakni orang berkebutuhan khusus seperti anak penyandang disabilitas sedangkan penelitian diatas menggunakan subjek penelitian seseorang yang mengidap Mental Block.⁶

1.8 METODOLOGI PENELITIAN

1.8.1 Jenis dan Sifat Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif kualitatif.

“Penelitian lapangan merupakan penelitian yang bersifat lapangan meninjau dari aspek sosial dan kognitif psikologi pada suatu obyek penelitian. Penelitian lapangan digunakan untuk meneliti secara intensif terhadap kondisi dan interaksi sosial pada individu, kelompok, masyarakat maupun lembaga.”⁷

Menurut peneliti, penelitian ini sangat cocok untuk dikaji menggunakan penelitian lapangan karena fenomena Mental Block

⁵ Budi Ariyanto, *Strategi Dakwah Dalam Pembinaan Mental Narapidana*, IAIN METRO, 2017

⁶ Anisa Herawati, *Strategi Dakwah Dalam Pembinaan Mental Orang Berkebutuhan Khusus Di SLB Negeri Metro*, IAIN METRO, 2018

⁷ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2017)

benar-benar terjadi di masyarakat baik dari remaja maupun dewasa sekalipun. Fenomena ini perlu dikaji secara observasi langsung melihat kondisi nyata bagaimana Mental Block terbentuk dalam diri seseorang.

Sesuai dengan penelitian yang akan diteliti maka penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif. Deskriptif yaitu suatu penelitian masalah yang memandu penelitian untuk mengeksplorasi atau memotret situasi sosial yang akan diteliti secara menyeluruh, luas dan mendalam.

Berdasarkan keterangan dari beberapa referensi diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif karena penelitian ini mengeksplor fenomena proses pembentukan karakter kurang percaya diri karena adanya Mental Block melalui observasi dan wawancara di Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah.

1.8.2 Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan Teknik *Purposive Sampling* dimana peneliti sudah menetapkan sampel yang ada diteliti dan diamati berdasarkan ciri-ciri khusus. Hal ini memudahkan peneliti dalam menangkap data dan juga agar lebih valid karena penelitian dilakukan dengan cara mengamati pola tingkah laku dan wawancara secara intensif sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian.

“*Purposive Sampling* adalah pengambilan sampel sumber data pertimbangan tertentu misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek/situasi sosial yang diteliti.”⁸

Dalam penelitian ini, peneliti sudah menentukan sampling yang akan dikaji yakni sebanyak 3 orang dimana peneliti akan melakukan penelitian secara intensif guna mengetahui permasalahan yang terjadi terkait Mental Block yang ada dalam diri dari masing-masing sampling tersebut.

1.8.3 Sumber Data

Data merupakan hasil pencatatan baik yang berupa fakta kata yang dijadikan bahan untuk menyusun informasi. Berdasarkan pengertian tersebut, subjek data akan diambil datanya dan selanjutnya akan disimpulkan, atau sejumlah subjek yang diteliti dalam suatu penelitian ini, yaitu data primer dan data sekunder.

1.8.3.1 Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data langsung yang memberikan data ke pengumpul data. Artinya data yang diperoleh langsung dari sumber utamanya. Dalam penelitian ini, sumber data primer

⁸ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: CV ALFABETA 2014), 54

langsung diperoleh dari objek utama penelitian yaitu tiga orang yang memiliki Mental Block berupa wawancara intensif, tiga orang informan yang memiliki hubungan dekat baik keluarga atau kerabat yang sekiranya memiliki penilaian terhadap kepribadian dari objek penelitian utama serta satu orang pakar Psikologi berupa wawancara pribadi.

1.8.3.2 Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data penunjang yang berkaitan dapat berupa buku tentang *Subject Matter* yang ditulis orang lain, dokumen-dokumen berdasarkan hasil penelitian dan hasil laporan. Data sekunder yang peneliti gunakan berasal dari beberapa buku teori tentang Mental Block dan Jurnal tentang Psikologi Terapan terkait permasalahan Mental Block. Salah satu buku teori terkait Mental Block yang digunakan adalah *Rahasia Menghancurkan Mental Block* karya Antonius Arif. Adapun jurnal psikologi terapan terkait permasalahan tentang Mental Block adalah *Mengatasi Mental Block Pada Remaja Melalui Cognitive Therapy (CT)* karya Noviyanti Kartika Dewi.

1.8.4 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) yang dilakukan di Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah oleh karena itu untuk mengetahui bagaimana proses terbentuknya serta dampak yang dihasilkan terhadap Mental Block yang tertanam pada diri seseorang penulis menggunakan metode pengumpulan data sebagai berikut :

1.8.4.1 Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih yang dilakukan untuk mendapatkan data dari tangan pertama. Tujuan wawancara ini adalah untuk mendapatkan informasi yang valid mengenai hal-hal yang berkaitan dengan bagaimana proses terbentuknya serta dampak yang dihasilkan terhadap Mental Block yang tertanam pada diri seseorang yang ada di Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah. Narasumber yang akan diwawancarai tiga orang yang memiliki Mental Block, tiga orang informan yang sekiranya keluarga atau kerabat dekat dari narasumber utama serta seorang psikolog yang mampu membantu peneliti untuk mengklarifikasi terkait permasalahan Mental Block dari masing-masing narasumber.

1.8.4.2 Observasi

Observasi merupakan pengamatan dan pencacatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti. Observasi dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Peneliti melakukan observasi berupa pengamatan dari aspek-aspek psikologis narasumber misalnya keseharian narasumber, perilaku narasumber, watak dan kepribadian narasumber, jenis Mental Block narasumber hingga *value* atau *statement* yang dianut oleh narasumber.

Data yang diobservasi ini ditujukan untuk mencari apa jawaban dari pertanyaan penelitian, baik dalam konteks hubungan personal maupun interpersonal dalam bentuk ucapan dan tindakan yang mengandung nilai-nilai komunikasi verbal.

1.8.4.3 Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data berupa perekaman bukti fisik atas penelitian yang telah dilakukan dapat berupa foto, hasil wawancara maupun dokumen penting lainnya yang dirasa cukup untuk bukti fisik keperluan penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti mendapatkan dokumentasi berupa foto terkait berlangsungnya wawancara atau proses pengumpulan data kepada narasumber dan informan.

1.8.5 Teknis Penjamin Keabsahan Data

Teknik untuk mencapai keabsahan dan kredibilitas data dilakukan dengan cara triangulasi. Menurut Sugiyono, teknik triangulasi adalah pengujian kredibilitas dengan melakukan pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan berbagai waktu.⁹

Teknik triangulasi yang digunakan dalam pengecekan keabsahan data pada penelitian ini :

1.8.5.1 Triangulasi Sumber

“Triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Sebagai contoh, untuk menguji kredibilitas data tentang gaya kepemimpinan seseorang, maka pengumpulan dan pengujian data yang diperoleh dilakukan ke bawah yang dipimpin, ke atas yang mengawasi dan keteman kerja yang merupakan kelompok kerjasamanya. Data dari ketiga sumber tersebut tidak bisa dirata-ratakan seperti penelitian kuantitatif, tetapi dideskripsikan, dikategorisasikan, mana pandangan yang sama, yang berbeda dan mana yang spesifik dari tiga sumber tersebut. Data yang telah dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan (*member check*) dengan tiga sumber data tersebut.”¹⁰

Dalam penelitian ini, peneliti membutuhkan triangulasi berdasarkan sumber yakni setelah peneliti melakukan wawancara kepada narasumber

⁹ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: CV ALFABETA 2014)

¹⁰ *Ibid.*

utama, peneliti juga mewawancarai informan terdekat narasumber guna menjamin kevalidan data yang telah didapatkan. Dapat dilihat pada bab IV dan tabel alat pengumpul data dimana peneliti melakukan analisa terhadap beberapa *statement* narasumber dengan *cross check* ulang hasil wawancara diantara narasumber dan informan.

1.8.5.2 Triangulasi Teknik

“Triangulasi Teknik untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya data diperoleh dengan wawancara, lalu dicek dengan observasi, dokumentasi, dan kuisioner. Bila dengan tiga teknik pengujian kredibilitas data tersebut, menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan atau yang lain, untuk memastikan data mana yang dianggap benar, karena sudut pandangnya berbeda-beda.”¹¹

Dalam penelitian ini, peneliti juga membutuhkan triangulasi berdasarkan teknik yakni setelah peneliti melakukan wawancara kepada narasumber utama, peneliti juga melakukan observasi narasumber berdasarkan pengamatan dari aspek-aspek psikologis narasumber misalnya

¹¹ *Ibid.*

keseharian narasumber, perilaku narasumber, watak dan kepribadian narasumber, jenis Mental Block narasumber hingga *value* atau *statement* yang dianut oleh narasumber guna menjamin kevalidan data yang telah didapatkan. Dapat dilihat pada bab IV dan tabel alat pengumpul data dimana peneliti melakukan analisa terhadap beberapa *statement* narasumber dengan *cross check* ulang hasil pengamatan narasumber dari aspek-aspek psikologis.

BAB II LANDASAN TEORI

A. MENTAL BLOCK

2.1.1 PENGERTIAN MENTAL BLOCK

Setiap manusia pasti memiliki pengalaman entah itu pengalaman baik maupun pengalaman buruk. Adapun seseorang menjadikan pengalaman buruk tersebut sebagai momen pembelajaran untuk kehidupan yang lebih baik. Ketika seseorang menganggap bahwa pengalaman buruk tersebut sebagai suatu pembelajaran artinya seseorang tersebut akan mampu menyelesaikan permasalahan yang lebih kompleks di masa yang akan datang. Namun, apabila pengalaman buruk tersebut dijadikan sebagai program negatif untuk membatasi atau membentengi seseorang dalam melakukan sesuatu dimasa yang akan datang maka secara tidak sadar seseorang tersebut telah menanamkan Mental Block dalam dirinya. Sebagaimana yang dijelaskan dalam definisi Mental Block berikut :

Mental Block secara bahasa sama dengan Limiting Belief atau Kurang Rasa Percaya Diri merupakan hambatan secara mental psikologis yang menyelubungi pikiran seseorang akibat program negatif yang ada dalamnya. Mental Block dapat muncul dan terjadi dari kekeliruan pengalaman hidup, pergaulan, sisa traumatik masa lalu, sisa luka batin, sisa pengalaman yang tidak mengenakan ketika kecil maupun karena kekeliruan atau kekurangtepatan cara pandang atau anggapan terhadap sesuatu bahkan akibat cara belajar atau pendidikan yang tidak tepat. Kemunculannya bisa berbentuk kecanggungan bertindak, kesulitan berbicara

dalam bidang retorikal, kesulitan mengaktualisasikan diri dan terkadang muncul dalam bentuk sindrom *Inferior Complex* atau Sindrom Rendah Diri walaupun sebenarnya memiliki berbagai kelebihan, kecerdasan dan kemampuan yang lain.¹²

Berdasarkan teori yang dimaksud, Mental Block memang sangat berpengaruh pada proses-proses pencapaian diri dalam meniti kesuksesan, pandangan dalam menyelesaikan konflik maupun cara berkomunikasi seseorang. Dari pendapat tersebut, bisa diartikan bahwa seseorang yang memiliki Mental Block cenderung menutup kepribadian yang akan mengakibatkan kurangnya tingkat interaksi sosial terhadap individu lainnya.

“Mental Block juga merupakan salah satu hambatan seseorang untuk menyampaikan perasaan, kemampuan serta hal-hal lain yang menyangkup pesan verbal. “Bencana/malapetaka selalu datang” yaitu Mental Block rentan terhadap kritik atau terhadap situasi emosional atau mudah merasa terancam (mudah panik, ketakutan tak beralasan baik terhadap kesehatan, hal-hal yang dipandang berbahaya, kemiskinan ataupun terhadap ketidakmampuan untuk mengontrol situasi atau diri sendiri, mengganggu dunia bukan tempat yang aman). Mental Block atau Limiting Belief bisa sejauh itu mempengaruhi kehidupan seseorang, jadi kesuksesan dalam segi apapun, bisa saja terhalang karena faktor-faktor pengalaman masa lalu baik dari orang tua, lingkungan serta orang lain.”¹³

Mental Block sangat berpengaruh pada pembentukan konsep diri. Peralnya, setiap pengambilan keputusan, pikiran dan masalah yang seseorang hadapi dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, bagaimana lingkungan dan orang-orang sekitar mengakui

¹² Ir. H. Purwanto Yusdarmanto, *Spiritual Mental Block* (Jakarta: PRESTASI, 2015).

¹³ Antonius Arif, *Rahasia Menghancurkan Mental Block* (TITIK MEDIA, 2012).

eksistensi seseorang. Apabila seseorang sudah dianggap buruk oleh orang lain, maka seseorang ini akan memberikan label secara langsung pada diri sendiri bahwa dia bukanlah orang yang baik dan selalu berbuat keburukan. Inilah yang dikatakan bahwa Mental Block sangat berpengaruh kepada pembentukan konsep diri seseorang.

Konsep diri yang paling dini umumnya dipengaruhi oleh keluarga dan orang terdekat lainnya, termasuk kerabat. Orang tua atau siapa pun yang memelihara seseorang untuk yang pertama kalinya, mengatakan melalui ucapan dan tindakan bahwa kita baik, cerdas, nakal, rajin, cantik dan sebagainya. Merekalah yang mengajari seseorang kata-kata pertama.

Hal ini bisa dijelaskan dari kutipan berikut bahwa :

“Dalam masa pembentukan konsep diri, seseorang sering mengujinya baik secara sadar maupun tidak. Seseorang dapat memperkirakan perbedaan konsep diri orang lain dengan memperhatikan kata-kata yang orang ucapkan dan dapat menduga dari kelas atau golongan asal.”¹⁴

Keluarga merupakan tempat pertama bagi seseorang untuk belajar, mengenal dan memahami akan hal – hal baru yang belum diketahuinya. Oleh karena itu, karakter paling mendasar dari seseorang yang terbentuk merupakan bentukan dari dimana tempat dia berasal. Karakter ini bisa saja berubah menjadi baik ataupun

¹⁴ Suryanto, S.Sos., M.Si., *Pengantar Ilmu Komunikasi*.

buruk menyesuaikan dari lingkungan serta watak dari berbagai pihak-pihak yang ada.

2.1.2 JENIS – JENIS MENTAL BLOCK

Berdasarkan kurun waktu terjadinya, Mental Block terbagi atas 3 jenis yakni :

- a. Mental Block yang terjadi karena pengalaman masa lalu dan diletakkan dimasa lalu. Misalnya, jika dimasa lalu seseorang sering dikatakan tidak mampu atau bodoh ketika masa muda atau masa kecil, lalu seseorang tersebut memutuskan untuk menjadi orang sukses dan mengikuti *training* atau membaca buku motivasi. Maka Mental Block dimasa lalu tidaklah mengganggu selama seseorang tersebut jatuh mengalami persolan lalu ia langsung berdiri dan tetap melihat masa depan maka hal tersebut tidaklah mengganggu.
- b. Mental Block yang terjadi karena pengalaman masa lalu dan diletakkan dimasa depan. Misalnya, “bila saya kaya nanti saya akan sombong atau bila nanti saya kaya nanti saya akan menjadi orang yang lupa dengan Tuhan”. Pernyataan tersebut merupakan keputusan yang menghambat mental seseorang dalam berproses dan berprogres. Akhirnya seseorang tersebut akan

terhambat pula untuk meraih pencapaian kesuksesannya.

Menurut Robert Dilts (1990) mengatakan bahwa berdasarkan kadar psikologi seseorang akibat kurangnya rasa tidak percaya diri terhadap diri sendiri, Mental Block dibagi atas 3 jenis yakni :

a. Tidak Ada Harapan (*Hopelessness*)

Ini terjadi jika seseorang tersebut tidak ada harapan untuk impian dia maka orang tersebut menjadi tidak ada harapan lagi. Misalnya, “Jika orang lain tidak bisa melakukannya maka mengapa saya harus mencoba untuk melakukannya?”. Kondisi ini banyak terjadi dengan orang-orang yang selalu beralasan, mengapa saya harus berusaha mati-matian, dia saja tidak bisa apalagi saya. Ini terjadi seakan-akan kalah sebelum berperang.

b. Ketidakberdayaan (*Helplessness*)

Ini terjadi karena seseorang merasa bahwa dirinya tidak lebih baik daripada orang lain. Merasa tidak berdaya walaupun orang lain bisa melakukannya. Misalnya, “Orang itu memang bisa sukses, tetapi beda dengan saya. Orang lain boleh bisa, tetapikan saya

orang kecil”. Kondisi ini banyak terjadi karena adanya keterbatasan kemampuan seseorang dalam mencapai sesuatu.

c. Tidak Berharga (*Worthlessness*)

Ini terjadi jika orang merasa bahwa hal itu memang mungkin dilakukan dan bisa dilakukan, hanya dirinya merasa tidak pantas dan tidak layak. Misalnya, “Saya memang mencintai pasangan saya dan saya yakin sebenarnya saya bisa berbaikan dengan pasangan saya. Hanya saja saya merasa tidak pantas dan tidak layak untuk bersama dia”. Kondisi tersebut menandakan bahwa seseorang merasa tidak menghargai dirinya dan merasa belum menemukan sesuatu yang membuat dirinya lebih berarti untuk orang lain.

2.1.3 FAKTOR TERJADINYA MENTAL BLOCK

Berkaitan dengan faktor terjadinya Mental Block, secara umum peneliti melihat bahwa faktor yang terjadi terbagi menjadi dua faktor yakni :

a. Traumatik

Trauma sering dijadikan alasan seseorang dalam melakukan suatu hal dalam masa depan. Trauma tidak saja terjadi akibat pengalaman masa

lalu. Namun ada beberapa trauma yang terjadi akibat kejadian hari ini atau trauma yang terjadi dimasa yang akan datang.

“Untuk hal-hal yang bersifat masa depan, tentu saja tidak ada satu pun makhluk di dunia ini yang tahu secara pasti apa yang akan terjadi padanya. Semua hanya bersifat Perencanaan, Harapan, Keinginan, Keyakinan, Prasangka, Asumsi dan ungkapan lainnya yang sejenis terkait dengan “apa yang akan terjadi pada masa depan” dalam mental anda”¹⁵

Lalu bagaimana kaitannya dengan traumatik di masa yang akan datang ?, tidak semua hal yang kita takutkan berasal dari masa lalu. Trauma bisa terjadi karena kondisi tidak mengenakan dimasa depan. Misalnya, seseorang harus bekerja keras karena ia takut akan jatuh miskin. Persepsi “jatuh miskin” ini yang disebut dengan trauma di masa yang akan datang. Padahal belum tentu, apapun yang digariskan oleh Allah SWT itulah yang terbaik untuk kita seperti Jodoh, Rezeki dan Kematian.

b. Respon Negatif

Mental Block seseorang tidak hanya terjadi akibat traumatik namun terkadang ada seseorang pemberani ketahanan mental yang kuat karena

¹⁵ Ir. H. Purwanto YUSDARMANTO, *Spiritual Mental Block Breaking Bersama Allah Pasti Bisa* (JAKARTA: PRESTASI, 2015)

pembentukan karakter yang baik dari keluarga. Namun ketika seseorang tersebut beranjak pada pergaulannya dan lingkungannya ada faktor eksternal yang juga sangat mempengaruhi proses ketahanan mental yang terbentuk dalam diri seseorang.

“Dalam dunia teknologi pikiran, kata-kata memegang peranan sangat besar dalam memprogram pikiran. Itu juga berpengaruh bukan hanya untuk memprogram pikiran tetapi juga berpengaruh untuk vibrasi positif atau negatif yang terpancar”.¹⁶

Kata-kata yang seseorang gunakan akan berpengaruh dalam pikiran. Kata-kata tersebut bisa saja terpancar karena keputusan diri sendiri maupun dari orang lain. Namun, tidak ada satu orang pun yang ingin menanamkan perkataan yang berpotensi untuk menghancurkan mentalnya. Bisa saja perkataan negatif itu muncul dari respon orang lain atas dasar perilaku kita yang nantinya bisa menjadi cikal bakal terjadinya program negatif dan terbentuklah Mental Block.

Kedua faktor ini cukup untuk membuat Mental Block menjadi terbentuk yang diawali dengan program negatif yang secara tidak sadar tertanam pada diri seseorang. Jika ditinjau dari permasalahannya masing-masing seseorang maka banyak faktor pula yang dapat diambil.

¹⁶ Antonius Arif, *Rahasia Menghancurkan Mental Block* (TITIK MEDIA, 2012).

2.1.4 KASUS TERJADINYA MENTAL BLOCK

Ada beberapa ragam permasalahan yang terjadi mengenai Mental Block tanpa kita sadari. Permasalahan ini biasanya terjadi akibat faktor-faktor umum yang sudah dijelaskan dalam sub bab sebelumnya. Berikut permasalahan mengenai Mental Block yang penulis dapatkan dari beberapa referensi sebagai berikut :

a. Kasus 1

“Ada seorang wanita bernama Maya yang kehidupannya begitu sukses, bahkan jauh dari kata cukup. Memiliki rumah dan transportasi mewah serta bisnis yang mumpuni. Namun Maya masih berstatus melajang walaupun umurnya bisa dikatakan cukup matang untuk melanjutkan ke jenjang pernikahan. Maya tidak seberapa aktif dalam berinteraksi sosial karena banyak tetangga-tetangga yang mengunjing dirinya karena status lajangnya. Usut punya usut, Maya enggan untuk menikah karena memiliki pengalaman keluarga yang menyedihkan. Ayahnya seorang penjudi dan setiap pulang kerumah selalu dalam keadaan mabuk. Ibunya meninggal dunia karena terus menerus disiksa dan dipukuli oleh Ayahnya. Maya berasumsi bahwa setiap pria memiliki karakter yang sama, ia takut nanti apabila ia menikah, ia akan mendapatkan perlakuan yang sama seperti ibunya. Akhirnya memilih untuk tetap melajang merupakan pilihan yang bijaksana menurutnya.”

Dari uraian mengenai permasalahan yang terjadi, penulis melihat bahwa adanya traumatik dan akhirnya terdapat program negatif yang tertanam dalam diri Maya. Program negatif tersebut dikarenakan adanya pengalaman buruk dimasa lalu dimana Maya

mengalami kehidupan keluarga yang begitu menyedihkan. Program negatif ini akan menimbulkan *statement* atau keputusan yang akan sangat mempengaruhi kehidupan Maya selanjutnya. Inilah yang disebut dengan situasi yang sangat berbahaya bagi kejiwaan Maya dalam hal rumah tangga.

“Mental Block atau limiting belief bisa sejauh itu mempengaruhi kehidupan seseorang jadi pencapaian dalam segi apapun, bisa saja terhalang karena faktor-faktor pengalaman masa lalu baik dari orang tua, lingkungan serta orang lain.”¹⁷

Sejalan dengan pernyataan dari Antonius Arif, bahwa Mental Block memang sangat berpengaruh pada kehidupan dalam segi pencapaian apapun. Berdasarkan kasus diatas, penulis melihat pencapaian dalam hubungan rumah tangga akan sulit dicapai oleh Maya atas dasar keputusan “Apabila saya menikah, maka nasib saya tidak akan jauh berbeda dari yang dialami oleh ibu saya”. Keputusan yang sangat memprihatinkan ini membawa Maya jauh terlarut dalam kesedihan padahal sejatinya tidak demikian. Merubah nasib juga butuh proses yang lumayan panjang. Langkah pertama yang harus dilakukan Maya

¹⁷ Antonius Arif, *Rahasia Menghancurkan Mental Block* (TITIK MEDIA, 2012)

adalah merubah pola pikir untuk menghilangkan keputusan yang sudah ia tancapkan kedalam dirinya.

b. Kasus 2

“Aldo seorang siswa yang pintar, tekun dan mampu menyelesaikan tugas-tugas sekolah dari guru dengan sangat baik. Setiap gurupun heran mengapa Aldo tidak pernah membuat kesalahan sedikitpun perihal akademisi. Tetapi, teman-temannya mengatakan bahwa Aldo tidak pernah mau untuk mengerjakan tugas secara berkelompok. Ia selalu menolak untuk mengerjakan tugas kelompok secara bertatap muka. Aldo selalu membagi tugas dengan teman-teman kelompoknya dan dikerjakan secara pribadi lalu dikumpulkan menjadi satu tugas akhir. Aldo cenderung menutup diri dan tidak banyak berbicara dengan orang lain kecuali perihal yang diperlukannya saja. Setelah mendengar cerita dari Randi seorang sahabatnya Aldo. Ia menceritakan bahwa Aldo selalu dididik keras oleh Ayah dan Ibunya sejak kecil dalam perihal apapun selain masalah pendidikan. Aldo pernah bercerita bahwa dalam mengerjakan apapun dirumah dia dituntut untuk selalu benar tanpa kesalahan sedikitpun. Apabila dia tidak melakukannya dengan benar, maka Ayah dan Ibunya akan marah besar dan mengomel sepanjang waktu. Aldo sangat membenci situasi tersebut. Oleh karena itu, Aldo memutuskan untuk mencoba melakukan apapun dengan benar dan tanpa ada sedikit kesalahanpun untuk menyenangkan hati orang tuanya.”

Dari uraian mengenai permasalahan yang terjadi, penulis melihat adanya unsur kesamaan dengan kasus permasalahan yang sebelumnya. Cikal bakal permasalahan yang terjadi merupakan dari unsur traumatik dimasa lalu dengan faktor keluarga pula. Aldo memiliki keputusan atau statement “Apabila saya melakukan kesalahan maka tidak

ada seorangpun yang menyukai saya bahkan berpotensi untuk memarahi saya”. *Statement* tersebut muncul dalam pikiran Aldo dari masa lalunya. Hal yang membahayakan dari permasalahan ini adalah Aldo kurang mampu mengutarakan perasaannya kepada orang lain serta kurang mampu mempercayai orang lain untuk bekerja sama dengannya.

“Sekali sebuah ide atau program masuk ke dalam *subconscious mind*, ide atau program tersebut akan tersimpan sampai tergantikan dengan ide atau program yang baru. Semakin lama ide atau program tersebut disimpan, semakin lama pula untuk bisa digantikan dengan ide atau program yang baru”.¹⁸

Berdasarkan kutipan diatas, dapat disimpulkan bahwa permasalahan Aldo berdiri atas ide atau program yang telah tertanam dalam dirinya sejak kecil, sejak ia mengerti benar dan salah atas penilaian orang tuanya. Peneliti melihat bahwa Aldo kurang mampu mempercayai orang lain akibat perasaan orang tuanya yang tidak mempercayai dia dalam melakukan hal apapun. Menurut peneliti Aldo riskan terhadap kritik maupun respon orang lain apabila suatu hal tidak ia kerjakan dengan benar. Ia takut apabila melakukan kesalahan maka respon dari orang lain akan sama seperti orang tuanya. Sejatinya tidak begitu,

¹⁸ Antonius Arif, *Rahasia Menghancurkan Mental Block* (TITIK MEDIA, 2012)

manusia memang rentan terhadap salah, bergantung bagaimana manusia menyikapi kesalahan tersebut.

c. Kasus 3

“Sevi seorang siswi yang mempunyai hobi bernyanyi. Menurutnya bernyanyi merupakan sarana mengungkapkan perasaan dan membuat dirinya jauh lebih santai. Beberapa kali Sevi bernyanyi di dalam rumahnya, di jalan bahkan di ruang kelas pun ia pernah bernyanyi. Namun seiring berjalannya waktu, akhir-akhir ini teman-teman Sevi mengkritik bahwa nyanyian Sevi tidak bagus dan hanya membuat kebisingan belaka. Awalnya Sevi tidak begitu menghiraukan perkataan teman-temannya. Namun semakin lama Sevi memikirkan perkataan tersebut dan memutuskan untuk tidak bernyanyi lagi di muka umum. Sevi menjadi pemurung, dingin dan juga terkadang memandang sinis teman-temannya.”

Berdasarkan kutipan cerita diatas, Sevi mengalami Mental Block dari hasil respon yang kurang menyenangkan. Hal ini dikarenakan respon yang kurang berkenan tadi menimbulkan program negatif yang ada dalam diri Sevi. “Sevi memutuskan untuk tidak bernyanyi lagi di depan umum”. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa adanya *Worthlessness* atau perasaan tidak berharga. Ini terjadi jika seseorang merasa bahwa hal itu memang mungkin dilakukan dan bisa dilakukan, hanya dirinya merasa tidak pantas dan tidak layak.

“Bencana/malapetaka selalu datang” yaitu Mental Block rentan terhadap kritik atau terhadap

situasi emosional atau mudah merasa terancam (mudah panik, ketakutan tak beralasan baik terhadap kesehatan, hal-hal yang dipandang berbahaya, kemiskinan ataupun terhadap ketidakmampuan untuk mengontrol situasi atau diri sendiri, menganggap dunia bukan tempat yang aman).”¹⁹

Pada kutipan diatas, perlu digaris bawahi pada kalimat “rentan terhadap kritik”. Hal ini mengacu pada respon teman-teman Sevi yang kurang menyukai hobi Sevi yakni bernyanyi. Respon itulah yang akan membentuk Mental Block pada diri Sevi dan merubah sedikit kepribadiannya, pola pikirnya bahkan perilakunya.

Dari uraian beberapa permasalahan diatas, dapat digaris bawahi bahwa Mental Block terjadi akibat adanya beberapa faktor yang nantinya akan membentuk program negatif menjadi pengambilan keputusan negatif lalu menjadikan adanya perubahan perilaku, pola pikir bahkan kepribadian seseorang.

2.1.5 PENANGANAN MENTAL BLOCK

Penanganan adalah upaya pencegahan dan mengatasi atas suatu yang berdampak baik kecil maupun besar. Menurut Ensiklopedia Nasional Indonesia, kata penanganan terbagi menjadi dua yakni penanganan *preventif* dan penanganan *kuratif*. Kedua penanganan tersebut saling berkesinambungan. Penanganan *preventif* diartikan “bersifat mencegah” (agar tidak terjadi apa-

¹⁹ *Ibid.*, hal. 8

apa). Penanganan *preventif* yang dimaksud adalah upaya mencegah agar seseorang tidak memiliki Mental Block yang berdampak sangat fatal. Sedangkan Penanganan *kuratif* diartikan sebagai “menolong menyembuhkan (penyakit dan sebagainya); mempunyai daya untuk mengobati”. Penanganan *kuratif* yang dimaksud adalah upaya menghancurkan Mental Block sebagai faktor penghambat komunikasi verbal.²⁰

Secara teori penanganan Mental Block terbagi atas beberapa cara yakni :

2.1.5.1 Terapi Kognitif (*Cognitive Therapy*)

Premis dasar terapi kognitif adalah cara individu merasa atau berperilaku sebagian besar ditentukan oleh penilaian mereka terhadap peristiwa. Aaron Beck merupakan seorang psikiater, penemu dan pengembang terapi kognitif (CT).

“Terapi kognitif menggunakan pendekatan aktif, direktif, terikat waktu dan terstruktur. Terapi ini adalah terapi pemahaman yang menekankan pada pengenalan dan pengubahan jalan pikiran negatif dan keyakinan yang salah adaptasi.”²¹

Terapi Kognitif ini menggunakan seorang konselor untuk melakukan terapi secara konseling

²⁰ Dr. Boenjamin Setiawan, *Ensiklopedia Nasional Indonesia* (PT Delta Pamungkas, 2001).

²¹ Glading, Samuel.T. 2012. *Konseling Profesi yang Menyeluruh*. Indeks: Jakarta

kognitif. Peranan konselor dalam CT adalah aktif didalam sesi konseling. Konselor bekerja dengan konseli untuk membuat pikiran yang terselubung menjadi lebih terbuka.

“Persepsi dan pengalaman adalah proses aktif yang melibatkan data *inspektif* dan *intropaktif*. Bagaimana seseorang menjelaskan suatu situasi pada umumnya terlihat pada kognisinya (pikiran dan gambaran visual). Oleh karena itu, tingkah laku yang tidak fungsional. Jika keyakinan tidak dapat diubah, tidak ada kemajuan dalam tingkah laku atau simtom seseorang. Jika keyakinan berubah, simtom dan tingkah laku akan berubah.”²²

2.1.5.2 Ego State Therapy

“Terapi Ego State merupakan terapi emosional yang sangat luar biasa. Terapi Ego State dapat digunakan untuk kasus-kasus psikologis diantaranya yaitu : depresi, penyesalan, dendam yang tidak terselesaikan, serangan panik, phobia, tidak percaya diri, kepribadian ganda, Skizofrenia, *Post Traumatic Stress Disorder*, *addiction*, kemarahan, *relationship (couple conseling)*, *pain psychosomatic*, *personal development* (Mental Block).”²³

Terapi Ego State tersebut dapat dilakukan secara sadar dengan bantuan imajinasi yang sangat luar biasa. Palsalnya klien akan dituntut untuk membayangkan masalah yang mengakibatkan Mental Block yang ada dalam dirinya.

“Adapun tujuan dari Ego State Therapy adalah untuk mengalokasikan ego state dimana adanya kesakitan, trauma, kemarahan, atau frustrasi

²² Mcleod, John. 2008. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Kencana: Jakarta

²³ Antonius Arif, *Rahasia Menghancurkan Mental Block*, TITIK MEDIA: 2012

dan memfasilitasi ekspresi, fungsi komunikasi melepaskan emosi negatif, memberikan rasa nyaman dan memperdayakan diri serta mengatasi konflik dalam diri.”²⁴

2.1.5.3 Rational Emotive Therapy

“Terapi Rasional Emotif adalah terapi konseling yang berasumsi bahwa berpikir dan emosi bukan proses tetapi justru saling bertumpangtindih dan dalam prakteknya kedua hal tersebut saling berkaitan. Emosi disebabkan dan dikendalikan oleh pikiran. Emosi adalah pikiran yang dialihkan dan diprasangkakan sebagai suatu proses sikap dan kognitif yang intristik. Pikiran-pikiran seseorang dapat menjadi emosi orang tersebut dan merasakan sesuatu dalam situasi tertentu dapat menjadi pemikiran seseorang. Atau dengan kata lain, pikiran mempengaruhi emosi dan sebaliknya emosi mempengaruhi pikiran.”²⁵

Berdasarkan teori yang telah dijelaskan, Mental Block merupakan permasalahan yang melibatkan emosional yang terdapat dari pikiran-pikiran alam bawah sadar yang telah terprogram. Dengan Terapi Rasional Emotif, klien Mental Block diharapkan dapat merubah pola pikir yang bersumber dari gangguan emosionalnya.

“Tujuan utama Terapi Rasional Emotif adalah menunjukkan kepada klien bahwa verbalisasi diri mereka merupakan sumber gangguan emosionalnya. Kemudian membantu klien agar memperbaiki cara berpikir, merasa dan berperilaku, sehingga ia tidak lagi mengalami gangguan emosional di masa yang akan datang.”²⁶

²⁴ Ibid.,

²⁵ Paulus Erwin Sasmita, “*Irrational Beliefs*” Dalam *Konteks Kehidupan Seminari*, Jurnal Teologi, Vol.04, 2015

²⁶ Ibid.,

2.1.5.4 Terapi Hipnosis (*Hypnotherapy*)

Adapun Terapi Hipnosis atau orang biasanya menyebut dengan Hipnotis merupakan metode yang memberikan sugesti kedalam bawah sadar pikiran seseorang.

“Hipnosis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar diikuti dengan diterimanya suatu pemikiran atau sugesti tertentu. Jadi dalam hypnosis terjadi komunikasi langsung ke pikiran bawah sadar seseorang sehingga sugesti atau penyelidikan sebuah masalah menjadi lebih cepat dan tepat terkomunikasikan.”²⁷

Kondisi seseorang yang memiliki Mental Block terkadang sulit untuk terbuka mengenai masalah yang dialaminya. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki Mental Block tidak ada salahnya untuk mencoba Terapi Hipnosis agar alam bawah sadarnya terbuka untuk menjelaskan dan menceritakan kronologis masalah yang dihadapinya.

2.1.5.5 Positive Journal Inventory

“Membuat *Journal Positive Inventory* bisa dilakukan dengan menulis dibuku dengan bentuk dan dibuat garis seperti huruf T. Dikolom sebelah kiri dibuat hal positif dan kolom kanan dibuat hal negatif. Bila ada hal negatif yang terjadi, segera tulis dikolom kanan dan tulis dikolom kiri kebalikannya dan menjadi positif. Journal ini harus diisi setiap hari dan dilakukan secara rutin maka

²⁷ Made Suwenten. *Practical Hypnotherapy Guide Book*. 2018. METAGRAF: Solo

pikiran negatif tidak akan hadir dalam pikiran anda.”²⁸

Membuat journal tersebut membantu seseorang untuk melihat seberapa positif atau negatif dalam melihat hari-hari yang sudah dilalui.

Positive Journal Inventory

Positif	Negatif
7/11, Hari ini gembira karena orang itu membeli sesuatu dari saya	
8/11, saya senang karena bos saya mau saya improve lebih daripada sekarang	8/11, saya dimarahi bos saya karena teledor
9/11, saya bangun pagi dengan kondisi sangat senang	
10/11, saya belajar banyak untuk tidak asal buat janji saja. Harus dicek ketersediaannya dahulu.	10/11, Customer saya complain karena barang yang saya janjikan tidak tersedia

Tabel 1. Tabel Positive Journal Inventory

2.1.5.6 Visualisasi

“Visualisasi merupakan mencari tahu apa saja Mental Block seseorang serta ditulis dikertas dan digantikan dengan menuliskan kata gantinya dengan kalimat positif dan ditambahkan dengan kalimat “karena” lalu buat alasannya. Lakukan visualisasi sebelum tidur dan masukan kata-kata positif itu kedalam diri kita sebanyak 10 kali saat kita hendak tidur selama 21 hari”.²⁹

Contoh :

²⁸ Antonius Arif, *Rahasia Menghancurkan Mental Block*, TITIK MEDIA: 2012

²⁹ Antonius Arif, *Rahasia Menghancurkan Mental Block*, TITIK MEDIA: 2012

“Saya tidak percaya diri ketika berhadapan dengan orang yang lebih hebat daripada saya.”

Ganti dengan :

“Saya percaya diri ketika berhadapan dengan orang yang lebih hebat daripada saya karena saya diciptakan menjadi orang yang sukses.”

Cara Visualisasi ini secara tidak langsung akan membawa kita pada memotivasi untuk diri sendiri dengan menanamkan program pemikiran positif.

2.1.5.7 Meta Mind State

Meta Mind State adalah terapi imajinasi dimana klien akan mengimajinasikan Mental Block dalam bentuk nyata yang ada ditangan klien tersebut lalu memberikan sugesti untuk tidak akan mengingat Mental Block tersebut serta berjanji akan berubah untuk kehidupan yang lebih baik.

2.1.5.8 Eye Movement Integration

Terapi ini adalah sebuah Teknik yang juga sangat baik dan sangat cepat dalam membersihkan Mental Block.

Cara melakukannya adalah dengan membuat kotak dari tempat anda berdiri hingga kedepan. Lalu setiap kotak itu mempunyai fungsi sebagai berikut.

ANDA

<p>KOTAK 1</p> <p>Menyebutkan nama Mental Block nya di skala dari 1-10</p>
<p>KOTAK 2</p> <p>Reframing Mental Block yang ada dengan mengganti makna Mental Block dan mengambil sisi baiknya</p>
<p>KOTAK 3</p> <p>Menjelaskan apakah kita memiliki mentor dalam hidup lalu jelaskan peran dari mentor tersebut</p>
<p>KOTAK 4</p> <p>Memasukkan program pemikiran positif dengan menyuarakan apa yang kita inginkan</p>

Tabel 1. Tabel Eye Movement Integration Therapy

B. KOMUNIKASI VERBAL

2.2.1 PENGERTIAN KOMUNIKASI VERBAL

Komunikasi Verbal adalah tindakan manusia yang secara sengaja dikirimkan dan diinterpretasikan seperti tujuannya dan memiliki potensi akan adanya umpan balik dalam bentuk bahasa

dari yang menerimanya. Salah satu aspek penting komunikasi verbal adalah pemahaman pesan verbal dalam bentuk bahasa.³⁰

QS. Ar-Rahman Ayat 1-4

الرَّحْمَنُ ۝ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ۝ خَلَقَ الْإِنْسَانَ ۝ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ۝

Artinya:

(Tuhan) yang Maha pemurah, yang telah mengajarkan Al Quran. Dia menciptakan manusia. Mengajarnya pandai berbicara.

Pada QS. Ar-Rahman ayat 1-4 dijelaskan bahwa Allah SWT menciptakan manusia dengan bentuk fisik yang sempurna dan menjadikan manusia sebagai khalifah di bumi untuk mengajarkan kebaikan. Adapun pada ayat ke-4, Allah SWT memerintahkan umatnya untuk pandai berbicara. Pandai berbicara yang dimaksud adalah pandai berbicara pada konteks *Qaulan Layyinan* yang berarti perkataan yang lembut. *Qaulan Layyinan* bersumber dari kondisi mental dan rohani yang sehat. Artinya apabila kita mengkondisikan jiwa dan rohani kita dalam keadaan sehat, maka perkataan yang muncul akan membawa dampak positif bagi diri kita dan juga orang lain.

Pesan Verbal merupakan semua jenis simbol yang menggunakan satu kata atau lebih. Kata-kata adalah abstraksi realitas individual yang tidak mampu menimbulkan reaksi, yang merupakan totalitas objek atau konsep yang diwakili oleh kata-kata itu. Bahasa adalah sistem kode verbal. Bahasa merupakan seperangkat simbol dengan aturan untuk mengkombinasikan simbol, yang

³⁰ Suryanto, S.Sos., M.Si., *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Bandung: CV PUSTAKA SETIA, t.t.).

digunakan dan dipahami suatu komunitas. Bahasa adalah sarana utama untuk menyatakan pikiran, perasaan dan maksud.³¹

Pesan Verbal merupakan aspek penting dalam proses komunikasi berlangsung. Dalam pesan verbal itulah terdapat berbagai macam informasi yang secara tidak sadar nantinya akan berpengaruh pada konsep kepribadian seseorang. Hubungan pesan verbal dan kepribadian seseorang peneliti rasa berkesinambungan dimana informasi dapat membentuk karakter seseorang dan karakter juga dapat mempengaruhi bentuk serta bagaimana metode penyampaian informasi kepada seseorang ditinjau latar belakang kepribadian seseorang yang beragam.

2.2.2 JENIS-JENIS KOMUNIKASI VERBAL

Komunikasi Verbal merupakan komunikasi lisan yang disampaikan melalui kata-kata yang diucapkan seperti dialog tatap muka, pidato, presentasi, diskusi dan lain-lain. Adapun jenis-jenis Komunikasi Verbal yakni :

2.2.2.1 Dialog Tatap Muka

Dialog merupakan proses pemberian dan penerimaan informasi yang dilakukan oleh 2 orang atau lebih secara interaktif.

“Dialog adalah percakapan dua orang atau lebih, melalui tanya jawab mengenai suatu tema

³¹ *Ibid.*

atau tujuan. Mereka berdiskusi tentang permasalahan tertentu, kadang diperoleh hasil, kadang satu sama lain tidak puas. Namun pendengar tetap mendapatkan pelajaran.”³²

2.2.2.2 Pidato

Pidato merupakan bentuk penyampaian informasi secara terbuka untuk khalayak umum.

“Pidato umumnya ditujukan kepada orang atau sekumpulan orang untuk menyatakan selamat, menyambut kedatangan tamu, memperingati hari-hari besar dan lain sebagainya”³³

2.2.2.3 Presentasi

Presentasi merupakan kegiatan yang dilakukan secara aktif dengan melibatkan orang lain selain pembicara, sehingga pembicara harus mampu membuat presentasi menarik untuk diikuti.

“Presentasi merupakan sebuah kegiatan aktif dimana seseorang pembicara menyampaikan dan mengkomunikasikan ide serta informasi kepada kelompok audiens.”

³² Jejen Musfah, “*Metode Pendidikan Dalam perspektif Islam*”, www.journalacademia.edu, diakses 27 desember 2019

³³ Karomani, “*Pidato dan Teknik Model*”, *Journal Bahasa Indonesia*, Vol.5

2.2.2.4 Diskusi

“Diskusi merupakan proses penyampaian gagasan atau ide yang dilakukan secara bertukar pikiran untuk mendapatkan hasil yang diinginkan”

2.2.3 FUNGSI KOMUNIKASI VERBAL

Dalam Komunikasi Verbal ini, pengirim informasi berbagi pemikirannya dalam bentuk kata-kata. Nada pembicara dan kualitas kata yang digunakan memainkan peranan yang sangat penting dalam Komunikasi Verbal. Dalam penyampiannya, pembicara harus menggunakan suara yang keras atau nada yang lebih tinggi dan isi atau konten informasi yang jelas agar si penerima informasi dapat dengan jelas memahami apa yang ingin disampaikan oleh si pengirim informasi sehingga tidak menimbulkan kebingungan dan kesalahpahaman.

Pengirim informasi atau pembicara juga harus memeriksa kembali apakah pendengar atau penerima informasi tersebut telah mengerti dan memahami konten informasi yang disampaiannya. Oleh karena itu, *feedback* atau umpan balik dari si penerima informasi juga penting untuk diperhatikan sehingga komunikasi dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

Larry L. Barker dalam bukunya menyebutkan adanya 3 fungsi Komunikasi Verbal yang diantaranya adalah sebagai berikut :

2.2.3.1 Penamaan (Labeling)

Penamaan merupakan fungsi bahasa yang mendasar. Penamaan atau penjulukan merujuk pada usaha mengidentifikasi objek, tindakan, atau orang dengan menyebut namanya sehingga dapat dirujuk dalam berkomunikasi.

2.2.3.2 Interaksi

Fungsi interaksi menunjuk pada berbagi gagasan dan emosi yang dapat mengundang simpati dan pengertian ataupun kemarahan dan kebingungan. Fungsi interaktif ini sebenarnya sama halnya dengan fungsi komunikasi lainnya. Yang mana fungsinya sebagai penyampai informasi dan pesan yang menimbulkan interaktif. Baik itu secara individu maupun kelompok

2.2.3.3 Transmisi Informasi

Fungsi transmisi informasi adalah bahwa bahasa merupakan media untuk menyampaikan

informasi kepada orang lain. Bahasa merupakan media transmisi informasi yang bersifat lintas waktu, artinya melalui bahasa dapat disampaikan informasi yang menghubungkan masa lalu, masa kini, dan masa depan, sehingga memungkinkan adanya kesinambungan budaya dan tradisi.

2.2.4 KOMUNIKASI DAN PSIKOLOGI KEPERIBADIAN

Komunikasi merupakan keilmuan yang sangat universal dan dapat dikaitkan dengan keilmuan lainnya secara komprehensif.

Komunikasi sangat esensial untuk pertumbuhan kepribadian manusia. Kurangnya komunikasi akan menghambat perkembangan kepribadian. Komunikasi berkaitan erat dengan perilaku dan pengalaman kesadaran manusia. Psikologi mencoba menganalisis seluruh komponen yang terlibat dalam proses komunikasi. Pada komunikasi, psikologi memberikan karakteristik komunikasi serta faktor-faktor internal ataupun eksternal yang mempengaruhi perilaku komunikasinya. Pada komunikator, psikologi melacak sifat-sifatnya dan bertanya tentang penyebab satu sumber komunikasi berhasil dalam memengaruhi orang lain, sementara sumber komunikasi yang lain tidak.³⁴

Hubungan antara komunikasi dengan psikologi juga sangat berkesinambungan dimana komunikasi merupakan ilmu penyampaian pesan baik verbal maupun non verbal tetapi juga harus mengindahkan latar belakang psikologi seseorang agar komunikasi tersebut dapat berjalan dengan lancar. Peneliti

³⁴ *Ibid.*, 333

mengungkap bahwa “*Everybody can talk, but not everybody can communicate*” memang ada benarnya. Pasalnya seseorang bisa belajar untuk menjadi seorang pembicara yang handal dengan mematuhi kaidah-kaidah ilmu berbicara namun tidak semua orang mampu mengkomunikasikan pesan yang ingin disampaikan tanpa mengindahkan karakteristik lawan berbicara karena ilmu berbicara tidak sama dengan ilmu komunikasi. Oleh karena itu, ilmu komunikasi sangat eratnya dengan ilmu psikologi.

George A. Miller (1967) membuat definisi psikologi yang mencakup semuanya, “*Psychology is the science that attempts to describe, predict, and control mental and behavioral event*”. Dengan demikian, psikologi komunikasi adalah ilmu yang berusaha menguraikan, meramalkan dan mengendalikan peristiwa mental dan tingkah laku dalam komunikasi. Peristiwa Mental adalah *internal meditation of stimuli*, sebagai akibat berlangsungnya komunikasi.³⁵

Komunikasi manusia tidak selalu lancar karena ada kalanya mengalami hambatan, gangguan atau distorsi. Hambatan yang lebih ditekankan pada penelitian ini menitikberatkan adanya hambatan dan gangguan bersifat psikologis meliputi *self-awareness, self-perception*, persepsi, motivasi, hambatan mental yang mengganggu kelancaran pengiriman dan penerimaan pesan pada komunikasi verbal.

Dalam diri manusia dan dalam siklus kehidupan manusia, Mental adalah sesuatu yang sangat penting. Banyak sekali manusia yang tidak memiliki ketahanan mental dalam menghadapi berbagai macam hambatan kehidupan hingga membuatnya frustrasi. Bahkan

³⁵ Suryanto, S.Sos., M.Si., *Pengantar Ilmu Komunikasi*.

banyak orang yang berpendidikan tinggi, sarjana, master, doktor, tetapi tidak memiliki ketahanan mental yang kuat ketika menghadapi berbagai macam hambatan kehidupan. Tidak sedikit yang berakhir dengan kehidupan yang berantakan bahkan hingga melakukan bunuh diri.³⁶

QS. Ali Imran Ayat 139

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya:

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

Dalam QS. Ali Imran Ayat 139 dijelaskan bahwa Allah SWT memberikan ketenangan dan ketentraman hati pada setiap mukmin yang beriman. Allah SWT menitipkan hati nurani yang lembut kepada kita agar kita senantiasa ingat dan beriman kepada Allah SWT. Tujuan dari QS. Ali Imran Ayat 139 adalah tidak lain dan tidak bukan untuk mengingatkan kita bahwa sesulit-sulitnya masalah yang Allah SWT turunkan untuk menguji kadar keimanan kita, hendaknya kita masih memadukan campur tangan Allah SWT terhadap masalah-masalah yang kita hadapi dan juga pada ayat ini kita dilarang untuk berputus asa karena setiap masalah yang menimpa kita tidak akan melampaui batas kemampuan yang kita miliki.

³⁶ Ir. H. Purwanto Yusdarmanto, *Bersama Allah Pasti Bisa*.

BAB III

SETTING LOKASI PENELITIAN

A. PROFIL DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH

Desa Kampung Baru berdiri sejak tahun 1962 yang terdiri dari 1 Dusun dan 4 RT. Jumlah penduduknya adalah 287 KK (Kepala Keluarga) dengan jumlah jiwa sebanyak 721 orang. Pada tahun 1962 diresmikan menjadi desa definitif.³⁷

Desa Kampung Baru merupakan satu dari 7 desa wilayah Kecamatan Kotagajah, yang terletak 10 km kearah selatan dari kota kecamatan. Desa Kampung Baru mempunyai luas wilayah seluas 2 hektare, dengan batasan-batasan sebagai berikut :

1. Sebelah Utara berbatasan dengan Desa Purworejo
2. Sebelah Selatan berbatasan dengan Desa Kotasari
3. Sebelah Timur berbatasan dengan Desa Margo Rahayu
4. Sebelah Barat berbatasan dengan Desa Sri Rahayu

Iklm Desa Kampung Baru sebagaimana desa-desa lain di wilayah Indonesia yaitu mempunyai iklim kemarau dan penghujan, hal tersebut mempunyai pengaruh langsung terhadap pola tanam yang ada di Kampung Baru Kecamatan Kotagajah.³⁸

³⁷ Wawancara dengan Fahru Rozzi, Sekretaris Desa Kampung Baru, Kec. Kotagajah pada 26 November 2019

³⁸ Wawancara dengan Fahru Rozzi, Sekretaris Desa Kampung Baru, Kec. Kotagajah pada 26 November 2019

B. VISI DAN MISI DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH

Adapun Visi dan Misi Desa Kampung Baru, Kecamatan

Kotagajah adalah :

Visi :

Menjadi Desa yang mengutamakan Pendidikan dan Keagamaan

Misi :

- ✓ Menjadikan desa yang sejahtera
- ✓ Mengutamakan kondisi desa dengan keamanan, kenyamanan dan kebersihan yang memadai.
- ✓ Mendedikasikan masyarakat desa yang produktif dan agamis

C. STRUKTUR KEPEMIMPINAN DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH

Urutan pejabat yang pernah memimpin Desa Kampung Baru sebagai berikut :

No	Periode	Nama Kepala Desa	Keterangan
1.	1962-1975	Pak Karto Senen	Jagabaya
2.	1975-1998	Pak Busro	Ka. Desa pertama
3.	1998-2008	Pak Towikin	Ka. Desa Ketiga
4.	2008-2013	Pak Suharto	Ka. Desa Keempat
5.	2013-2016	Bu Eka Setianingsih	Ka. Desa Kelima
6.	2016-2017	Pak Hamidi	Ka. Desa Keenam
7.	2017-2019	Pak Akhmadi	Ka. Desa Ketujuh
8.	2019-2025	Pak Akhmadi	Ka. Desa Kedelapan

Tabel 2. Tabel Pejabat Desa Kampung Baru

D. KONDISI DAN JUMLAH MASYARAKAT DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH

Desa Kampung Baru mempunyai jumlah penduduk sebanyak 721 jiwa berdasarkan data penduduk tahun 2019, yang tersebar dalam tiga dusun dengan perincian sebagai berikut :

No	Dusun	Jumlah Penduduk
1.	Dusun I	721

Tabel 3. Tabel Jumlah Dusun Desa Kampung Baru

Tingkat pendidikan masyarakat Desa Kampung Baru adalah sebagai berikut :

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah
1.	Pra Sekolah	21
2.	Tidak Sekolah	53
3.	SD (Sekolah Dasar)	42
4.	SMP (Sekolah Menengah Pertama)	59
5.	SMA (Sekolah Menengah Atas)	351
6.	Sarjana	195

Tabel 4. Tabel Srata Pendidikan Penduduk Desa Kampung Baru

Desa Kampung Baru merupakan Desa yang cukup modern dimana masyarakatnya bermatapencaharian sebagai pedagang, wirausaha maupun pegawai sipil. Oleh karena itu, luas wilayah Desa Kampung baru tidak terdapat wilayah pertanian melainkan kebun-kebun kecil disekitar pekarangan rumah warga untuk dijadikan investasi jangka panjang. Adapun jumlah usia produksi selengkapnya sebagai berikut :

No	Mata Pencaharian Penduduk	Jumlah
1.	Pedagang	86
2.	Wiraswasta	351
3.	Pegawai Pemerintah Daerah	195
4.	Pegawai Negeri Sipil	53
5.	TNI	21
6.	Buruh	15

Tabel 5. Tabel Mata Pencaharian Penduduk Desa Kampung Baru

Penggunaan lahan di Desa Kampung Baru sebagian besar dipergunakan untuk lahan perkebunan, tanah kavling dan sisanya merupakan tanah-tanah yang dijadikan investase jangka panjang serta perumahan warga setempat.

Penduduk Desa Kampung Baru selain bermatapencaharian sebagai pedagang dan wiraswasta maupun pegawai juga beternak sebagai usaha sampingan keluarga. Jenis ternak yang dipelihara merupakan ternak yang umum dipelihara oleh masyarakat Indonesia pada umumnya. Jumlah kepemilikan hewan ternak oleh penduduk Desa Kampung Baru adalah :

No.	Nama Ternak	Jumlah
1.	Ayam/Itik	53
2.	Ikan	37

Tabel 6. Tabel Ternak Penduduk Desa Kampung Baru

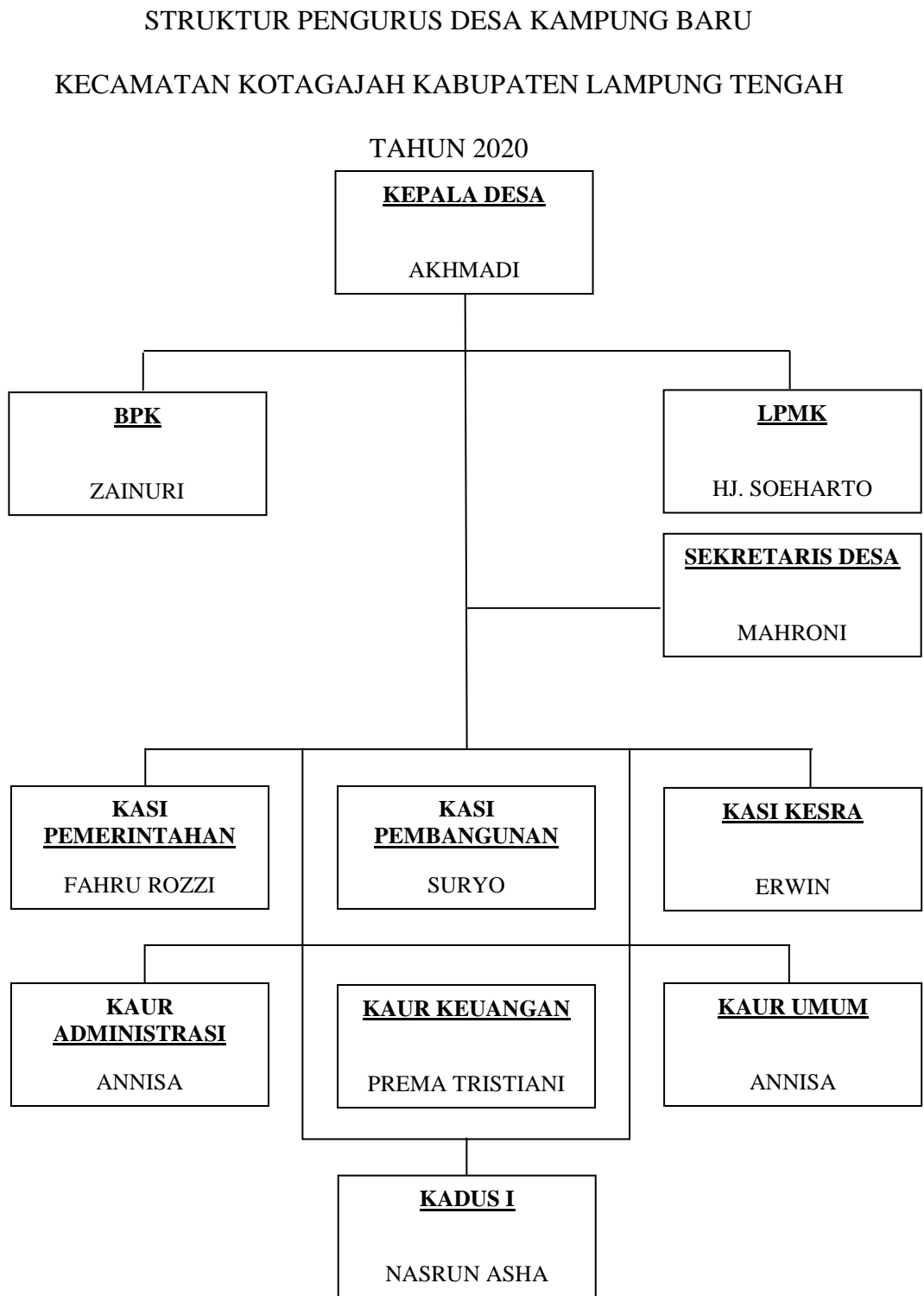
Agama masyarakat Desa Kampung Baru mayoritas Islam (Muhammadiyah dan Nahdatul Ulama). Adapun agama yang non Muslim yaitu Kristen (Katholik dan Protestan).

Desa Kampung Baru mempunyai luas wilayah 2 hektare, hanya dalam 1 Dusun yang terdiri dari 4 Rukun Tetangga (RT).

Adapun pembagian wilayahnya sebagai berikut :

No.	Dusun	Nama Kadus/RT	Jumlah Jiwa
1.	Dusun 1	Nasrun Asha	721
2.	RT 01	Erwan	183
3.	RT 02	Cak Nur	165
4.	RT 03	Agung	175
5.	RT 04	Mujitabah	198

Tabel 7. Tabel Rukun Tetangga desa Kampung Baru



Gambar 1. Bagan Struktur Kepemimpinan Desa Kampung Baru

E. KONDISI SARANA DAN PRASARANA DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH

Desa Kampung Baru memiliki sarana dan prasarana demi menunjang efektifitas masyarakat yakni sebagai berikut :

No	Sarana	Keadaan	Keterangan
1.	Kantor Kelurahan	Baik	Permanen
2.	Kantor Posyandu	Baik	Permanen
3.	Kantor PKK	Baik	Permanen
4.	GSG	Baik	Permanen
5.	Gedung Bulu Tangkis	Baik	Permanen
6.	Lapangan Basket	Baik	Permanen
7.	Lapangan Tennis	Baik	Permanen
8.	Lapangan Desa	Baik	Permanen

Tabel 8. Tabel Sarana Prasarana Desa Kampung Baru

BAB IV

ANALISA DATA

Mental Block biasanya terjadi karena adanya kepercayaan (*beliefs*) dan nilai-nilai (*value*) yang saling bertentangan di dalam diri kita dan menjadi belenggu pikiran kita. Jika Mental Block ini tidak dibersihkan atau ditangani secara total, tidak mungkin seseorang akan bisa berhasil dalam hidupnya. Semua emosi negatif ini menjadi *excess baggage* atau beban yang selalu dibawa dalam hidupnya. Umumnya, konflik ini terjadi diantara pikiran sadar (*conscious*) dengan pikiran bawah sadar (*subconscious*) yang tertanam sekian lama. Perlu diketahui bahwa, saat pikiran sadar dan bawah sadar mulai bertentangan, biasanya pikiran bawah sadarlah yang akan menjadi pemenang. Arif (2012) menjelaskan bahwa pikiran sadar (*conscious*) menguasai 10-12% dari keseluruhan pikiran kita. Sedangkan pikiran bawah sadar (*subconscious*) menguasai 88-90% dari seluruh kemampuan pikiran kita. Kadang kita melihat masalah hanya dipermukaannya saja, padahal permasalahan sesungguhnya ada di pikiran bawah sadar kita (*subconscious*) tanpa kita sadari memiliki pengaruh yang sangat besar. Berikut analisa data yang akan membahas kasus Mental Block berdasarkan persepektif yang berbeda-beda.

A. ANALISA KASUS MENTAL BLOCK BERDASARKAN INFERIOR COMPLEX SYNDROM

Pada kasus tertentu terdapat seseorang yang memiliki Mental Block berdasarkan *Inferior Complex Syndrom* atau yang disebut dengan Sindrom Rendah Diri dimana seseorang memiliki rasa tidak percaya diri dan tidak mampu mengaktualisasikan diri

karena ada batasan-batasan tertentu yang dianut secara mental. *Inferior Complex Syndrom* itu sendiri dihasilkan dari seseorang yang menstimulasikan program negatif lalu dijadikan *value* untuk dianut dari waktu ke waktu. *Value*³⁹ inilah yang akan membawa seseorang pada penentuan-penentuan terhadap *beliefs*⁴⁰ yang nantinya akan berpengaruh pada kondisi *mindset*⁴¹ seseorang.

Berdasarkan data yang sudah didapatkan, peneliti dapat menganalisa bahwa kasus seseorang berinisial RA merupakan kasus Mental Block berdasarkan *Inferior Complex Syndrom*, pasalnya RA menganut *value-value* yang dijadikan panutan untuk menentukan jalan hidupnya dengan adanya perubahan perilaku menjadi kurang percaya diri. Diawali dengan latar belakang RA yang merupakan seorang anak tunggal dari seorang ibu yang sudah cerai dengan suaminya. Singkat cerita, RA menamati pendidikan SMK pada tahun 2003 dan melanjutkan akademi elektronika pada tahun 2004. Setelah lulus dari akademi elektronika, RA memutuskan untuk bekerja dibidang keilmuannya. Namun, selama 10 tahun ia tidak mendapatkan jawaban atas mimpinya tersebut. Oleh karena itu, selama 10 tahun lebih hingga tahun 2019, RA hanya membantu ibunya di pasar tradisional Kotagajah. Sepeninggal ibunya yang meninggal pada bulan Mei 2019, RA tidak melakukan apapun dalam kesehariannya. Tidak bekerja dan

³⁹ Sebuah nilai yang dianut seseorang yang menyebabkan posisi diri tidak berkembang

⁴⁰ Kepercayaan seseorang yang diletakkan di pikiran bawah sadar

⁴¹ Pola pikir seseorang

tidak pula mengolah toko sepeninggal ibunya, hanya berpangku tangan oleh kakaknya sendiri. Menurut hasil pengamatan yang peneliti dapatkan dari keluarga terdekat, RA memiliki kepribadian *introvert* atau pendiam serta kesulitan dalam berbicara dan mengaktualisasikan dirinya dalam bersosialisasi dengan orang lain.

“RA emang orangnya pendiam, jarang ngomong gitu, hanya orang-orang tertentu aja yang menurut dia deket baru bisa terbuka soal masalah dia gitu”⁴²

Berdasarkan pernyataan diatas peneliti dapat mengetahui bahwa RA memiliki gejala Mental Block dimana RA memiliki masalah kesulitan berbicara dan kurang dapat mengoptimalkan dirinya dalam bersosialisasi dengan orang lain.

“Menurut teori Freeud “apa yang kita lakukan dimasa sekarang itu pasti terpengaruh dari masa kecil kita”. Aku rasa masa kecil RA ini, tidak seperti kebanyakan anak lain jadi karakter RA ini terbentuk menjadi *Introvert*⁴³ dan dari sini juga masuklah masukan negatif kaya ketidakberdayaan, “kamu mau ngapain si, kerja aja ga bisa masa mau bikin toko” karakter sifat yang terbentuk itu biasanya hasil hajaran banyak orang, komentar negatif, pengalaman dan banyak permasalahan seperti itu atau bisa jadi karakter RA seperti ini karena tempaan lingkungannya, tidak ada yang mendorong untuk maju semisal.”⁴⁴

Sejalan dengan pernyataan yang disampaikan oleh Arif (2012) bahwa kemunculan Mental Block bisa berbentuk

⁴² Wawancara kepada sepupu atau kerabat dekat RA (BA) pada tanggal 24 November 2019 dikediaman BA

⁴³ Kepribadian tertutup dan tidak ada unsur keterbukaan terhadap orang lain

⁴⁴ Wawancara kepada Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS Yosomulyo, Metro Utara

kecanggungan bertindak, kesulitan berbicara dalam bidang retorikal, kesulitan mengaktualisasikan diri dan terkadang muncul dalam bentuk sindrom *Inferior Complex* atau Sindrom Rendah Diri walaupun sebenarnya memiliki berbagai kelebihan, kecerdasan dan kemampuan yang lain.

Statement yang digunakan RA menjadi *value* akan menjadi masalah untuk penentuan jalan hidupnya walaupun RA memiliki berbagai kelebihan dimana RA mampu mengaplikasikan ilmu Elektronika namun tidak dapat mengaktualisasikan dirinya dalam sosialisasi dan komunikasi yang lebih baik. Kemampuan RA dalam mengendalikan bidang keilmuan elektronika seakan tertutupi dengan adanya Mental Block sehingga RA tidak dapat mengaktualisasikan kemampuannya karena kepribadian RA cenderung tertutup.

Kepribadian RA dibentuk oleh kondisi lingkungan dan juga keluarga yang juga tertutup. Kurangnya dorongan akan sosialisasi oleh keluarga membuat RA juga akan memiliki kepribadian tertutup oleh orang-orang yang ada disekitarnya.

“Emang dari keluarga yang pendiem semua si, kan ibunya RA juga *single parent*⁴⁵ cerai, jadi setauku si mungkin karena gada tempat buat menyalurkan apa

⁴⁵ Keadaan dimana orang tua harus memfasilitasi keluarganya seorang diri

yang dia rasain jadi ya apa-apa ditampung sendiri alias ga terbuka gitu.”⁴⁶

Dari pernyataan diatas merupakan penuturan yang bermakna bahwa konsep diri RA berbanding lurus dengan kondisi keluarganya. Tidak mempunyai tempat untuk berbagi rasa juga dirasa menjadi faktor yang menyebabkan RA kurang terbuka. Peneliti juga merasa teramat sulit untuk memperoleh data-data yang bisa membuktikan bahwa RA memang mendapat gejala Mental Block karena kurangnya daya untuk berkomunikasi. Kasus RA dapat dilihat seperti kasus sebab akibat dan akibat sebab dimana adanya faktor secara berkesinambungan yaitu RA memiliki Mental Block karena kurangnya daya berkomunikasi dan kurangnya RA dalam berkomunikasi karena memiliki Mental Block. Hal ini dapat diperkuat dengan pernyataan dari RA yakni :

“Dulunya pernah diajak sama kawan kerja di toko jasa elektronik cuma karena harus bantu ibu juga jadi ga ngikut. Juga sama ibu gaboleh, ya jujur aja si abang emang sering dimanja sama ibu dulunya padahal ya udah tua gini tetep aja dimanja. Apa-apa ga diijinin. Kaya dikekang lah gitu. Apa yang abang mau ga pernah dapet secara apa yang abang mau. Jadi ya sebebas kawan-kawan abang dulu. Nah, untuk buka toko elektronik abang kendala di modal juga ya cuma paham service aja si. Ga paham soal model elektronik.”⁴⁷

⁴⁶ Wawancara kepada sepupu atau kerabat dekat RA (BA) pada tanggal 24 November 2019 dikediaman BA

⁴⁷ Wawancara kepada Narasumber Mental Block RA pada tanggal 24 November 2019 dikediaman RA

Dari pernyataan yang dilontarkan oleh RA, peneliti menekankan pada adanya unsur “Tekanan” dari orang tua RA dalam mengatur pergaulan RA. Bisa ditinjau dari aspek psikologis bahwa adanya *statement* yang saling berbenturan akan berdampak pada kepribadian seseorang dimana *statement* yang dianut oleh RA tidak sejalan dengan *statement* yang dianut oleh orang tua RA. Hal ini sejalan dengan pernyataan yang disampaikan oleh Psikiater bahwa :

“Pada saat seseorang masih tahap anak-anak hingga menuju dewasa pun, pemograman pikiran terjadi melalui dua jalur utama yaitu melalui *Imprint* dan *Misunderstanding*. *Imprint* itu adalah apa yang terekam di pikiran bawah sadar saat terjadinya luapan emosi atau stress yang nantinya akan mengakibatkan perubahan pada perilaku. Nah kalo *Misunderstanding* itu artinya salah pengertian yang dialami seseorang saat memberikan makna atau menarik simpulan dari suatu peristiwa atau pengalaman. Nah, baik *Imprint* maupun *Misunderstanding* ini, setelah terekam di pikiran bawah sadar, akan menjadi program pikiran yang selanjutnya mengendalikan hidup seseorang.”⁴⁸

Dari pernyataan diatas menjelaskan bahwa *imprint* dan *misunderstanding* sama-sama membentuk karakter seseorang. Perbedaan *statement* yang dianut antara RA dan orang tuanya akan membentuk kepribadian RA menjadi lebih kompleks artinya kepribadian yang dibentuk dengan adanya tekanan dan keterpaksaan oleh orang lain.

⁴⁸ Wawancara kepada Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS Yosomulyo, Metro Utara

Sisi Mental Block yang dihasilkan oleh RA berlandaskan dari *statement* yang telah dia putuskan yakni rendah diri. Tidak hanya berdasarkan atas kurangnya daya komunikasi namun adanya perubahan perilaku RA pasca ditinggalkan oleh orang tuanya dimana RA menjadi lebih bebas tanpa terikat oleh tekanan orang tuanya.

“Rencana pasti ada, ya siapa si yang pengen kaya gitu. Cuma ya balik lagi ke kondisi sekarang, apa ya ada yang mau dengan kondisi abang kaya gini. Udah berumur tapi kaya ga punya masa depan. Ada yang ngelirik aja bersyukur banget abang, apalagi ada yang ngajak buat hidup bareng.”⁴⁹

Dapat dilihat bahwa dari *statement* yang disimpulkan oleh RA bahwa beliau menilai dirinya tidak pantas untuk mendapatkan hidup yang lebih layak karena kondisi yang harus ia terima mau tidak mau. Penekanan Mental Block yang bisa peneliti lihat pada lanturan kalimat “*Apa ya ada yang mau dengan kondisi abang kaya gini. Udah berumur tapi kaya ga punya masa depan*”. Melihat kalimat yang disampaikan oleh RA, penulis merasa bahwa RA tidak memiliki value positif yang ia jadikan panutan dan hanya memiliki landasan bahwa “*hiduplah seperti air mengalir*”.

Sejalan dengan pernyataan Robert Dilts dalam (Arif 2012) yang menyatakan bahwa Mental Block memiliki 3 jenis yakni *Hopeless, Helplessness, dan Worthlessness*. Ketiga jenis Mental

⁴⁹ Wawancara kepada Narasumber Mental Block RA pada tanggal 24 November 2019 dikediaman RA

Block ini mengacu pada Inferior Complex Syndrom atau Sindrom Rendah diri dimana RA tidak merasa bangga terhadap dirinya serta tidak ingin untuk mencoba hal baru untuk menjadikan hidupnya lebih baik.

“Terbilang sia-sia si sebenarnya, cuma kadang kita harus realistis. Diumur sebang ini udah ga umum kalo mau bahas soal cita-cita kan, asal bisa hidup, bisa makan ga nyusahin orang lain yasudah mau nyari apa lagi kan.”⁵⁰

Ditinjau dari teori yang disampaikan oleh Robert Dilts, pernyataan RA mengarah pada jenis Mental Block yakni *Hopelessness* (tidak ada harapan) dimana RA merasa bahwa dengan batasan-batasan yang dimilikinya, ia tidak akan mampu mengubah yang sudah ada. RA merasa bahwa dirinya tidak ada harapan untuk impiannya. Kondisi ini kerap terjadi pada seseorang yang selalu memiliki alasan untuk melakukan sesuatu.

“Ya tetep jalani hidup seperti air mengalir. Dicoba terus buat nyari kerjaan yang lebih pantas buat biaya hidup sehari-hari tapi tetep ada perasaan pasrah, ada

⁵⁰ Wawancara kepada Narasumber Mental Block RA pada tanggal 24 November 2019 dikediaman RA

ya alhamdulillah gada yasudah. Minimal buat diri sendiri dulu lah gitu.”⁵¹

Adapun ditinjau dari sisi *Helplessness* (ketidakberdayaan), pernyataan yang disampaikan oleh RA menunjukkan bahwa RA benar-benar tidak ada kemauan kuat untuk merubah hidupnya untuk lebih baik lagi. RA merasa tidak lebih baik daripada orang lain. Merasa tidak berdaya walaupun orang lain bisa melakukannya.

“Mental Block yang dimiliki oleh RA lebih ke merasa rendah diri. Intinya di rendah diri itu, kalo rendah dirinya sudah bisa dibangun, maka semuanya akan ikut terbangun. Penanganan bagi RA ini harus dibantu karena jika tidak akan menyusahkan orang lain, sifat ketergantungan akan hidup jadinya. Bisa dengan terapi lingkungan dan terapi keluarga.”⁵²

Berdasarkan data yang sudah peneliti analisa, dapat disimpulkan bahwa kasus Mental Block yang dihadapi oleh RA merupakan kasus yang benar adanya ditinjau dari *Inferior Complex Syndrome* dimana RA benar-benar tidak percaya diri terhadap keputusan yang dapat merubah hidupnya menjadi lebih baik lagi.

⁵¹ Wawancara kepada Narasumber Mental Block RA pada tanggal 24 November 2019 di kediaman RA

⁵² Wawancara kepada Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS Yosomulyo, Metro Utara

B. ANALISA KASUS MENTAL BLOCK BERDASARKAN TRAUMATIK

Ada kalanya seseorang mengalami suatu kejadian tertentu yang menimbulkan goncangan mental dalam bentuk ketakutan yang sangat kuat sehingga walaupun peristiwa yang dialaminya sudah lama berlalu, ketakutan tersebut tetap melekat di dalam hatinya. Peristiwa ini lah yang disebut dengan trauma.

Di dalam masalah perjodohan misalnya, ada orang-orang yang sering mengalami kegagalan dalam menjalin hubungan dengan lawan jenis yang telah dipilihnya sebagai jodoh atau pasangan hidupnya. Kegagalan ini biasa disebut dengan patah hati. Seseorang yang sering mengalami patah hati biasanya rentan mengalami ketakutan untuk mencoba lagi menjalin hubungan dengan lawan jenisnya. Akibatnya, ia merasa tidak lagi percaya diri untuk bisa mendapatkan jodoh yang baik dan sesuai dengan harapannya. Kekecewaan dan ketakutan terhadap satu hal yang sudah merupakan beban mental yang berat. Beban mental tersebut akan menjadi lebih berat lagi jika ditambah dengan sakit hati dan dendam.

Permasalahan Mental Block terkait dengan traumatik ini sejalan dengan permasalahan yang dialami oleh MM dimana MM merasa takut untuk menikah karena beberapa pengalaman dimasa lalu yang kurang menyenangkan. Singkat cerita, MM seorang laki-laki berumur 28 tahun yang berprofesi sebagai guru dan juga

wirausaha ini dulunya memiliki kisah ganti-ganti pasangan (pacar). Diawali dengan MM dulu berkuliah dikota Metro, tepatnya di STKIP Dharma Wacana Metro. MM memiliki hobbi ganti-ganti pacar (*playboy*) pada masa itu dengan alasan belum dewasa dan belum terfikir untuk menjalani hubungan yang serius. Hingga pada akhirnya ketika dia sudah beranjak sekitar umur 25 tahun terdapat seorang wanita ingin mengajak dia untuk menikah namun dengan alasan belum bekerja, MM menolak ajakan tersebut. Semenjak saat itu, MM menjadi tergerak untuk menjalani hubungan serius dengan seorang wanita namun ketika MM merujuk pada pernikahan wanita tersebut menolak, setiap kali MM mengajak menikah seorang wanita selalu gagal. Setelah peneliti melakukan pengamatan dari kisah-kisah gagal MM dalam membina hubungan, peneliti menemukan adanya sikap emosional dan tidak sabaran yang dimiliki MM. Oleh karena itu, MM belum mau melanjutkan hubungannya ke jenjang pernikahan karena ada beberapa faktor diantaranya keadaan dirinya yang emosional dan takut apabila tidak dapat mendidik calon istrinya menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan MM berupa rasa traumatiknya dalam hal pernikahan yakni :

“Ga banyak si, Cuma abang takut kalo dapetin istri yang gabisa ngerti abang, abang kan orangnya emosian, butuh istri yang sabar dan ga banyak nuntut gitu. Jadi sekarang tuh mikirnya bisa ga dapetin yang kaya gitu atau minimal yang ngerti abang lah”. Masalahnya abang terlalu cuek kalo

punya istri. Kalo dia mbangkang aja positif abang cerein, udah males ribet. Jadi masih takut aja kalo dapetin istri ga bener-bener sesuai sama kita.”⁵³

Pernyataan MM dapat di garisbawahi mengenai alasan mengenai takut gagal untuk menikah perihal traumatik semisal sikap calon istrinya yang tidak bisa menerima keadaan MM dan menuntut yang macam-macam. Peneliti melihat bahwa semakin banyak MM menjalin hubungan dengan lawan jenis saat masa lampau maka semakin banyak pula sisi dari seorang wanita yang MM lihat. Hal ini dikarenakan MM terlalu selektif terhadap kriteria wanita tanpa disadarinya. Mengesampingkan hal itu, MM juga memiliki rasa tidak percaya terhadap dirinya untuk mampu mendidik calon istrinya kelak. Sikap tidak sabaran dan cenderung emosional yang dimilikinya dapat menyebabkan permasalahan rumah tangganya pula.

“Manusia-manusia yang takut gagal ya, mungkin itu yang tertanam dalam diri dia. Jadi MM ini yang dia ga nikah-nikah, karena dia takut gagal, ini sebenarnya sudah sampai ke trauma karena perjalanan dia yang selalu gagal membuat dia jadi berfikiran bahwa setiap perempuan yang dia temui selalu bertentangan dengan karakter dia gitu karena efek traumatis itu lebih ke ketika seseorang sudah melakukan yang terbaik tapi tidak sesuai dengan apa yang dia harapkan dan juga inginkan.”⁵⁴

Pernyataan yang disampaikan oleh Psikolog menunjukkan bahwa karakter yang bertentangan antara calon suami dan calon

⁵³ Wawancara kepada Narasumber Mental Block MM pada tanggal 24 November 2019 di kediaman MM.

⁵⁴ Wawancara kepada Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS Yosomulyo, Metro Utara.

istri inilah merupakan cikal bakal terjadinya ketidakharmonisan dalam berumah tangga. Bersikap menuntut untuk menjadi pribadi yang diinginkan merupakan hal yang tidak instan dan memiliki proses. Rumah tangga adalah tempat untuk belajar saling memahami dan saling menerima, sifat ego hanyalah menjadi pemecah rumah tangga tersebut.

“Iya pengen, Cuma ga semua bisa di didik kan, abang ga menyalahkan calon istri abang besok, semua perkara ada di abang karena abang kan laki jadi harus bisa ngedidik istri. Abang orangnya ga sabaran juga si, gabisa lembut-lembut juga dan udah takut duluan kalo besok calon istri abang gabisa ngertiin abang, karena takut itulah jadi takut salah pula nyampein nya gimana, nge-komunikasiin nya gimana gitu.”⁵⁵

Pernyataan MM merupakan luapan perspektifnya mengenai emosinya yang kurang bisa dikendalikan. Menurutnya, apabila emosi tersebut tidak dapat dikendalikan maka MM berasumsi untuk merujuk ke perceraian. Keputusan tersebut sangat disayangkan untuk pemuda yang memiliki masa depan cukup cerah seperti MM. Peneliti melihat bahwa MM memiliki potensi untuk membuat keluarga kecilnya menjadi sejahtera namun tidak didukung oleh karakter emosional yang dimilikinya. Usut punya usut, karakter emosional MM diturunkan dari mendiang sang ayah dan hal ini sejalan dengan pernyataan ibu kandung MM yakni :

⁵⁵ Wawancara kepada Narasumber Mental Block MM pada tanggal 24 November 2019 di kediaman MM

“Cenderung biasa-biasa aja si, ga terlalu pendiem ga terlalu suka ngomong juga, sedang lah, wayahnya ngomong ya ngomong. Orang nya ya keras, gabisa lembut kalo ngomong tapi dia ga kasar cuma emang wataknya aja yang pemaarah sama kaya ayahnya.”⁵⁶

Pernyataan dari ibu kandung MM menunjukkan adanya unsur imitasi dari karakter MM yang berasal dari mendiang ayah kandungnya. Emosi seseorang dapat juga dari turunan orang tua karena emosi akan membawa kepada cara kita bersikap dan berperilaku. Bagaimana orang tua kita bersikap kepada kita saat tertimpa masalah ataupun sebagainya. Melihat dari kondisi emosional orang tua, anak dapat merekam apa yang dilihat, apa yang didengar dan apa yang diungkapkan lewat mimik wajah. Pola asuh dengan kondisi emosional negatif akan membawa karakter pada anak menjadi emosional negatif pula. Sejalan dengan teori tentang gangguan emosional bahwa :

“Adapun seseorang yang memiliki gangguan emosional dapat dilihat melalui tingkah laku berupa : cenderung melihat sisi negatif dari orang lain, impulsif, kurang mampu menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya, kurang mampu memahami orang lain dan cenderung untuk selalu ingin dipahami oleh orang lain dan tidak mau memahami kesalahan yang diperbuat.”⁵⁷

MM ⁵⁶ Wawancara kepada Ibu Kandung MM (NY) pada tanggal 24 November 2019 dikediaman

⁵⁷ Dr. Ida Umami., M.Pd. M.Kons, Psikologi Remaja (Yogyakarta: Idea Press, 2019), 73.

Teori menyampaikan bahwa kondisi MM hampir sama dengan kondisi seseorang gangguan emosional dimana MM cenderung melihat sisi negatif dari pasangan-pasangannya, kurang mampu memahami pasangan dengan apa adanya dan cenderung untuk selalu ingin dipahami oleh pasangannya.

Terkait dengan *value* yang MM percaya bahwa ia harus mendapatkan pasangan hidup yang benar-benar sesuai dengan karakter yang dimilikinya. Karakter tersebut yang menuntut MM untuk menentukan kriteria calon pasangan hidupnya. Pernyataan tersebut dilontarkan oleh MM yakni :

“Ya kalo menurut abang si sampe ada perempuan yang bener-bener bisa ngeyakinin abang kalo sebenarnya statement itu ga bener alias ngajak belajar dari kesalahan bareng-bareng. Bukan perihal abang aja yang dituntut untuk mendidik si tapi kudunya juga cewe itu ngerti posisi abang gimana, sifat, karakter dan segala hal tentang abang gitu.”⁵⁸

Pernyataan tersebut merupakan sikap dimana MM menuntut untuk mendapatkan karakteristik calon pasangan hidup seperti yang ia mau dimana MM selalu saja mencari alasan untuk mendapatkan pasangan yang sempurna sehingga terlalu banyak waktu yang berjalan begitu saja. Akibatnya semakin lama MM berasumsi dan memasukkan *value* itu kedalam dirinya maka semakin lama pula ia dapat mengerti bagaimana karakteristik

⁵⁸ Wawancara kepada narasumber MM pada tanggal 24 November 2019 dikediaman MM

pasangan hidupnya yang nantinya akan berpengaruh pada pernikahan.

“Dia memiliki Mental Block akibat *defence*⁵⁹ terhadap diri dia yang terlalu kuat akibatnya dia kecewa atas ekspektasinya. Nah biasanya orang yang *defence mechanism*⁶⁰ nya tidak terlalu tinggi, dia mau mencoba lagi dari hasil kegagalan. Gejala pertama yang ditandai oleh MM, dia mendapati masukan negatif dari orang lain yang pada akhirnya dia tersugesti dan beranggapan bahwa seseorang itu negatif pula karena terkadang masukan dari orang lain itu luar biasa berpengaruhnya. Gejala yang kedua mungkin dia berfikir bahwa dia bisa mendapatkan seorang perempuan seperti ibunya yang begitu sempurna menurut dia. Dalam berumah tangga semua nya diatur secara bareng-bareng dan MM ini mungkin tidak memiliki konsep sampai kesitu. Jadi ya, kurang-kurangnya mensugestikan diri kita masukan negatif dari orang lain.”⁶¹

Berdasarkan data yang sudah peneliti analisa, dapat disimpulkan bahwa kasus Mental Block yang dihadapi oleh MM merupakan kasus Mental Block dengan adanya rasa traumatik terhadap masalah mengenai pasangan hidup dimana MM benar-benar merasa bahwa dirinya belum mampu mengontrol emosi sehingga sulit untuk memutuskan melanjutkan hubungannya ke jenjang pernikahan hanya dengan berasumsi takut gagal dan apabila gagal MM tidak percaya bahwa dia bisa membuat persoalan tentang pernikahan menjadi lebih baik lagi. Adapula

⁵⁹ Perasaan penolakan kuat terhadap keputusan yang tidak sesuai dengan doktrin yang dianut dalam diri seseorang.

⁶⁰ Manajemen perasaan *defence* yang diatur dalam pola pikir manusia.

⁶¹ Wawancara kepada Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS Yosomulyo, Metro Utara.

sikap MM yang terlalu defence membuat dirinya seolah-olah menolak akan karakter baru yang harus dia terima dari orang lain.

C. ANALISA KASUS MENTAL BLOCK BERDASARKAN PROGRAM NEGATIF

Hampir setiap Mental Block disebabkan oleh program negatif yang dijadikan *value* dalam hidup seseorang yang dianut dari waktu ke waktu baik dari masalah maupun masa sekarang. Namun ada beberapa asumsi dan *statement* yang berasal dari orang lain lalu kita mengikuti ataupun menerapkan asumsi tersebut. Asumsi inilah yang apabila membawa pengaruh buruk terhadap kepribadian seseorang akan menimbulkan Mental Block. Akan berbahaya apabila *statement* tersebut sudah dijadikan *value* yang akan dianut dari waktu ke waktu.

Permasalahan Mental Block terkait dengan program negatif ini sejalan dengan permasalahan yang menimpa IR dimana terdapat belunggu yang mengikat IR untuk berhenti merokok. Singkat cerita, IR dilahirkan dari keluarga yang cukup berada dan harmonis, memiliki 1 kakak perempuan dan 1 adik laki-laki. Sejak SD, IR sudah ditinggal seorang ayah yang sangat dicintainya karena sakit. Semenjak saat itu IR menjadi mandiri dengan berjualan jajanan disekolahnya dan tidak terlalu bergantung pada uang jajan yang diberikan oleh ibunya. Setelah IR memasuki jenjang pendidikan SMP ada perubahan pergaulan yang cukup merubah kebiasaan IR. Kebiasaan merokok IR diawali saat ia

duduk di bangku SMP, sejak ia berumur 13-14 tahun. IR mengenal tembakau tersebut di usia yang sangat muda. Sangat disayangkan mengapa anak seusia itu bisa berkenalan dengan sesuatu yang menyebabkan terjadinya perilaku negatif. Perilaku negatif ini tidak berasal dari kemauan IR sendiri melainkan dari pergaulan dan lingkungan.

“Merokok itu lebih ke pengaruh lingkungan dan penerimaan diri yang rendah membuat kita mudah menerima masukan negatif dari orang lain. Jarang ada orang yang merokok berdasarkan keinginannya, ada tapi jarang.”⁶²

Kebiasaan ini berlanjut hingga IR menjadi seorang mahasiswa. Kebiasaan merokoknya berlanjut karena faktor pergaulan dan juga lingkungan. IR kerap sekali mencoba untuk berhenti, namun tidak ada mentor atau seseorang yang dapat membantunya. Alhasil konsistensinya terhadap keputusan untuk berhenti merokok menjadi tidak optimal dan tidak berlangsung lama.

“Ya karena dari rasa penasaran itu, awalnya si engga enak ngerokok, soalnya abis ngerokok agak pusing gitu rasanya, tapi ya engga berhenti nyoba, terus udah ketemu enakya keterusan jadi perokok aktif.”⁶³

⁶² Wawancara kepada Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS Yosomulyo, Metro Utara.

⁶³ Wawancara kepada Narasumber Mental Block IR pada tanggal 24 November 2019 di kediaman IR.

Pernyataan IR diatas menunjukkan bahwa keinginannya untuk merokok diawali karena “rasa penasaran”. Rasa penasaran yang ditimbulkan dari pergaulan dan lingkungan membawa IR merubah kebiasaan, perilaku hingga karakternya. Hal ini karena pada masa-masa itu IR dihadapkan dengan sebuah proses yang bernama “sosialisasi” dimana IR dituntut secara tidak langsung untuk bersikap dan berkeputusan sesuai dengan kondisi dan keinginan masyarakat atau lingkungan sekitarnya.

“Sosialisasi merupakan proses yang memungkinkan seorang merubah tingkah laku sesuai dengan keinginan masyarakat. Demikian juga tingkah laku setiap generasi akan berada sesuai dengan kondisi atau tuntutan masyarakat saat itu.”⁶⁴

Kondisi seperti ini secara tidak langsung merujuk pada perilaku imitasi pada apa yang dilakukan oleh orang-orang yang ada disekitar IR. Kondisi IR yang masih belia kurang mampu mengontrol dan memilah mana perilaku harus ia ikuti dan mana perilaku yang harus ia tolak. Lebih dari itu, IR memiliki kepribadian yang suka bergaul dan memiliki banyak teman. Hampir disetiap sekumpulan atau *tongkrongan* ia mampu beradaptasi dengan mudahnya. Melalui kepribadian yang seperti

⁶⁴ Dr. Ida Umami., M.Pd. M.Kons, Psikologi Remaja (Yogyakarta: Idea Press, 2019), 93.

inilah, orang-orang sekitar IR dapat memasukkan program negatif yang nantinya akan menjadi *value* berbahaya untuk IR.

Penempatan bahwa IR merokok hanya karena lingkungan tidak hanya diasumsikan oleh IR sendiri. Hal ini terkait dengan asumsi kerabat dekat IR yakni :

“Paling ya sama kaya aku, ya saat jenuh, bosen, ngeliat temen, ngopi bareng, nah otomatis itu jadi ngikut ngerokok, pertama ditawarkan terus ga ngambil, ditawarkan ga ngambil lagi, sering ditawarkan kalo ga ngambil ga enak lah, ngambil lah satu, kok enak, nah ketauan enaknya baru beli sendiri terus akhirnya keterusan sampe sekarang.”⁶⁵

Berdasarkan pernyataan diatas, diketahui bahwa IR terbawa suasana seperti *ngopi* bareng, nongkrong bareng sambil berdiskusi dengan teman-temannya. Pribadi IR yang santai membuat ia cenderung menikmati sebatang demi sebatang rokok hingga menjadi suatu kebiasaan bahkan keharusan untuk dilakukan setiap hari. Secara istilah yakni “kecanduan”, namun ditinjau dari sisi psikologis makna kecanduan tersebut berasal dari asumsi dan statement yang berujung pada *value* yang dianut.

“Kalo dulu engga ngerokok ya biasa aja, kalo sekarang engga ngerokok rasanya kayak ada yang kurang, ya kayak kehilangan apa gitu, agak gelisah dikit juga.”

⁶⁵ Wawancara kepada kerabat dekat IR (KL) pada tanggal 24 November 2019 dikediaman KL

Pernyataan dari IR diatas dapat ditekankan pada keadaan IR yang apabila tidak merokok maka ia akan merasa gelisah. Perasaan gelisah inilah yang membuat IR terus menerus merokok. Dapat diartikan bahwa dengan merokoklah IR dapat menghilangkan rasa gelisahnya. Namun, ditinjau dari segi permasalahan Mental Block, asumsi gelisah tersebut dapat diartikan sebagai program negatif.

”Informasi yang masuk kedalam pikiran bawah sadar seseorang akan menjadi program dimana program tersebut yang mengendalikan kadar *beliefs*”⁶⁶

Berdasarkan teori yang disampaikan Made (2018) menerangkan bahwa informasi apapun yang masuk ke dalam pikiran bawah sadar kita akan membentuk memori permanen, imajinasi, emosi dan perlindungan. Bayangkan ketika memori permanen IR merangkup tentang *belief* “kalau saya tidak merokok maka saya akan gelisah”, sungguh ini hal yang benar-benar tidak diinginkan.

”Rencana buat berhenti si ada tapi godaannya gede bener, semakin pengen berhenti ngerokok malah semakin banyak mengonsumsinya. Soalnya orang disekeliling saya mayoritas perokok juga, ya mungkin nanti setelah punya anak, rencananya si gitu, pernah si nyoba untuk berhenti tapi engga kuat lama-lama cuma beberapa hari terus ya ngerokok lagi.”

⁶⁶ Made Suwenten, *Practical Hypnotherapy Guide Book*, (Solo: Metagraf, 2018), 46.

Berikut ungkapan IR yang menjelaskan bahwa ia memiliki kemauan untuk berhenti merokok namun ternyata tidak semudah saat ia mencoba untuk memulai merokok. Lingkungan dan mayoritas orang disekitarnya menjadi faktor utama terhambatnya proses perubahan tersebut.

Peneliti menelaah ungkapan tersebut dengan menggunakan kadar belief pikiran bawah sadar yang IR miliki. Pengaruh pikiran bawah sadar Sembilan kali lebih kuat dibandingkan dengan pikiran sadar. Itulah mengapa IR sulit untuk berubah meskipun secara sadar IR sangat berkemauan keras untuk berubah. Apabila terjadi pertentangan keinginan antara pikiran sadar dan bawah sadar, maka pikiran bawah sadarlah yang akan selalu menjadi pemenangnya.

Seperti yang dialami oleh IR bahwa pada dasarnya IR mengetahui bahwa merokok adalah hal yang merugikan. Bahkan, IR memiliki niat untuk berhenti merokok. Namun IR seolah-olah tidak bisa melepaskan diri dari kebiasaan merokok, meskipun segala usaha telah dilakukan. Hal ini terjadi karena pikiran bawah sadar IR selalu menginginkan rokok. Tidak peduli mau sekuat apapun pikiran sadar berusaha menolak rokok, selama pikiran bawah sadarnya masih suka dan terbiasa merokok, maka berhenti merokok adalah hal yang mustahil. Untuk mencapai perubahan, IR harus mampu menyelaraskan antara pikiran sadar dengan pikiran

bawah sadar. Apa yang diperintahkan oleh pikiran sadar direspons sama oleh pikiran bawah sadar sehingga segala perilaku berbanding lurus dengan keinginan dan tujuan.

“Mental Block nya terjadi karena ada masukan negatif dari orang lain karena lingkungan tadi kalo menurutku. Kalau seseorang ingin berhenti merokok tapi tidak ada kemauan kenapa harus dibantu ?, karena semua awalnya dari dia. Ketika dia memutuskan untuk berhenti merokok dan benar-benar niat harus dibantu. Tapi itu tidak perlu di terapi kalau dia tidak ingin berhenti, berhenti secara niat bener-bener mau berhenti gitu.”⁶⁷

Berdasarkan data yang sudah peneliti analisa, dapat disimpulkan bahwa kasus Mental Block yang dihadapi oleh IR merupakan kasus Mental Block dengan adanya program negatif yang masuk kedalam pikiran bawah sadar IR dan menjadikan program tersebut menjadi *value* yang harus dianutnya sehingga IR sulit sekali untuk merubah *value* itu karena sudah tertancap pada pikiran bawah sadarnya.

D. PENGARUH MENTAL BLOCK TERHADAP KOMUNIKASI VERBAL

Telah diketahui Bersama bahwa Mental Block merupakan hambatan secara mental psikologis yang menyelubi pikiran seseorang dan dapat muncul dari kekelituan pengalaman hidup, sisa traumatik dan respon negatif kurang menyenangkan yang nantinya akan terjadi perubahan perilaku seperti kecanggungan

⁶⁷ Wawancara dengan Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS, Yosomulyo, Metro Utara.

bertindak, kesulitan berbicara bahkan kesulitan mengaktualisasikan diri pada sesuatu tertentu.

Mental Block menghambat daya komunikasi seseorang karena adanya unsur tidak percaya diri, *inferior complex syndrome*, bahkan *believe-believe* yang dirasa mengganggu. Dalam proses komunikasi terdapat informasi yang akan disampaikan. Bagaimana jika seseorang yang memiliki Mental Block dapat membuka proses komunikasi dengan efektif apabila dia sendiri masih memiliki ketahanan mental yang negatif ?. Tentu akan teramat sulit bukan.

“Jika komunikasi antara dua orang berlangsung dengan baik, maka akan terjadi *disclosure* yang mendorong informasi mengenai diri masing-masing ke dalam kuadran “terbuka”.”⁶⁸

Berdasarkan teori tersebut dapat dijelaskan bahwa proses komunikasi dapat berjalan dengan baik apabila adanya keterbukaan dari masing-masing personal atau individu itu sendiri. Seseorang yang memiliki Mental Block cenderung menutup diri dan tidak mau terbuka dengan orang lain. Akibatnya segala sesuatu yang ia rasakan hanya terpendam untuk dirinya sendiri. Seseorang yang cenderung inilah menganut *value-value* yang menyebabkan adanya hambatan-hambatan tersendiri untuk menutup diri.

⁶⁸ Prof. Dr. H.M Burhan Bungin, S.Sos. M.Si, *Sosiologi Komunikasi*, (Jakarta: Kencana, 2006), 266.

Statement yang dianut semisal tidak enak untuk mengutarakan perasaan karena setiap orang lain juga memiliki masalah nya masing-masing. Inilah Mental Block yang menjadi penyebab mengapa seseorang tidak dapat terbuka dalam komunikasi. Sejalan dengan pernyataan dari Psikolog bahwa :

“Akan terhambat ya, jadi pasti ada semacam banyak pagernya di hidup dia yang mungkin dia ga tau pembahasannya arah selanjutnya ke apa jadi buat dia ngomong ke orang lain kaya kehalang gitu. Walaupun terkadang orangnya terbilang *Ekstrovert*, pasti ada bahasan-bahasan yang ga sesuai sama minat dia dan akhirnya dia menghindar dan *Blocking Conversation* gitu. Jadi akan terhambat kalau ada pembahasan terkait Mental Block yang dia alami.”⁶⁹

Pengetahuan tentang diri akan meningkatkan kita dalam berkomunikasi, dan pada saat yang sama, berkomunikasi dengan orang lain akan meningkatkan pengetahuan tentang diri kita sendiri. Melalui membuka diri, konsep diri menjadi lebih dekat pada kenyataan. Bila konsep diri sesuai dengan pengalaman kita, kita akan lebih terbuka untuk menerima pengalaman-pengalaman dan gagasan-gagasan baru, lebih cenderung menghindari sikap defensif dan lebih cermat memandang diri kita dan orang lain.

Oleh karena itu, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Mental Block dapat menghambat proses komunikasi seseorang

⁶⁹ Wawancara dengan Psikolog Ayuningtyas M.Psi pada tanggal 25 November 2019 di Perumahan PNS, Yosomulyo, Metro Utara.

dengan adanya sikap kurang terbuka yang nantinya akan berdampak pada karakter hingga kondisi fisik seseorang.

BAB V PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Mental Block merupakan hambatan secara psikologis tertanam dalam pikiran seseorang yang mempengaruhi pengambilan keputusan maupun nilai yang ada dalam kehidupan pada akhirnya akan ada perubahan perilaku kearah yang lebih negatif. Mental Block didasari atas beberapa faktor yakni traumatik, respon negatif dan pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan. Adapun jenis Mental Block yakni Mental Block yang terprogram dari masalah ditempatkan di masalah dan Mental Block yang terprogram dari masalah ditempatkan di masa sekarang. Penanganan Mental Block dapat dilakukan oleh dua acara yakni Terapi dan Proses Konsep Diri, dimana terapi bisa dilakukan dari sisi psikologis maupun terapi secara agamis dan juga secara Proses Konsep Diri dimana seseorang dirasa harus bisa mengenal dirinya sendiri, memulai dengan karakter keterbukaan serta berpikir positif agar menghasilkan energi positif bagi diri sendiri dan orang lain yang nantinya tidak akan menghambat komunikasi efektif.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Mental Block dapat mempengaruhi asumsi di berbagai persoalan misalnya kebiasaan berperilaku, pekerjaan, maupun hubungan rumah tangga dan lain-lain karena terbukti oleh asumsi-asumsi yang dilontarkan oleh objek penelitian dimana MM berasumsi bahwa

tabiat seorang perempuan tidak semudah yang dipikirkan, sementara RA berasumsi bahwa ilmu yang didapatkan tidak mempengaruhi seseorang dalam mendapatkan pekerjaan dan juga IR berasumsi bahwa rokok dapat mempengaruhi kondisi fisik dan emosional seseorang. Berdasarkan asumsi tersebut, peneliti melihat bahwa tidak ada keinginan untuk merubah perilaku dan juga asumsinya.

B. SARAN

Adapun beberapa saran yang harus terlaksana agar penelitian ini dapat bermanfaat secara berkesinambungan dengan bentuk solusi dari permasalahan yang ada yakni :

1. Peneliti tidak boleh merasa puas terhadap penelitian yang telah didapatkan, diharapkan ada perkembang atau proses selanjutnya berkaitan dengan penelitian ini agar menghasilkan pemahaman serta pembelajaran baru di dunia Pendidikan, Komunikasi dan Psikologi.
2. Lembaga Pendidikan dan Institusi menambah dukungan penelitian-penelitian mahasiswa sebagai khasanah multidisiplin keilmuan.
3. Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah harus menyeimbangkan kajian penelitian dibidang selain Dakwah
4. Mahasiswa Ushuluddin Adab dan Dakwah harus membuka pemikiran baru terkait penelitian-penelitian yang berhubungan dengan Psikologi Komunikasi dan Komunikasi Terapan.

5. Pemerintah harus optimal dalam menciptakan lebih banyak lapangan pekerjaan
6. Pemerintah hendaknya membatasi jumlah distribusi rokok di Indonesia agar Indonesia menjadi negara bebas asap rokok.
7. Janganlah merasa putus asa terhadap apa yang telah ditentukan oleh yang Maha Kuasa, teruslah berusaha untuk menjadi yang terbaik bagi diri sendiri dan orang lain.
8. Perempuan itu seperti tulang rusuk, kuat, kokoh dan tidak dapat dipaksakan untuk menjadi lurus karena ia akan cepat rapuh bahkan patah.
9. Merokok secara material tidak merugikan bagi yang tidak merokok namun secara garis besar kesehatan yang sangat terancam ialah orang-orang yang tidak merokok namun menghirup bebas asap rokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Antonius Arif. *Rahasia Menghancurkan Mental Block*. TITIK MEDIA, 2012.
- Dewi Sadiyah. *Metode Penelitian Dakwah*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2015.
- Dr. Boenjamin Setiawan. *Ensiklopedia Nasional Indonesia*. PT Delta Pamungkas, 2001.
- Dr. Beni Ahmad Saebani, M.Si. *Sosiologi Komunikasi*. Jakarta: Kencana: 2015
- Dr. Ida Umami., M.Pd. M.Kons, Psikologi Remaja (Yogyakarta: Idea Press, 2019), 73.
- Glading, Samuel.T. *Konseling Profesi yang Menyeluruh*. Jakarta: Indeks, 2012
- Ir. H. Purwanto Yusdarmanto. *Spiritual Mental Block*. Jakarta: PRESTASI, 2015.
- Jejen Musfah, “Metode Pendidikan Dalam perspektif Islam”, www.journalacademia.edu, diakses 27 Desember 2019
- Johana E. Prawitasari. *Psikologi Terapan*. Erlangga
- John W. Creswell. *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR, 2016.
- Karomani, “Pidato dan Teknik Model”, Journal Bahasa Indonesia, Vol.5
- Mcleod, John. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Jakarta: KENCANA, 2008
- Morrisan. *Memahami Teori Komunikasi*. Jakarta: Kencana, 2013.
- Noviyanti Kartika Dewi. “Mengatasi Mental Block Pada Remaja Melalui Cognitive Therapy (CT),” 27 Agustus 2016, 77.
- Paulus Erwin Sasmita. “Irrational Beliefs Dalam Konteks Kehidupan Seminari” 04 (Mei 2015): 25.
- Prof. Dr. H.M Burhan Bungin, S.Sos. M.Si, *Sosiologi Komunikasi*, (Jakarta: Kencana, 2006)
- Rahmat Aziz, Esa Nur Wahyuni, dan Wildana Wargadinata. “Kontribusi Bersyukur dan Memaafkan Dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Di

tempat Kerja.” 26 Juni 2017 2 (31 Mei 2017): 33–43.
<https://doi.org/10.20473>.

Siti Makhmudah, M.A. “Revolusi Mental Dalam Mengubah Pola Pikir Tenaga Pendidik Dari Segi Perspektif Islam.” 04 April 2016 2 (25 Februari 2016): 86.

Sugiyono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. 25 ed. Bandung: Alfabeta, 2017.

Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2014

Suryanto, S.Sos., M.Si. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Bandung: CV PUST SETIA, t.t.

Drs. Sumadi Suryabrata, B.A., M.A., Ed.S. Ph.D. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT RAJA GRAFINDO Persada, 2012

Dr. Mat Jalil, M.Hum. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. 2018

Suwenten, Made. *Practical Hypnotherapy Guide*. Solo: Metagraf, 2018

DOKUMENTASI PENELITIAN



**Dokumentasi Bersama Bapak Kepala Desa dan Sekretaris Desa di
Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah pada tanggal 26
November 2019**



**Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian di Kantor Kepala
Kampung Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah pada
tanggal 26 November 2019**



Kondisi Lapangan Basket Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah



Kondisi Gedung Serba Guna Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah



Kondisi Gedung PKK dan Puskesmas Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah



Kondisi Lapangan Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah

**DOKUMENTASI WAWANACARA DENGAN
PSIKOLOG AYUNINGTYAS K, M.Psi**



**Proses Wawancara Dengan Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi pada
tanggal 25 November 2019**



Foto Bersama Dengan Psikolog Ayuningtyas K, M.Psi

**DOKUMENTASI WAWANACARA DENGAN
NARASUMBER DAN INFORMAN MENTAL BLOCK PADA
TANGGAL 24 NOVEMBER 2019**



**Wawancara Dengan Informan (Ibu Kandung MM) Pada Tanggal 24
November 2019**



Wawancara Dengan Narasumber MM Pada Tanggal 24 November 2019



Wawancara Dengan Narasumber RA Pada Tanggal 24 November 2019



Wawancara Dengan Informan BA (Sepupu RA) Pada Tanggal 24 November 2019



Wawancara Dengan Narasumber IR Pada Tanggal 24 November 2019

LAMPIRAN – LAMPIRAN

**MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT
KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA
KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH
KABUPATEN LAMPUNG TENGAH**

OUTLINE

HALAMAN SAMPUL DEPAN

HALAMAN JUDUL

HALAMAN ABSTRAK

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN ORISINILITAS PENELITIAN

HALAMAN MOTTO

HALAMAN PERSEMBAHAN

HALAMAN KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR LAMPIRAN

BAB I PENDAHULUAN

- 1.1 Penjelasan Judul
- 1.2 Latar Belakang Masalah
- 1.3 Fokus Masalah Penelitian

- 1.4 Pertanyaan Penelitian
- 1.5 Tujuan Penelitian
- 1.6 Manfaat Penelitian
- 1.7 Penelitian Relevan
- 1.8 Metode Penelitian
 - 1.8.1 Jenis dan Sifat Penelitian
 - 1.8.2 Teknik Pengambilan Sampel
 - 1.8.3 Sumber Data
 - 1.8.4 Teknik Pengumpulan Data
 - 1.8.5 Teknik Penjamin Keabsahan Data

BAB II LANDASAN TEORI

A. Mental Block

- 2.1.1 Pengertian Mental Block
- 2.1.2 Jenis-jenis Mental Block
- 2.1.3 Faktor Terjadinya Mental Block
- 2.1.4 Kasus Terjadinya Mental Block
- 2.1.5 Penanganan Mental Block

B. Psikologi dan Komunikasi

- 2.2.1 Pengertian Komunikasi Verbal
- 2.2.2 Jenis-jenis Komunikasi Verbal
- 2.2.3 Fungsi Komunikasi Verbal
- 2.2.4 Komunikasi dengan Psikologi Kepribadian

BAB III SETTING LOKASI PENELITIAN

- 3.1 Profil Umum Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah
- 3.2 Visi dan Misi Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah
- 3.3 Struktur Kepemimpinan Desa Kampung Baru Kecamatan Kotagajah
- 3.4 Kondisi Dan Jumlah Masyarakat Desa Kampung Baru Kecamatan

Kotagajah

3.5 Kondisi Sarana Dan Prasarana Desa Kampung Baru Kecamatan

Kotagajah

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Analisa Permasalahan Mental Block Berdasarkan Sindrom Inferior Kompleks

4.2 Analisa Permasalahan Mental Block Berdasarkan Traumatik

4.3 Analisa Permasalahan Mental Block Berdasarkan Program Negatif

4.4 Pengaruh Mental Block terhadap Proses Komunikasi Verbal Seseorang.

BAB V SIMPULAN

A. Simpulan

B. Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP

ALAT PENGUMPULAN DATA (APD) OBSERVASI DAN WAWANCARA

Alat Pengumpul Data meliputi pengamatan dan wawancara tentang Mental Block Sebagai Faktor Penghambat Komunikasi Verbal Pada Masyarakat Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah. Adapun Observasi merupakan pengamatan dan pencacatan yang sistematis terhadap gejala-gejala Mental Block yang diteliti. Sedangkan wawancara merupakan proses tanya jawab lisan antara dua orang atau lebih yang dilakukan untuk mendapatkan data mengenai Mental Block dari tangan pertama.

A. Narasumber 1

Beliau berinisial MM yang bekerja sebagai guru disalah satu Sekolah Pendidikan Dasar di Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah. MM merupakan seorang laki – laki berumur 30 tahun yang memiliki masalah belum memutuskan untuk menikah.

Observer : Mawaddah Ramadhana
 Informan : Ibu kandung MM (NY)
 Pelaksanaan Wawancara : 24 November 2019
 Lokasi : Kediaman MM

No	Indikator Pertanyaan	Keterangan
1.	Bagaimana keseharian bang MM bu ?	Kalo MM si ya biasa aja, pagi pergi ngajar agak siang pulang buat makan siang sama ngasih jatah makan ayamnya, sore pulang ya istirahat, gitu-gitu aja.

2.	Sebenarnya bang MM itu orang nya gimana ya bu ?	Cenderung biasa-biasa aja si, ga terlalu pendiem ga terlalu suka ngomong juga, sedeng lah, wayahnya ngomong ya ngomong. Orang nya ya keras, gabisa lembut kalo ngomong tapi dia ga kasar cuma emang wataknya aja yang pemaarah sama kaya ayahnya.
3.	Bagaimana sikap bang MM kalo tertimpa masalah bu ?	Kalo dulu si ya diem aja, kalo sekarang ya milih mana masalah yang mau dibagi ke orang-orang, ga semua cerita dia ceritain
4.	Apa bang MM termasuk orang yang terbuka sama keluarga bu ?	Karena mungkin dia laki-laki jadi ya kadang cerita kadang engga, ga pasti, mungkin liat-liat masalah nya gimana paling ya baru bisa cerita gitu.
5.	Gimana pergaulan bang MM sama orang-orang sekitar ?	Lumayan bisa akrab kalo dia sama orang baru, cepet kenal nya tau-tau udah nambah kenalan aja, tipe orang yang bisa menjaga hubungan baik sama orang lain.
6.	Pernah ga bu orang lain memandang buruk bang MM ?	Engga juga si, paling cuma orang ya tau kalo bang MM orang nya apa adanya dan lumayan keras juga.
7.	Bang MM apa punya perubahan sikap bu dari dulu sampe sekarang ?	Namanya udah dewasa kan ya pasti lebih dewasa aja berubahnya, kalo dulu ya kurang lancar kalo ngomong, sekarang alhamdulillah lancar malah bisa dibilang cerewet lah dia tu.
8.	Bang MM kan udh lumayan umur ya bu, nah kira-kira kenapa kok belum menikah bu padahal kan udah cukup lah itu ?	Wah kalo itu si ya menurut MM aja, masalah kaya gitu cukup MM aja yang menentukan, ibu sebagai orang tua cuma nasehatin aja kan yang mau nikah juga MM.
9.	Apa ibu ga berpesan sama bang MM biar cepet nikah gitu ?	Kalo pesan si ada, cuma memang kendala di perempuan nya yang kadang suka ga pas di MM, yang penting si kalo mau nikah ya harus punya modal dari segi duit dan mental juga. MM kan orang nya keas, emosian, ga sabaran, gabisa ngalem-ngalem gitu. Ya mungkin dia belum tau karakteristik istri itu gimana, belum ketemu selahnya

		aja, masih belajar.
10	Kira-kira apa ya bu yang bisa membuat bang MM cepat menikah ?	Mungkin lebih ngurangin rasa ga sabarannya itu si, harus ngerti perempuan yang lebih utama, gabisa emosi-emosi gitu, harus bisa ngalah.

Tabel 1. Tabel Hasil Wawancara Informan NY

Observer : Mawaddah Ramadhana
 Objek Penelitian : MM
 Pelaksanaan Wawancara : 24 November 2019
 Lokasi : Kediaman MM

No.	Indikator Pertanyaan	Jawaban
1.	Kalo boleh tau, nama lengkapnya siapa bang ?	Nama lengkap abang MM dek biasa dipanggil M.
2.	Sekarang umur berapa bang ?	Oktober kemaren genep 28 tahun dek, hehe tua ya.
3.	Dulu kuliah dimana bang ?	STKIP Dharma Wacana Metro dek.
4.	Ngambil jurusan apa ya bang ?	Pendidikan Penjasokesrek dek.
5.	Bagaimana keseharian dalam bekerja bang ?	Alhamdulillah abang kerja udah 2 tahun ini dek, dari tahun 2017, dapet kerjaan susah gitu, pas disini dibutuhkan langsung ambil aja daripada nganggur walaupun gaji ga seberapa tapi daripada gada pemasukan kan. Sambil ngurus ayam juga buat nambah nambah kantong.
6.	Kalau boleh tau jadi guru dapet gaji berapa bang ?	Ga banyak si, soalnya kan kerja di sekolah negeri, ngandelin dana dari atas (Dana Bos) gitu, jadi sekalinya dibayar ga gede, Cuma 750.000 dalam 3 bulannya. Kecil bisa dibilang itu, Cuma ya mau gimana lagi daripada ijazah ga kepake kan. Tapi

		Alhamdulillah dapet penghasilan tambahan dari melihara ayam dapet satu juta per panen nya (tiga bulan panen).
7.	Kira-kira dari gaji segitu cukup buat apa aja bang ?	Ya berhubung masih tinggal sama orang tua dan tempat kerja ga jauh-jauh dari rumah, selama ini ga kemana-mana duitnya. Dipake buat muterin modal usaha ayam sama kebutuhan sendiri. Nambah-nambah duit belanja dapur ibu sedikit ada lah.
8.	Kenapa kok umur sudah matang tapi belum menikah, apa alasan nya bang ?	heehee, kok jadi bahas soal nikah ya, gatau nih, karma paling ya.
9.	Kok karma bang ? kenapa bisa gitu ?	Soalnya jaman masih sekolah dulu suka ganti-ganti cewe. Makin sering ketemu cewe jadi makin ngerti gimana sifat cewe. Tapi itu dulu kan, mulai kerja mulai kaya males aja ganti-ganti cewe lagi. Asal ketemu pasti abang ajak serius. Namanya mau nikah kan ya kudu cari yang pas, ga bisa sembarangan. Tapi ada aja halangannya mau serius nih. Yang abang siap ehh malah dianya yang ga siap atau pas diajak nikah malah abng nya yg belum ada modal, pas ada modal cewenya yang gamau diajak nikah.
10.	Emang dulunya abang gimana ke cewe-cewe kok bisa beranggapan kaya gitu ?	Ya dulunya cewe abang banyak kan, maklum lah Namanya masih muda kan mana ngerti hal-hal serius kaya nikah gitu. Masih waktunya main-main jadi ya main-main juga. Agama juga belum mantep banget jadi ya ga ngerti kalo sebenarnya kaya gitu gaboleh. Akhirnya pernah pasitu abang punya cewe yang emang pengen serius sama abang, pengen nikah gitu tapi abang tolak karena posisi abang belum kerja dan belum berpenghasilan sama sekali, padahal dia dan orang tua nya ga mempermasalahkan itu. Tapi, tetep aja abang malu lah sebagai laki-laki masa

		<p>ga modal apa-apa kan. Akhirnya dia nikah sama orang lain yang menurut dia lebih siap dan lebih pantas. Dari situlah abang belajar kalo perihal nikah ga sembarangan, emang kudu direncanakan dan disiapkan secara matang. Jadinya ya gini, abang ngerasa kalo emang belum nemu yang bener-bener pas ya ga berani tuh lanjut ke jenjang hubungan yang lebih serius. Takut gagal. Kalo pacaran kan ga cocok bisa putus, lah kalo nikah masa iya tiap ga cocok bisa cerai gitu aja, kan ga mungkin.</p>
11.	<p>Kalo boleh tau cewe terakhir abang itu ceritanya gimana bang ? apa putus juga ?</p>	<p>Kalo cewe terakhir itu ada 4 cewe yang abang seleksi, tapi ya tetep aja hilang juga. Padahal cuma masalah sepele tapi entah susah aja nerima kalo itu masalah normal normal aja. Ada yang matre lah, ada yang ga dewasa, ada yang posesif dan ada yang gabisa buat diajak hidup sederhana. Masing-masing dari mereka punya kekurangan yang menurut abang gabisa buat diajak ke hubungan jenjang serius jadi menurut abang memutuskan hubungan adalah pilihan tepat gitu.</p>
12.	<p>Emang kriteria seorang istri yang abang cari bagaimana bang ?</p>	<p>Ga banyak si, Cuma abang takut kalo dapetin istri yang gabisa ngerti abang, abang kan orangnya emosian, butuh istri yang sabar dan ga banyak nuntut gitu. Jadi sekarang tuh mikirnya bisa ga dapetin yang kaya gitu atau minimal yang ngerti abang lah". Masalahnya abang terlalu cuek kalo punya istri. Kalo dia mbangkang aja positif abang cerein, udah males ribet. Jadi masih takut aja kalo dapetin istri ga bener-bener sesuai sama kita.</p>

13.	Emang ga pengen bisa ngedidik istri bang, kan abang guru ?	Iya pengen, Cuma ga semua bisa di didik kan, abang ga menyalahkan calon istri abang besok, semua perkara ada di abang karena abang kan laki jadi harus bisa ngedidik istri. Abang orangnya ga sabaran juga si, gabisa lembut-lembut juga dan udah takut duluan kalo besok calon istri abang gabisa ngertiin abang, karena takut itulah jadi takut salah pula nyampein nya gimana, nge-komunikasiin nya gimana gitu.
14.	Kalo menurut abang apa yang bisa ngerubah abang buat ngilangin statement takut gagal itu ?	Ya kalo menurut abang si sampe ada perempuan yang bener-bener bisa ngeyakinin abang kalo sebenarnya statement itu ga bener alias ngajak belajar dari kesalahan bareng-bareng. Bukan perihal abang aja yang dituntut untuk mendidik si tapi kudunya juga cewe itu ngerti posisi abang gimana, sifat, karakter dan segala hal tentang abang gitu.
15.	Kira-kira untuk kedepannya masih mau cari calon istri ga bang ?	Ya masih tapi ga terlalu berharap juga si, takut gagal juga, takut ga sesuai sama apa yang diharepin, Cuma bisa nunggu sambil banyakin doa aja abng mah.

Tabel 2. Tabel Hasil Wawancara Objek Penelitian MM

Berdasarkan hasil wawancara terhadap objek penelitian MM dan juga orang terdekat MM, maka peneliti dapat menyimpulkan hasil pengamatan dari bulan Agustus hingga Desember berupa data sebagai berikut :

No.	Indikator Pengamatan	Hasil Pengamatan
1.	Keseharian	MM merupakan seorang laki-laki berumur 30 tahun menyandang status lajang yang bekerja sebagai guru Penjaskesrek di salah satu Dekolah Pendidikan Dasar di Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah.
2.	Perilaku	Sehari-hari mengajar di sekolah, membantu ibunya dipasar serta memelihara ayam untuk dijadikan penghasilan. Berperilaku baik dan tidak ada unsur penyimpangan dalam bertingkah laku, sopan dan mampu bergaul dengan orang-orang sekitar.
3.	Watak dan Kepribadian	MM memiliki watak yang keras kepala, mudah emosi dan tidak sabaran.
4.	Mental Block	Menanamkan program negatif terhadap dirinya akibat rasa traumatik dimasa lalu dan dipergunakan di masa sekarang.
5.	Value/Statement	Memutuskan untuk mencari karakter seorang pasangan yang benar-benar sempurna menurutnya karena apabila tidak, akan merujuk ke perceraian.

Tabel 3. Tabel Hasil Observasi Objek Penelitian MM

B. Narasumber II

Beliau berinisial RA seorang laki-laki yang dulunya pernah bersekolah dibidang Elektronika namun tidak memutuskan untuk bekerja di perusahaan elektronik atau membuka kios jasa elektronik karena beberapa alasan tertentu.

Observer : Mawaddah Ramadhana
 Informan : Sepupu RA (BA)
 Pelaksanaan Wawancara : 24 November 2019
 Lokasi : Kediaman BA

No	Indikator Pertanyaan	Keterangan
1.	Kalo boleh tau gimana si keseharian bang RA ?	Kalo bang RA si gaada keseharian si, cuma ngikut-ngikut orang aja, dia lebih sering main kerumah abang semenjak bibik meninggal, jadi deket gitu, cuma main abis itu yaudah ga ada kerjaan lain.
2.	Apa saja aktivitasnya selama ini bang ?	Ya cuma ngikut-ngikut orang aja, ga punya kerjaan dia, ya akhir-akhir ini baru pengen kerja, sambil nunggu panggilan ya cuma gitu-gitu aja.
3.	Gimana sikap bang RA kalo ada masalah ?	Diem lah, dia mana ada cerita kalo ga masalah yang kepepet banget baru cerita.
4.	Apakah beliau termasuk orang yang terbuka terhadap keluarga bang ?	Emang dari keluarga yang pendiem semua si, kan ibunya RA juga single parent cerai, jadi setauku si mungkin karena gada tempat buat menyalurkan apa yang dia rasain jadi ya apa-apa ditampung sendiri alias ga terbuka gitu.
5.	Gimana pergaulannya sama orang-orang sekitar ?	RA emang orangnya pendiam, jarang ngomong gitu, hanya orang-orang tertentu aja yang menurut dia deket baru bisa terbuka soal masalah dia gitu.

6.	Ada ga orang lain memandang buruk bang RA ?	Kalo buruk si engga, cuma ya kek heran aja gitu sama dia kenapa kok bisa diem banget orangnya terus kaya orang ga punya tujuan hidup, ngalir gitu aja.
7.	Ada ga si bang perubahan perilaku yang dirasa cukup signifikan dari bang RA ?	Ga ada si, dari dulu ya gitu aja dia, pendiem
8.	Kira-kira hal apa si bang yang bisa bikin bang RA mau ngomong gitu ?	Kalo itu dia milih-milih orang si, kalo kaya abang kan udah deket banget sama dia dari kecil, jadi apapun topiknya ya ngalir aja gitu becandaan.
9.	Ada ga hal-hal yang kaya gitu buat bang RA tertarik bang ?	Kalo dia si lebih tertarik sama hal-hal yang lucu, yang bisa dibencadain soalnya waktu itu abang ngobrol soal masa depan dia ehh dianya malah cuma diem tuh ga respon apa-apa.
10	Kira-kira bisa ga ya bang, bang RA ngerubah perilakunya ?	Bisa si, tergantung dia bergaul sama siapa, ya mungkin dia bisa agak ngomong kalo kita pancing ngomong terus.

Tabel 4. Tabel Hasil Wawancara Informan BA

Observor : Mawaddah Ramadhana
 Objek Penelitian : RA
 Pelaksanaan Wawancara : 24 November 2019
 Lokasi : Kediaman RA

No.	Indikator Pertanyaan	Jawaban
1.	Kalo boleh tau, nama lengkapnya siapa bang ?	Nama lengkap abang RA dek, tapi biasa dipanggil R.
2.	Sekarang umur berapa bang ?	Wah udah lumayan dek, kepala 3 alias 35 tahun hehe.
3.	Dulu kuliah dimana bang ?	Ga kuliah. Cuma tamat SMK doang trus ambil akademi elektronika di Jakarta setahun.
4.	Ngambil jurusan apa ya bang ?	Teknik Elektro dek.
5.	Bagaimana kesehariannya bang ?	Ya sehari-harinya cuma gini diem-diem aja dirumah. Setelah ibu abang meninggal ya ga ada kegiatan, dulunya bantu buka toko dipasar sambal bantu ibu jualan. Sepeninggal ibu ya ga ada kegiatan, cuma ngikut-ngikut orang aja.
6.	Emang ga mau kerja di toko elektronik atau buka jasa elektronik bang ?	Ya mau mau aja si asal ada yang ngajak.
7.	Alasan nya kenapa bang ?	Dulunya pernah diajak sama kawan kerja di toko jasa elektronik cuma karena harus bantu ibu juga jadi ga ngikut. Juga sama ibu gaboleh, ya jujur aja si abang emang sering dimanja sama ibu dulunya padahal ya udah tua gini tetep aja dimanja. Apa-apa ga diijinin. Kaya dikekang lah gitu. Apa yang abang mau ga pernah dapet secara apa yang abang mau. Jadi ya sebebas kawan-kawan abang dulu. Nah, untuk buka toko elektronik abang kendala di modal juga ya cuma paham service aja si. Ga paham soal model elektronik.

8.	Jadi ga nerusin ilmu elektronik karena ibu bang ? terus gimana sama keadaan sekarang bang ?	Ya sekarang sama aja, tetep kaya dulu bahkan bisa dibilang lebih gada kegiatan sama sekali. Mau kerja dibidang elektronik udah males soalnya udah lupa ilmu nya, gada lahan buat ngasah lagi. Otak udah ga secermelang dulu, tetep berbeda kondisinya.
8.	Bagaimana tanggapan keluarga terhadap keputusan yang abang ambil ?	Awalnya si nolak, cuma karena diliat abang udah dewasa ya udah percaya gitu aja bakal bisa ngambil jalan dan keputusan sendiri.
9.	Bagaimana perasaan abang setelah mengambil keputusan ini ?	Terbilang sia-sia si sebenarnya, cuma kadang kita harus realistis. Diumur seabang ini udah ga umum kalo mau bahas soal cita-cita kan, asal bisa hidup, bisa makan ga nyusahin orang lain yasudah mau nyari apa lagi kan.
10.	Emang abang ga ada rencana buat nyari pasangan hidup ?	Rencana pasti ada, ya siapa si yang pengen kaya gitu. Cuma ya balik lagi ke kondisi sekarang, apa ya ada yang mau dengan kondisi abang kaya gini. Udah berumur tapi kaya ga punya masa depan. Ada yang ngelirik aja bersyukur banget abang, apalagi ada yang ngajak buat hidup bareng.
11.	Apa harus abang pesimis kaya gitu ?	Ya bukan pesimis si lebih ke terima realita aja kalo apa yang kita mau ga sesuai apa yang kita tau, begitupun sebaliknya.
12.	Terus, untuk kedepannya bagaimana perencanaan abang selanjutnya ?	Ya tetep jalani hidup seperti air mengalir. Dicoba terus buat nyari kerjaan yang lebih pantas buat biaya hidup sehari-hari. Minimal buat diri sendiri dulu lah gitu.

Tabel 5. Tabel Hasil Wawancara Objek Penelitian RA

Berdasarkan hasil wawancara terhadap objek penelitian RA dan juga orang terdekat RA yang dilakukan dari bulan Agustus hingga Desember, maka peneliti dapat menyimpulkan hasil pengamatan berupa data sebagai berikut :

No.	Indikator Pengamatan	Hasil Pengamatan
1.	Keseharian	RA seorang alumni akademi Teknik Elektro berusia 35 tahun dan belum menikah yang sekarang menganggur dan tidak memiliki kemampuan untuk bekerja sesuai dengan keilmuannya. Sehari-hari hanya menghabiskan waktu untuk hal-hal yang kurang membuat dirinya lebih produktif.
2.	Perilaku	Perilaku RA tidak menonjolkan perilaku yang menyimpang, hanya saja RA cenderung pendiam dan tertutup kepada orang-orang tertentu.
3.	Watak dan Kepribadian	RA memiliki kepribadian yang tertutup dan tidak banyak bicara, hanya orang-orang tertentu yang bisa membawanya.
4.	Mental Block	Menanamkan program negatif akibat sindrom rendah diri yang mengakibatkan RA cenderung tertutup dan kurang rasa percaya diri (minder).
5.	Value/Statement	Berasumsi bahwa tidak ada harapan untuk kehidupan yang lebih baik dan merasa bahwa takdir hidupnya seperti saat ini.

Tabel 6. Tabel Hasil Observasi Objek Penelitian RA

C. Narasumber III

Beliau berinisial IR seorang laki-laki yang bekerja di salah satu kedai makanan. Beliau memiliki kebiasaan merokok, ingin berhenti namun susah sekali.

Observer : Mawaddah Ramadhana
 Informan : Teman satu kost IR (KL)
 Pelaksanaan Wawancara : 24 November 2019
 Lokasi : Rumah Kost IR

No	Indikator Pertanyaan	Keterangan
1.	Kang sehari-harinya kak R itu ngapain aja si ?	Ya kalo lagi kuliah ya kuliah, biasanya kalo sore kerja dia, cuma kan sekarang tinggal nunggu wisuda aja, paling ya cuma kerja gitu.
2.	Apa saja aktivitasnya selama ini ?	Kalo dari awal kuliah dulu kan karena masih padet-padetnya matakuliah sama tugas ya dia si focus di kampus aja sama organisasi, berhubung udah mau wisuda ya
3.	Gimana sikap kak R kalo ada masalah ?	Namanya udah sering bareng, kalo ada masalah, dia jarang buat cerita tapi tetep keliatan kalo dia ada masalah, semisal nih pas ada masalah sama pacarnya ya tetep keliatan, paling pas ditanya jawabnya cuma ga kenapa-kenapa gitu.
4.	Apakah beliau termasuk orang yang terbuka sama temen-temen kost nya ?	Ya terbuka si engga, setiap orang kan punya privasi masing-masing, ya mungkin dia cerita kalo dia ngerasa percaya sama orang yang diceritain ataupun emang ya dia pengen cerita aja, ga semua dia ceritain, ga terbuka-terbuka amat sih ketimbang anak-anak kost lain, kalo menurutku si banyak nyimpen sendiri si.

5.	Gimana si kang pergaulannya terhadap orang-orang sekitar ?	Ya kalo pergaulan dia orang nya enak kok, bisa diajak gantian, bisa diajak barengan, tipikal orang yang bisa cepet punya banyak temen.
6.	Ada ga orang lain memandang buruk kak R ?	Sejauh ini ga ada si, ya aman-aman aja, anak nya enakan juga jadi ga pernah diajak ribut sama orang lain
7.	Kira-kira dari awal kenal sampe sekarang ada ga kang sikap kak R yang berubah gitu ?	Ya gimana ya, gada yang berubah, cuma gitu-gitu aja, ya biasa aja
8.	Kak R tu apa dari dulu suka ngerokok kang ?	Ya kalo ngerokok nya si, dari dulu ngerokok sampe sekarang ya ngerokok cuma ga kaya aku yang kenceng banget ngerokok, kalo pengen ngerokok ya ngerokok, kalo engga ya engga, kalo punya rokok ya ngerokok, kalo engga ya engga, gitu.
9.	Pernah ga liat kak R ga ngerokok kang ?	Dia kalo ga ngerokok ya cuma ngegame sama ngurusin peliharaan kalo sekarang si, kalo dulu ya paling tidur sama ngedit-ngedit foto, cuma lebih sering main game si .
10	Kira-kira apa yang ngebuat kak R jadi perokok kang ?	Paling ya sama kaya aku, ya saat jenuh, bosan, ngeliat temen, ngopi bareng, nah otomatis itu jadi ngikut ngerokok, pertama ditawarkan terus ga ngambil, ditawarkan ga ngambil lagi, sering ditawarkan kalo ga ngambil ga enak lah, ngambil lah satu, kok enak, nah ketauan enak nya baru beli sendiri terus akhirnya keterusan sampe sekarang.
11	Pernah ga nasehatin buat kak R berhenti ngerokok ?	Kalo aku ga pernah soalnya aku juga kaya gitu, soalnya susah si, kalo bilang ngerokok itu ga baik ya emang bener, ngerusak kesehatan, tapi secara psikologis yang bisa menenangkan, yang bisa buat santai ngobrol bareng ataupun lagi sendiri ya kadang sambal duduk terus mikir ya ketemu gitu. Ya intinya kalo bahasa kecanduan itu bukan bahasa kecanduan, cuman kalo susah berhenti ngerokok itu ya

		susah dan gamau juga sesama perokok buat nyuruh perokok lainnya buat berhenti ngerokok, ga enak soalnya.
12	Kira-kira apa yang bisa ngebuat kak R bisa berhenti ngerokok kang ?	Bisa lah, asal ada niat sama kemauan aja kok.

Tabel 7. Tabel Hasil Wawancara Informan KL

Observor : Mawaddah Ramadhana
 Objek Penelitian : IR
 Pelaksanaan Wawancara : 24 November 2019
 Lokasi : Rumah Kost IR

No.	Indikator Pertanyaan	Jawaban
1.	Kalo boleh tau, nama lengkapnya siapa kak ?	Nama lengkap saya IR biasa dipanggil R dek.
2.	Sekarang umur berapa kak ?	Masih muda, baru 24 tahun.
3.	Sekarang masih kuliah atau udah kerja kak ?	Alhamdulillah masih nyandang status mahasiswa cuma belum wisuda aja sambal kerja juga ini.
4.	Ngambil jurusan apa ya kak ?	Manajemen dek.
5.	Bagaimana kesehariannya kak ?	Ya kerja aja si, cuma tinggal nunggu wisuda aja, insyaallah November besok lah.
6.	Emang dari dulu suka ngerokok ya kak ?	Iya gasuka si cuma karena penasaran aja terus kebiasaan akhirnya jadi kecanduan.
7.	Dari umur berapa ngerokok ?	SMP, sekitar umur 13, 14an, awalnya si nyoba-nyoba karena banyak kawan yang belajar belajar ngerokok, lebih kebawa kawan si jadi penasaran pengen nyoba juga gimana si rasanya.
8.	Kenapa kok memutuskan buat jadi perokok ?	Ya karena dari rasa penasaran itu, awalnya si engga enak ngerokok, soalnya abis ngerokok agak pusing gitu rasanya, tapi ya engga berhenti nyoba, terus udah ketemu

		enaknya keterusan jadi perokok aktif.
9.	Apa yang kakak rasain kalo ga ngerokok ?	Kalo dulu engga ngerokok ya biasa aja, kalo sekarang engga ngerokok rasanya kayak ada yang kurang, ya kayak kehilangan apa gitu, agak gelisah dikit juga.
10.	Ada ga rencana atau kepengen untuk berhenti ngerokok ?	Rencana buat berhenti si ada tapi godaannya gede bener, semakin pengen berhenti ngerokok malah semakin banyak mengonsumsinya. Soalnya orang disekeliling saya mayoritas perokok juga, ya mungkin nanti setelah punya anak, rencananya si gitu, pernah si nyoba untuk berhenti tapi engga kuat lama-lama cuma beberapa hari terus ya ngerokok lagi.
11.	Apa alasannya ?	Alasannya yang kita merugikan diri sendiri terus merugikan orang disekeliling kita, karena kita manusia yang engga mungkin hidup sendiri, pasti ada orang lain disekeliling kita, kalo sekarang si masih bujang, nanti setelah punya istri, punya anak, kan kasian mereka juga yang dirugikan.
12.	Kira-kira paham ga kenapa kesulitan untuk berhenti ngerokok ?	Iya paham, karena sudah kecanduan jadi agak sulit untuk berhenti.
13.	Pernah ga disuruh berhenti ngerokok sama orang-orang terdekat ?	Pernah, sering malahan, sama orang tua, mungkin karena udah capek ngomonginnya jadi kalo sekrang dibiarin, sama pacar, sama kawan, mayoritas cewe yang nyuruh berhenti ngerokok.
14.	Bagaimana tanggapan kakak mengenai itu ?	Ya sebenarnya bagus si kalo engga ngerokok, yang pertama ya merugikan orang disekitar

		perokok pasif, yang kedua ngurangin jatah bulanan wajar anak kost, yang ketiga menyebabkan polusi udara juga.
15.	Apa kakak ga ngerasa kalo orang-orang terganggu sama asap rokok ?	Ya ngerasa, apa lagi kalo ditempat umum, kadang ya sadar orang itu engga nyaman karen kita ngerokok, tapi ya tetep ngerokok walaupun agak disumput-sumputin rokoknya, mungkin yak arena kebiasaan buruk itulah jadi ya agak cuek aja, kecuali ada peringatan dilarang ngerokok, baru engga ngerokok.
16.	Bagaimana cara kakak menganggapinya ?	Iya kadang kalo ditempat umum ya ngempet, apa lagi diruangan kan kasian orang-orang disekitarnya asapnya ngendap, ya ngerokok liat-liat situasi, kiranya tempatnya pas buat ngerokok ya ndak papa, kalo engga pas ya ditahan dulu nanti ngerokoknya.
16.	Apa harapan kakak tentang perilaku merokok ini terhadap diri kakak sendiri kedepannya ?	Iya harapannya pengen berhenti, apa lagi sekarang harga rokok naek terus, tambah mahal, terus pengen hidup sehat juga tanpa asap rokok.

Tabel 8. Tabel Hasil Wawancara Objek Penelitian IR

Berdasarkan hasil wawancara terhadap objek penelitian IR dan juga orang terdekat IR yang dilakukan pada bulan Agustus hingga Desember, maka peneliti dapat menyimpulkan hasil pengamatan berupa data sebagai berikut :

No.	Indikator Pengamatan	Hasil Pengamatan
1.	Keseharian	IR merupakan mahasiswa berusia 24 tahun memiliki kebiasaan merokok, ingin berhenti tapi karena sudah tercandu jadi agak sulit. Kesehariannya hanya kuliah, kerja dan sebagian waktunya dihabiskan untuk hobbi.
2.	Perilaku	Tidak ada perilaku menyimpang dari sosok IR hanya kebiasaan merokok nya yang membuat IR menjadi pribadi yang kurang bagus.
3.	Watak dan Kepribadian	Menurut penilaian dari teman kostnya, IR memiliki watak yang bagus, ramah, dan dapat bergaul dengan baik dengan orang sekitarnya. Memiliki kepribadian pendiam dan jarang sekali terbuka dengan orang-orang sekitar.
4.	Mental Block	IR memiliki mental block akibat program negatif yang tersimpan dalam pikirannya sehingga ia sukar untuk berhenti merokok.
5.	Value/Statement	Ketika IR tidak merokok, ada gejala-gejala kecemasan dan gelisah yang dialaminya.

Tabel 9. Tabel Hasil Observasi Objek Penelitian IR

Daftar pertanyaan interview kepada seorang Psikolog

Wawancara yang dilakukan peneliti dengan Psikolog pada tanggal 25

November 2019 guna memperkuat teori dan pemahaman terkait Mental Block.

No.	Indikator Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah yang dimaksud dengan Mental Block ?	Jadi menurutku, Mental Block itu semacam penanaman pemikiran negatif yang pada akhirnya mempengaruhi keputusan kita kedepannya. Sebenarnya kita tau nih, itu adalah hal-hal negatif yang seharusnya tidak kita tanamkan dalam diri tapi itu kita masukan karena kita merasa bahwa itu merupakan hal yang melindungi kita, jadi kaya hal yang sadar diri namun ke hal yang negatif gitu. Akupun baru mengenal istilah ini karena memang istilah baru yang dulunya dalam Ilmu Psikologi si namanya kurang rasa percaya diri, tapi penting banget buat dikaji karena kalo seseorang udah ada Mental Block dalam dirinya maka keinginan dia untuk mencoba akan rendah jadi seperti orang yang pesimis. Orang-orang pesimis itulah yang mungkin awalnya punya Mental Block tadi.
2.	Bagaimana terjadinya gejala Mental Block ditinjau dari sisi keilmuan Psikologi ?	Gejala Mental Block ini terjadi kalau diliat dari sudut pandang aku, karena seseorang itu terbiasa diberi masukan negatif awalnya sampai pada akhirnya dia memandang bahwa segala sesuatu itu sulit dari sisi positifnya. Jadi akhirnya dia secara tidak sadar sudah tersugesti atau terdoktrin oleh penilaian orang lain sampai akhirnya dia berfikir yang sama seperti orang lain fikirkan.
3.	Adakah dampak yang dihasilkan dari Mental Block tersebut ?	Yang paling utama ya <i>negative thinking</i> ya, nantinya perilakunya ikut negatif dan pada akhirnya

		<p>penghargaan terhadap diri sendiri juga rendah, <i>ending</i> nya juga bakal kesitu, menilai dirinya, menerima dirinya secara rendah gitu karena segala sesuatu yang kita pikirkan secara negatif akhirnya akan menjadi sesuatu yang negatif juga.</p>
4.	<p>Bagaimana pengaruh Mental Block terhadap seseorang dalam berkomunikasi ?</p>	<p>Akan terhambat ya, jadi pasti ada semacam banyak pagernya di hidup dia yang mungkin dia ga tau pembahasannya arah selanjutnya ke apa jadi buat dia ngomong ke orang lain kaya kehalang gitu. Walaupun terkadang orangnya terbilang <i>Ekstrovert</i>, pasti ada bahasan-bahasan yang ga sesuai sama minat dia dan akhirnya dia menghindar dan <i>Blocking Conversation</i> gitu. Jadi akan terhambat kalau ada pembahasan terkait Mental Block yang dia alami.</p>
5.	<p>Menurut anda bagaimana penanganan secara Psikologi terhadap Mental Block ?</p>	<p>Kalo Mental Block ini gaperlu Psikiater ya menurut aku, karena mentalnya belum sampe ke sisi medis atau belum berdampak ke sisi medis. Lebih ke Psikolog, karena Mental Block harus ada mentor yang membantu, terapi lingkungan perilaku, keluarga, sosial. Sesuatu yang sudah terdoktrin ke pikiran kita akan susah untuk ditangani apabila tidak dibantu oleh seseorang yang ahli. Doktrin itu tidak selalu berasosiasi negatif ya. Jadi ada beberapa kasus psikologis yang cukup ditangani dengan terapi keluarga, ada yang harus ke Psikolog, bahkan ada yang harus ke Psikiater gitu. Terapi lingkungan, sosial, keluarga dan perilaku bisa membantu bahkan justru harus ke terapi agama yang jauh bisa lebih melunakkan hati.</p>
6.	<p>Bagaimana menurut anda terkait permasalahan yang dialami MM ?</p>	<p>Manusia-manusia yang takut gagal ya, mungkin itu yang tertanam dalam</p>

		<p>diri dia. Jadi MM ini yang dia ga nikah-nikah, karena dia takut gagal, ini sebenarnya sudah sampai ke trauma karena perjalanan dia yang selalu gagal membuat dia jadi berfikiran bahwa setiap perempuan yang dia temui selalu bertentangan dengan karakter dia gitu karena efek traumatis itu lebih ke ketika seseorang sudah melakukan yang terbaik tapi tidak sesuai dengan apa yang dia harapkan dan juga inginkan. Dia memiliki Mental Block akibat <i>defence</i> terhadap diri dia yang terlalu kuat akibatnya dia kecewa atas ekspektasinya. Nah biasanya orang yang <i>defence mechanism</i> nya tidak terlalu tinggi, diam mau mencoba lagi dari hasil kegagalan. Gejala pertama yang ditandai oleh MM, dia mendapati masukan negatif dari orang lain yang pada akhirnya dia tersugesti dan beranggapan bahwa seseorang itu negatif pula karena terkadang masukan dari orang itu luar biasa berpengaruhnya. Gejala yang kedua mungkin dia berfikiran bahwa dia bisa mendapatkan seorang perempuan seperti ibunya yang begitu sempurna menurut dia. Dalam rumah tangga semua nya diatur secara bareng-bareng dan MM ini mungkin tidak memiliki konsep sampai kesitu. Jadi ya, kurang-kurangnya mensugestikan diri kita masukan negatif dari orang lain.</p>
7.	<p>Bagaimana menurut anda terkait permasalahan yang dialami RA ?</p>	<p>Menurut teori Freud “apa yang kita lakukan dimasa sekarang itu pasti terpengaruh dari masa kecil kita”. Aku rasa masa kecil RA ini, tidak seperti kebanyakan anak lain jadi karakter RA ini terbentuk menjadi <i>Introvert</i> dan dari sini juga masuklah masukan negatif kaya ketidakberdayaan, “kamu mau ngapain si, kerja aja ga bisa masa</p>

		<p>mau bikin toko” karakter sifat yang terbentuk itu biasanya hasil hajaran banyak orang, komentar negatif, pengalaman dan banyak permasalahan seperti itu atau bisa jadi karakter RA seperti ini karena tempaan lingkungannya, tidak ada yang mendorong untuk maju semisal. Nah, Pada saat seseorang masih tahap anak-anak hingga menuju dewasa pun, pemograman pikiran terjadi melalui dua jalur utama yaitu melalui <i>Imprint</i> dan <i>Misunderstanding</i>. <i>Imprint</i> itu adalah apa yang terekam di pikiran bawah sadar saat terjadinya luapan emosi atau stress yang nantinya akan mengakibatkan perubahan pada perilaku. Nah kalo <i>Misunderstanding</i> itu artinya salah pengertian yang dialami seseorang saat memberikan makna atau menarik simpulan dari suatu peristiwa atau pengalaman. Nah, baik <i>Imprint</i> maupun <i>Misunderstanding</i> ini, setelah terekam di pikiran bawah sadar, akan menjadi program pikiran yang selanjutnya mengendalikan hidup seseorang. Mental Block yang dimiliki oleh RA lebih ke merasa rendah diri. Intinya di rendah diri itu, kalo rendah dirinya sudah bisa dibangun, maka semua nya akan ikut terbangun. Penanganan bagi RA ini harus dibantu karena jika tidak akan menyusahkan orang lain, sifat ketergantungan akan hidup jadinya. Bisa dengan terapi lingkungan dan terapi keluarga.</p>
8.	<p>Bagaimana menurut anda terkait permasalahan yang dialami IR ?</p>	<p>Merokok itu lebih ke pengaruh lingkungan dan penerimaan diri yang rendah membuat kita mudah menerima masukan negatif dari orang lain. Jarang ada orang yang merokok berdasarkan keinginannya, ada tapi jarang. Mental Block nya</p>

		<p>terjadi karena ada masukan negatif dari orang lain karena lingkungan tadi kalo menurutku. Kalau seseorang ingin berhenti merokok tapi tidak ada kemauan kenapa harus dibantu ?, karena semua awalnya dari dia. Ketika dia memutuskan untuk berhenti merokok dan benar-benar niat harus dibantu. Tapi itu tidak perlu di terapi kalau dia tidak ingin berhenti, berhenti secara niat bener-bener mau berhenti gitu.</p>
--	--	---

Tabel 10. Tabel Hasil Wawancara Psikolog

Dokumentasi

1. Pengutipan tentang gambaran umum Desa Kampung Baru, Kecamatan Kotagajah.
2. Proses interview pada narasumber yang memiliki Mental Block.
3. Proses interview pada informan terdekat dengan seseorang yang memiliki Mental Block.
4. Proses interview pada Psikolog.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.ain@metrouniv.ac.id

Nomor : 296/In.28.4/D.1/PP.00.9/06/2019
Lampiran : -
Perihal : Penunjukan Pembimbing Skripsi

11 Juni 2019

Kepada Yth:

1. Dra. Yerni, M.Pd
 2. Romli, M.Pd
- di – Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dalam rangka membantu mahasiswa dalam penyusunan Proposal dan Skripsi, maka Bapak/Ibu tersebut diatas, ditunjuk masing-masing sebagai Pembimbing I dan II Skripsi mahasiswa :

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057
Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI)
Judul : Penanganan Mental Block Sebagai Faktor Penghambat Komunikasi Verbal pada Masyarakat Desa Kampung Baru Kota Gajah Lampung Tengah

Dengan ketentuan :

1. Pembimbing, membimbing mahasiswa sejak penyusunan Proposal sampai selesai Skripsi:
 - a. Pembimbing I, mengoreksi out line, alat pengumpul data (APD) dan mengoreksi Skripsi setelah pembimbing II mengoreksi.
 - b. Pembimbing II, mengoreksi proposal, out line, alat pengumpul data (APD) dan mengoreksi Skripsi, sebelum ke Pembimbing I.
2. Waktu penyelesaian Skripsi maksimal 4 (empat) semester sejak SK Bimbingan/Surat Penunjukan Pembimbing dikeluarkan.
3. Diwajibkan mengikuti pedoman penulisan karya ilmiah yang dikeluarkan oleh Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Metro Tahun 2018.
4. Banyaknya halaman Skripsi antara 40 s/d 70 halaman dengan ketentuan :
 - a. Pendahuluan ± 2/6 bagian.
 - b. Isi ± 3/6 bagian.
 - c. Penutup ± 1/6 bagian.

Demikian disampaikan untuk dimaklumi dan atas kesediaan Bapak/Ibu Dosen diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Wakil Dekan I
Bidang Akademik & Kelembagaan

Hemlan Elhany



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111

Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	17/01 2020		ace $\frac{14}{15}$	ya
			ace di mana porsikan	ya

Pembimbing I

Mahasiswa Ybs,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmuljo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	16/ 2020 / 01		<ul style="list-style-type: none"> - bawa salam bentuk skripsi - mulai membuat abstrak 	

Pembimbing I

Mahasiswa Ybs,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
NIP 19610930 199303 2 001

Mawaddah Ramadhana
NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmuljo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
 Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	14/01 2020		<ul style="list-style-type: none"> - analisis data disesuaikan dengan indikator pertanyaan penelitian - catatkan pengalaman dan perilaku hidup masyarakat - gali informasi masyarakat dari informan tersebut 	

Pembimbing I

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mahasiswa Ybs,

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmuljo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
 Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	10/1/2020		ACC APB & Outline Langut Bab <u>IV</u> - <u>V</u>	

Pembimbing I

Mahasiswa Ybs,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
 Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
 Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail:
iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	10/1/2020		ace pendalaman Bab I / II / III	

Pembimbing I

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mahasiswa Ybs,

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
 Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
 Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail:
iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	6/1/2010		informasi bel. di inter view observasi lapangan non partisipan	

Pembimbing I

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mahasiswa Ybs,

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111

Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	2/1 200		<ul style="list-style-type: none"> - Buat skrip wawancara - Persiapan teori variabel X dg mencari definisi - definisi Indikator - wawancara 3 narasumber harus dibedakan sebut dan konteks latar belakang kampus - tidak perlu wawancara ke masyarakat karena sudah memiliki sample - tulis teori purposif sample - fokus penelitian di tambahkan & dipresent 	

Pembimbing I

Mahasiswa Ybs,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
 Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
 Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail:
iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	30/2019 /12		<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki tabel APD - sesuaikan dg narasumber - tambah narasumber dengan informan - jabarkan jawaban narasumber 	

Pembimbing I

Mahasiswa Ybs,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
 Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	Kamis 26/12/2019		<ul style="list-style-type: none"> - Cari teori variabel Y - Tambahkan sub bab pada variabel Y <li style="padding-left: 20px;">Pengertian Komunikas Verbal - Bab 2 menjadi untuk bahasan APB baik variabel X maupun variabel Y - Intekoner penelitian diambil dari grand teori dan teori penunjang 	

Pembimbing I

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Mahasiswa Ybs,

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111

Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	16/2019 7/12		<ul style="list-style-type: none"> - pertanyaan hauru di sertakan dg indikator materi - tentukan garis teori dan teori pendukung - out line dirubah - tambah landasan teori di bagian komunikasi 	

Pembimbing I

Mahasiswa Ybs,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
NIP 19610930 199303 2 001

Mawaddah Ramadhana
NPM 1603060057



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
 FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmuljo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
 Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
 Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing II	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	16 / 12 2019		<ul style="list-style-type: none"> - pertayaan telalu bertele-tele - certakan kesetaraan narasumber - perhatikan bahasa - perhatikan penulisan keterangan wawancara - buat abstrak - kesimpulan dan saran - abstrak dibuat dg atau tidak ada kata kunci <p>ACC Bab IV - V Muraqabah</p>	
	17 / 01 / 2020			

Pembimbing II,

Romli, M.Pd
 NIP 19650101 199003 1 010

Mahasiswa Ybs,

Mawaddah Ramadhana
 NPM 1603060057



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing II	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	14/12/2019		ACC outline dan APD Lanjut ke pembuat!	

Pembimbing II,

Mahasiswa Ybs,

Romli, M.Pd
NIP 19650101 199003 1 010

Mawaddah Ramadhana
NPM 1603060057



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing I	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	5/12 2019		<ul style="list-style-type: none"> - Mulai membuat APD Outline dg riset - tentukan narasumber berdasarkan teknik purposive sampling technique 	

Pembimbing I

Mahasiswa Ybs,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
NIP 19610930 199303 2 001

Mawaddah Ramadhana
NPM 1603060057



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp. (0726) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.metrouniv.ac.id; E-mail: iaimetro@metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGANSKRIPSI

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057

Jurusan/Prodi : FUAD/KPI
Semester/ TA : VII/ 2019

No	Hari/ Tanggal	Pembimbing II	Hal Yang Dibicarakan	Tanda Tangan
	23/11 2019		ASC Pendalaman Bab I - III lanjut SPD & OUTLINE	

Pembimbing II,

Romli, M.Pd
NIP 19650101 199003 1 010

Mahasiswa Ybs,

Mawaddah Ramadhana
NPM 1603060057



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507 Faksimili (0725) 47296 Website: www.fuad.metrouniv.ac.id e-mail: fuad.iaim@metrouniv.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor: 030/In.28/D.1/TL.01/01/2020

Wakil Dekan I Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Metro,
menugaskan kepada saudara:

Nama : **MAWADDAH RAMADHANA**
NPM : 1603060057
Semester : 8 (Delapan)
Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam

- Untuk :
1. Mengadakan observasi/survey di DESA KAMPUNG BARU, guna mengumpulkan data (bahan-bahan) dalam rangka menyelesaikan penulisan Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa yang bersangkutan dengan judul "MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH".
 2. Waktu yang diberikan mulai tanggal dikeluarkan Surat Tugas ini sampai dengan selesai.

Kepada Pejabat yang berwenang di daerah/instansi tersebut di atas dan masyarakat setempat mohon bantuannya untuk kelancaran mahasiswa yang bersangkutan, terima kasih.

Dikeluarkan di : Metro
Pada Tanggal : 15 Januari 2020





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507 Faksimili (0725) 47296 Website: www.fuad.metrouniv.ac.id e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

Nomor : 031/In.28/D.1/TL.00/01/2020
Lampiran : -
Perihal : **IZIN RESEARCH**

Kepada Yth.,
KEPALA DESA KAMPUNG BARU
di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan Surat Tugas Nomor: 030/In.28/D.1/TL.01/01/2020, tanggal 15 Januari 2020 atas nama saudara:

Nama : **MAWADDAH RAMADHANA**
NPM : 1603060057
Semester : 8 (Delapan)
Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam

Maka dengan ini kami sampaikan kepada saudara bahwa Mahasiswa tersebut di atas akan mengadakan research/survey di DESA KAMPUNG BARU, dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa yang bersangkutan dengan judul "MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH".

Kami mengharapkan fasilitas dan bantuan Saudara untuk terselenggaranya tugas tersebut, atas fasilitas dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Metro, 15 Januari 2020

Wakil Dekan I,


Herlan Elhany S. Ag. M. Ag.
NIP. 19690922 199803 1 004





PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG TENGAH
KECAMATAN KOTAGAJAH
KAMPUNG KOTAGAJAH

Jalan Pesanggrahan No. 1 Kotagajah
 Kecamatan Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah Kode Pos 34153

Kotagajah, 15 Januari 2020

Nomor : 471.1/04/Kc.a.VIII.18.06 / I / 2020
 Lampiran :
 Perihal : Pemberian Izin Riset / Penelitian

Kepala Yth,
 Sdr. Wakil Dekan I Fakultas Ushuluddin,
 Adab dan Dakwah Institut Agama Islam
 Negeri Metro
 Di-
 Metro

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Dengan hormat,

Menindak lanjuti surat saudara Nomor : 030/In.28/D.1/TL.01/01/2020 tentang izin Riset / Penelitian mahasiswi atas nama : MAWADDAH RAMADHANA, Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah.

Berkenaan hal tersebut kami tidak kebaratan untuk memberi izin kepada mahasiswi tersebut untuk melakukan Riset/Penelitian sesuai yang saudara maksud di Dusun Kampung Baru, Kampung Kotagajah.

Demikian mohon untuk untuk dimaklum adanya, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb



Tembusan :

- Arsip



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
UNIT PERPUSTAKAAN**

Jalan Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp (0725) 41507; Faks (0725) 47296; Website: digilib.metrouniv.ac.id; pustaka iain@metrouniv.ac.id

**SURAT KETERANGAN BEBAS PUSTAKA
Nomor : P-32/In.28/S/U.1/OT.01/01/2020**

Yang bertandatangan di bawah ini, Kepala Perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung menerangkan bahwa :

Nama : MAWADDAH RAMADHANA
NPM : 1603060057
Fakultas / Jurusan : Adab Dakwah dan Ushuluddin/Komunikasi dan Penyiaran Islam

Adalah anggota Perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung Tahun Akademik 2019 / 2020 dengan nomor anggota 1603060057.

Menurut data yang ada pada kami, nama tersebut di atas dinyatakan bebas dari pinjaman buku Perpustakaan dan telah memberi sumbangan kepada Perpustakaan dalam rangka penambahan koleksi buku-buku Perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Metro, 06 Januari 2020
Kepala Perpustakaan

Drs. Mokhtaridi Sudin, M.Pd.
NIP. 195808311981031001



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM METRO
PERPUSTAKAAN FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
Jalan Ki Hajar Dewantara Kampus 15A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; email: fuad.iain@metrouniv.ac.id

SURAT BEBAS PUSTAKA

PERPUSTAKAAN FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa:

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057
Program studi : Komunikasi Penyiaran Islam

Mahasiswa tersebut di atas tidak mempunyai pinjaman pustaka milik perpustakaan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.

Demikian surat keterangan ini agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 30 Oktober 2019

Petugas Perpustakaan Fakultas Ushuluddin,
Adab, dan Dakwah.



Sari Zahara Lestari, M.I.Kom.

NIDN: 2024129003



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuadiainmetro@gmail.com

SURAT KETERANGAN LULUS UJIAN KOMPREHENSIF

Nomor : B-739/In.28.4/D.1/PP.00.9/12/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah menerangkan bahwa :

Nama : Mawaddah Ramadhana
NPM : 1603060057
Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI)
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah (FUAD)

TELAH LULUS Ujian Komprehensif dengan rincian nilai sebagai berikut :

No	Materi Ujian Komprehensif	Rekapitulasi Nilai			
A	Materi Ujian Komprehensif Institusi				
	1. Fiqih Ibadah (50%)	65	x	50%	= 33
	2. Baca Tulis Qur'an (50%)	65	x	50%	= 33
	Jumlah				= 66
B	Materi Ujian Komprehensif Fakultas				
	1. Ilmu Tauhid (50%)	70	x	50%	= 35
	2. Ulumul Qur'an (50%)	70	x	50%	= 35
	Jumlah				= 70
C	Materi Ujian Komprehensif Prodi				
	1. Ilmu Dakwah (40%)	78	x	40%	= 31
	2. Tafsir Ayat Dakwah (30%)	76	x	30%	= 23
	3. Jurnalistik (30%)	78	x	30%	= 23
	Jumlah				= 77
	Nilai Akhir				= 71,00
	Angka Mutu				= 3
	Huruf Mutu				= B

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 19 Desember 2019
Wakil Dekan I
Bidang Akademik dan Kelembagaan,


Hemlan Elhany



**MASJID TAQWA
KOTAGAJAH
KEC. KOTAGAJAH, KAB. LAMPUNG TENGAH**

Kecamatan Kotagajah, Kabupaten Lampung Tengah Kode Pos 34153

SURAT KETERANGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rahmat Susanto, M. Kes
 Jabatan : Ketua Pimpinan Cabang Muhammadiyah Kotagajah
 Alamat : Kotagajah

Dengan ini saya menyatakan bahwa mahasiswa:

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 1603060057
 Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam
 Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Pernah mengisi Ceramah/Tausiyah di Masjid Taqwa Kotagajah Kecamatan Kotagajah Kabupaten Lampung Tengah pada tanggal 19 September 2019.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamualaikum Wr. Wb.



Kotagajah, 16 Januari 2020
 Ketua PCM Kotagajah

Rahmat Susanto, M. Kes



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH

Jl. Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo, Metro Timur Kota Metro Telp. (0725) 41507 Fax. (0725) 47296

NOTA DINAS

Nomor : -
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Pengajuan Munaqosyah Skripsi**

Kepada Yth,
 Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
 IAIN Metro
 Di-

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah kami adakan pemeriksaan dan bimbingan seperlunya maka Skripsi yang disusun oleh:

Nama : Mawaddah Ramadhana
 NPM : 16030600057
 Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
 Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam
 Judul Skripsi : MENTAL BLOCK SEBAGAI FAKTOR PENGHAMBAT KOMUNIKASI VERBAL PADA MASYARAKAT DESA KAMPUNG BARU KECAMATAN KOTAGAJAH

Sudah kami setuju dan dapat diajukan ke Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah untuk dimunaqosyahkan. Demikian harapan kami dan atau penerimaannya, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Metro, Januari 2020

Dosen Pembimbing I,

Dosen Pembimbing II,

Dra. Yerni Amir, M.Pd
 NIP 19610930 199303 2 001

Romli, M.Pd
 NIP 19650101 199003 1 010

Mengetahui,
 Ketua Jurusan KPI,

Muhajir, M.Kom. I
 NIDN 2010058302

RIWAYAT HIDUP



Mawaddah Ramadhana, “*Perempuan Dengan Sejuta Optimisme*” ini lahir di Kotagajah 1 Januari 1998. Penulis terlahir dikeluarga yang sederhana namun penuh dengan kasih sayang. Sebagai anak terakhir dari tujuh bersaudara, putri kecil dari pasangan Alm. Askhamar dan Ibu Indra Roswita ini, memiliki pendidikan yang baik. Pasalnya, penulis menyelesaikan pendidikan formal di SDN 3 Kotagajah pada tahun 2003-2009, SMP Negeri 2 Kotagajah pada tahun 2009-2012, SMA Negeri 1 Kotagajah pada tahun 2012-2015. Pernah menjadi mahasiswa jurusan Pendidikan Seni di Universitas Negeri Semarang pada tahun 2015 namun memutuskan untuk keluar secara akademisi. Pada tahun 2016, penulis resmi tercatat sebagai mahasiswi jurusan S1 Komunikasi Penyiaran Islam di IAIN Metro Lampung melalui seleksi penerimaan mahasiswa baru jalur UM-Mandiri sampai dengan sekarang. Bagi penulis menjadi seorang mahasiswa adalah cara seseorang dalam mengapresiasi diri untuk pengaplikasian bidang keilmuan kepada diri sendiri dan juga orang lain, menjadi mahasiswa juga merupakan proses berbenah diri dari segi apapun demi menjadi pribadi yang lebih unggul dan berkualitas. Menjadi mahasiswa jurusan Komunikasi Penyiaran Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah merupakan salah satu impian penulis dalam mengapresiasi ilmu dibidang kepenyiaran, pasalnya penulis memang sudah memiliki minat dalam hal komunikasi (*Public Speaking*) dan segala aspek yang dicapai dalam pembelajaran Ilmu Komunikasi. Harapan penulis menjadi sarjana yang tidak hanya berilmu mumpuni tapi juga berakhlak, bermanfaat untuk orang lain dan juga tetap menjaga kerendahhatian.