



**UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA**

**HUBUNGAN ANTARA KETAKUTAN RAWATAN PSIKOLOGI  
DENGAN SIKAP MENDAPAT BANTUAN KAUNSELING**

**LOH POH FANG.**

**FPP 2005 21**



**HUBUNGAN ANTARA KETAKUTAN RAWATAN PSIKOLOGI  
DENGAN SIKAP MENDAPAT BANTUAN KAUNSELING**

Oleh

**LOH POH FANG**

**Tesis Ini Dikemukakan Kepada Sekolah Pengajian Siswazah, Universiti  
Putra Malaysia Sebagai Memenuhi Keperluan Untuk Ijazah Master Sains**

**Februari 2005**



Abstract of thesis presented to the Senate of Universiti Putra Malaysia in fulfilment of the requirement for the degree of Master of Science

**RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF PSYCHOLOGICAL TREATMENT AND  
ATTITUDE TOWARDS SEEKING COUNSELLING**

By

**LOH POH FANG**

**February, 2005**

**Chairman : Rusnani Abdul Kadir, Ph D**

**Faculty : Educational Studies**

This research was conducted to explore the relationship between fears of psychological treatment and attitude towards seeking counselling among the students. In addition, the differences in fears of psychological treatment and attitude towards seeking counselling according to sex and prior contact with counsellor was ascertained. A total of 321 respondents (93 males and 228 females) were used as the sample for this study. Pearson Correlation and T-test were used to analyse the data and to test the hypotheses formed. Results of the data analysis show that there is no significant relationship between fear of psychological treatment and attitude towards seeking counselling. There is no significant difference in attitudes towards seeking counselling between males and females. However, significant difference was found in both fear of psychological treatment between male and female students, as well as between those who had

prior contact with the counsellors and those who had no prior contact with the counsellors.

Abstrak tesis yang dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia sebagai memenuhi keperluan untuk ijazah Master Sains

## **HUBUNGAN ANTARA KETAKUTAN RAWATAN PSIKOLOGI DENGAN SIKAP MENDAPAT BANTUAN KAUNSELING**

Oleh

**LOH POH FANG**

**Februari, 2005**

**Pengerusi : Rusnani Abdul Kadir, Ph D**

**Fakulti : Pengajian Pendidikan**

Kajian ini dijalankan untuk menguji hubungan antara ketakutan terhadap rawatan psikologi dengan sikap mendapat bantuan kaunseling di kalangan pelajar universiti. Kajian ini juga melihat perbezaan ketakutan terhadap rawatan psikologi, sikap mendapat bantuan kaunseling di kalangan pelajar lelaki dengan pelajar perempuan serta perbezaan pelajar yang pernah berjumpa kaunselor dengan pelajar yang tidak pernah berjumpa dengan kaunselor. Seramai 321 orang responden (93 orang pelajar lelaki dan 228 orang pelajar perempuan) telah dijadikan sampel kajian ini. Korelasi Pearson dan Ujian t digunakan untuk menganalisis data dan menguji hipotesis yang dibina oleh pengkaji. Keputusan analisis data menunjukkan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ketakutan terhadap rawatan psikologi dengan sikap untuk mendapat bantuan kaunseling. Hasil analisis juga menunjukkan tidak terdapat perbezaan signifikan bagi sikap mendapat bantuan kaunseling mengikut jantina. Akan tetapi,

hasil analisis menunjukkan perbezaan signifikan bagi ketakutan terhadap rawatan psikologi antara responden lelaki dengan responden perempuan. Selain itu, penemuan kajian ini juga menunjukkan terdapat perbezaan ketakutan terhadap rawatan psikologi dan sikap mendapat bantuan kaunseling yang signifikan antara responden yang pernah berjumpa kaunselor dengan yang responden yang tidak pernah berjumpa kaunselor.

## PENGHARGAAN

Penulis ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada semua pihak yang telah membantu menyiapkan disertasi ini, khususnya Ahli Jawatankuasa Penyeliaan yang dipengerusikan oleh Dr Rusnani Abdul Kadir dan ahlinya terdiri daripada Dr Petri Zabariah Megat Abd. Rahman dan Puan Asmah Ismail. Penulis amat berterima kasih atas galakan dan tunjuk ajar yang begitu penting untuk memberi kejayaan kepada penulis. Kepercayaan daripada mereka telah membantu penulis menjadi lebih berkeyakinan pada diri sendiri, berdedikasi dan berdikari.

Penulis juga ingin berterima kasih kepada semua pensyarah dan pelajar Fakulti Pengajian Pendidikan yang telah mencurahkan bantuan kepada saya. Tanpa penglibatan mereka, pengumpulan data tidak mungkin berjaya.

Keluarga dan rakan-rakan yang sentiasa memberi bantuan dan sokongan kepada penulis. Penulis juga ingin merakamkan jutaan terima kasih kepada Dr Loh Sau Cheong yang rela berkongsi kepakaran beliau dalam bidang ilmu *SPSS* dan beliau telah banyak memberi bimbingan dan dorongan kepada penulis.

Loh Poh Fang  
15 Feb 2005



# JADUAL KANDUNGAN

Muka Surat

ABSTRACT	ii	
ABSTRAK	iv	
PENGHARGAAN	vi	
PENGESAHAN	vii	
PERAKUAN	ix	
SENARAI JADUAL	x	
GLOSARI	xi	
<b>BAB</b>		
1	<b>PENDAHULUAN</b>	
1.1	Latar Belakang Kajian	1
1.2	Pendekatan Teori	10
1.3	Pernyataan Masalah	15
1.4	Tujuan Kajian	17
1.5	Hipotesis Kajian	18
1.6	Definisi Konsep	19
	1.6.1 Ketakutan Rawatan Psikologi	19
	1.6.2 Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling	22
	1.6.3 Pengalaman Berjumpa Kaunselor	23
1.7	Kesignifikanan Kajian	24
1.8	Limitasi Kajian	26
2	<b>KAJIAN-KAJIAN LEPAS</b>	
2.1	Pengenalan	28
2.2	Ketakutan Rawatan Psikologi	28
2.3	Sikap Mendapat Bantuan	33
2.4	Hubungan antara Ketakutan Rawatan Psikologi dengan Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling	59
2.5	Rumusan	61
3	<b>METODOLOGI</b>	
3.1	Pengenalan	63
3.2	Reka Bentuk Kajian	63
3.3	Tempat Kajian	64
3.4	Responden Kajian	65
	3.4.1 Populasi	65
	3.4.2 Sampel	66





	Muka Surat
3.5	Alat Ukuran 70
	3.5.1 Maklumat Diri 70
	3.5.2 TAPS 70
	3.5.3 ATSPPHS 71
3.6	Kebolehpercayaan dan Kesahan 73
3.7	Prosedur Kajian 75
3.8	Penganalisan Data 76
	3.8.1 Permarkatan 77
	3.8.2 Pengujian Hipotesis 79
4	<b>KEPUTUSAN</b>
4.1	Pengenalan 80
4.2	Profail Responden 80
4.3	Kebolehpercayaan Alat Ukuran 82
4.4	Pengujian Hipotesis 82
	4.4.1 Hubungan antara Ketakutan Rawatan Psikologi dengan Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling 82
	4.4.2 Perbezaan Ketakutan Rawatan Psikologi Mengikut Jantina 85
	4.4.3 Perbezaan Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling Mengikut Jantina 86
	4.4.4 Perbezaan Ketakutan Rawatan Psikologi Mengikut Pengalaman Berjumpa Kaunselor 88
	4.4.5 Perbezaan Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling Mengikut Pengalaman Berjumpa Kaunselor 89
4.5	Kesimpulan 90
5	<b>PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN</b>
5.1	Pengenalan 91
5.2	Perbincangan Mengikut Hipotesis 91
	5.2.1 Hubungan antara Ketakutan Rawatan Psikologi dengan Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling 91
	5.2.2 Perbezaan Ketakutan Rawatan Psikologi Mengikut Jantina 97
	5.2.3 Perbezaan Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling Mengikut Jantina 100

	Muka Surat
5.2.4 Perbezaan Ketakutan Rawatan Psikologi Mengikut Pengalaman Berjumpa Kaunselor	106
5.2.5 Perbezaan Sikap Mendapat Bantuan Kaunseling Mengikut Pengalaman Berjumpa Kaunselor	109
5.3 Implikasi	115
5.4 Cadangan	117
5.5 Kesimpulan	118
BIBLIOGRAFI	120
LAMPIRAN	127
BIODATA PENULIS	131
	137

## SENARAI JADUAL

Jadual	Muka Surat
3.1 Sampel berdasarkan jantina dan program di FPP	69
3.2 Subskala dalam alat ukuran TAPS	77
3.3 Subskala dalam alat ukuran ATSPPHS	78
3.4 Analisis statistik untuk menguji hipotesis	79
4.1 Fekkuensi dan peratusan subjek kajian berdasarkan jantina, etnik dan pengalaman	81
4.2 Hubungan antara ketakutan rawatan psikologi dengan sikap mendapat bantuan kaunseling	83
4.3 Hubungan antara subskala TAPS dengan subskala ATSPPHS	84
4.4 Min, sisihan piawai dan keputusan ujian t bagi subskala TAPS berdasarkan jantina	85
4.5 Min, sisihan piawai dan keputusan ujian t bagi subskala ATSPPHS berdasarkan jantina	87
4.6 Min, sisihan piawai dan keputusan ujian t bagi pengalaman berjumpa kaunselor dengan ketakutan rawatan psikologi	89
4.7 Min, sisihan piawai dan keputusan ujian t bagi pengalaman berjumpa kaunselor dengan sikap mendapat bantuan kaunseling	90

**GLOSARI**

ATSPPHS	Attitude Towards Seeking Professional Psychological Help Scale
FPP	Fakulti Pengajian Pendidikan
M	min
SP	Sisihan piawai
SPSS	Statistical Package for the Social Science
TAPS	Thoughts About Psychotherapy Survey

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 LATAR BELAKANG KAJIAN

Minat terhadap sikap mendapat bantuan kaunseling semakin meningkat pada tahun-tahun kebelakangan ini dan juga banyak kajian yang berkenaan telah dijalankan oleh pengkaji (Komiya et al., 2000; Surgenor, 1985). Fokus kajian mereka, khususnya untuk melihat sikap mendapat bantuan kaunseling pelajar di kolej atau universiti (Lopez et al., 1998; Tinsley et al., 1984). Kajian-kajian (Cepeda-Benito & Short, 1998; Cramer, 1999; Deane & Chamberlain, 1992; Deane & Todd, 1996; Kelly & Achter, 1995) telah dijalankan untuk memeriksa faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan dan sikap individu untuk mendapat bantuan kaunseling. Faktor-faktor yang diminati dan diperiksa, antaranya jangkaan individu terhadap kaunseling, persepsi individu terhadap kaunseling dan kaunselor, hubungan sikap mendapat bantuan kaunseling dengan tekanan kehidupan dan sistem sokong sosial, hubungan sikap mendapat bantuan kaunseling dengan ciri-ciri individu, hubungan sikap mendapat bantuan kaunseling dengan faktor demografi. Selain itu, Komiya, Good dan Sherrod (2000) juga menyatakan faktor keterbukaan peribadi, sifat pendedahan sendiri dan ciri-ciri peribadi dapat mempengaruhi kecederungan individu untuk mendapat bantuan kaunseling. Kajian pengkaji-pengkaji di atas adalah bertujuan untuk memahami harapan dan jangkaan klien yang berpotensi terhadap penggunaan perkhidmatan kaunseling.



Menurut Kelly dan Achter (1995), individu yang suka menyimpan rahsia mempunyai ketakutan terhadap psikoterapi. Namun itu, individu ini mempunyai kecenderungan untuk mendapat bantuan kaunseling disebabkan kekurangan saluran sokongan sosial yang lain. Individu ini tidak akan menyatakan masalahnya yang dianggap rahsia kepada orang lain. Hill, Thompson, Cogar dan Denman (1993) menyatakan terdapat individu yang menyimpan rahsia dan takut mendedahkan emosi mereka semasa sesi kaunseling dijalankan. Menurut Trower, Casey dan Dryden (2000), individu yang takut terhadap sesuatu kejadian dan situasi mempunyai keyakinan yang rendah. Individu ini tidak banyak bergaul dengan orang ramai dan hubungannya dengan orang lain adalah kurang memuaskan. Individu ini tidak mempunyai kawan yang rapat untuk membincangkan masalahnya. Dia juga takut orang lain mempunyai persepsi yang negatif terhadapnya. Oleh itu, individu ini biasanya cenderung berjumpa dengan kaunselor jika dia menghadapi masalah dalam kehidupan. Berdasarkan pendapat Komiya, Good dan Sherrod (2000), Trower, Casey dan Dryden (2000), perasaan takut terhadap perkhidmatan kaunseling menyebabkan seseorang individu itu mengelakkan diri daripada menerima bantuan kaunseling.

Leong (1999) berpendapat golongan lelaki dan golongan perempuan masing-masing mempunyai sikap mendapat bantuan kaunseling yang berbeza. Oleh itu, faktor jantina penting untuk menentukan sikap mendapat bantuan kaunseling. Kajian-kajian lepas (Good & Wood, 1995; Hill et al 1993; Wisch et al., 1995) menunjukkan individu lelaki yang kurang cenderung

mendapat bantuan kaunseling merupakan golongan yang menghalang diri daripada meluahkan isi hati kepada orang lain, tidak mudah mempamerkan emosinya kepada orang lain, dan hanya menumpukan masa yang sepenuhnya pada kerja untuk penyaraan keluarga. Menurut Vogel dan Wester (2003), golongan perempuan mempunyai sikap mendapat bantuan kaunseling yang positif berbanding dengan golongan lelaki.

Sharpe dan Hepper (1991) pula menyatakan golongan lelaki yang tidak mendapatkan bantuan kaunseling bukan bermakna mereka bebas daripada kehidupan yang bermasalah dan sihat daripada gangguan emosi. Sebaliknya, golongan ini mungkin telah mengalami masalah kehidupan dan gangguan emosi, tetapi disebabkan terdapat konflik dalam peranannya, maka mereka tidak cenderung mendapat bantuan kaunseling atau meminta nasihat daripada orang lain. Pengkaji-pengkaji ini juga berpendapat bahawa golongan lelaki telah dididik supaya tidak meluahkan perasaan dan mempamerkan emosi kerana tindakan ini merupakan perbuatan golongan perempuan. Oleh itu, tindakan tersebut perlu dielakkan dan disingkirkan. Secara tidak langsungnya, golongan lelaki telah cuba mengelakkan diri daripada memberitahu hal peribadi kepada orang lain, termasuklah kaunselor. Mereka juga tidak menunjukkan emosi mereka kepada orang lain. Keadaan ini telah mengakibatkan mereka menunjukkan sikap mendapat bantuan kaunseling yang negatif.

Menurut pendapat Deane dan Chamberlain (1992), kecenderungan mendapat bantuan kaunseling meningkat jika tahap ketakutan terhadap rawatan psikologi menurun. Kushner dan Sher (1989) dalam kajian mereka mendapati responden yang pernah meminta bantuan kaunseling mempunyai ketakutan rawatan psikologi yang rendah. Kedua-dua pengkaji ini juga melaporkan responden yang tidak pernah berjumpa dengan kaunselor mempunyai tahap ketakutan rawatan psikologi yang paling tinggi. Keputusan kajian mereka juga menunjukkan bahawa tahap ketakutan rawatan psikologi yang semakin meningkat akan mengakibatkan individu mengelakkan diri daripada mendapatkan bantuan kaunseling.

Vogel dan Wester (2003) telah melaporkan kebanyakan orang yang mengalami masalah tetapi tidak mendapat bantuan kaunseling. Mereka yang mengalami masalah emosi mempunyai ketakutan rawatan psikologi (Giles & Dryden, 1991). Cramer (1999), Brinson dan Kottler (1995), Gottesfeld (1995) menyatakan kebanyakan orang menghadapi masalah psikologi tetapi tidak mendapatkan bantuan kaunseling. Oleh itu, faktor-faktor penghalang individu berjumpa dengan kaunselor perlu dikaji dan diketahui supaya mereka yang menghadapi masalah psikologi akan cuba mendapatkan bantuan kaunseling (Komiya et al., 2000). Individu yang berjumpa dengan kaunselor merupakan golongan yang tidak lagi berupaya mengatasi masalah mereka (Cepeda-Benito & Short, 1998; Kelly & Achter, 1995). Komiya, Good dan Sherrod (2000) berpendapat pendidikan awam tentang kepentingan dan penggunaan



kaunseling perlu diadakan untuk menggalakkan individu berjumpa dengan kaunselor jika mereka mengalami masalah dalam kehidupan.

Di Malaysia, Kementerian Pendidikan telah giat berusaha untuk memperkenalkan beberapa kursus bimbingan dan kaunseling, mengadakan dan memperkembangkan perkhidmatan bimbingan dan kaunseling di seluruh peringkat institusi pendidikan, termasuklah sekolah rendah, sekolah menengah, maktab dan universiti. Semua pelajar berhak mendapatkan pertolongan apabila mereka memerlukannya. Setiap pelajar memperoleh peluang mendapat pertolongan tanpa mengira latar belakang, kaum, agama atau kepercayaan. Pelajar dididik dan dibimbing untuk mendapat dan mempelajari pengalaman, nilai, sikap, perlakuan, dan kemahiran yang sesuai dengan kehendak masyarakat majmuk di Malaysia. Perkhidmatan bimbingan dan kaunseling adalah penting dalam perkembangan potensi dan kebolehan pelajar. Pelajar akan lebih memahami diri dan orang lain secara mendalam, menjelajah tujuan hidupnya dan memilih serta merancang hidupnya dengan berkesan. Pelajar akan menyedari kelemahannya dan memberi fokus kepada kekuatannya. Perkhidmatan bimbingan dan kaunseling memainkan peranan yang penting bagi mencapai matlamat Falsafah Pendidikan Kebangsaan dan merealisasikan Wawasan 2020 dengan memperkembangkan sumber manusia secara optima di semua institusi pendidikan.

Secara ringkas, objektif am perkhidmatan bimbingan dan kaunseling (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2000) adalah seperti yang berikut:



- a. Memberi perkhidmatan penyuburan dan pengayaan meliputi semua aspek perkembangan pelajar dengan menyediakan peluang, kemudahan dan pengalaman selaras dengan kemampuan dan potensi pelajar.
- b. Memberi khidmat pencegahan iaitu menghindarkan pelajar daripada terlibat dalam perbuatan salah laku seperti tingkah laku tidak berdisiplin, penggunaan dadah, merokok, laku musnah, peras ugut, menyertai pertubuhan haram dan tingkah laku anti sosial yang lain.
- c. Memberi khidmat bersifat pemulihan dengan tujuan mengorientasikan semula pelajar yang bermasalah peribadi, pelajaran, kerjaya dan sosial supaya pelajar mampu menghadapi dan mengatasi masalah mereka.
- d. Memberi khidmat kaunseling krisis kepada pelajar yang memerlukannya.

Kehidupan setiap manusia di dunia ini dipenuhi dengan siri situasi yang tidak berkesudahan di mana pemilihan dan penyesuaian perlu dilakukan (Suradi Salim, 1996). Individu yang gagal membuat pilihan dan penyesuaian untuk dirinya kemungkinan besar akan menjalani kehidupan yang tidak sesuai bagi dirinya. Jika perkara itu berlaku, bukan sahaja individu yang rugi, tetapi masyarakat juga turut rugi. Oleh itu, tujuan perkhidmatan kaunseling adalah untuk memberikan bantuan kepada individu untuk membuat pilihan dan

penyesuaian dalam hidupnya. Muhd Mansur dan Siti Nordianar (1993) menyatakan bahawa suasana di pusat pengajian tinggi agak tegang kerana para pelajar sentiasa berada dalam keadaan bimbang, curiga dan bergelora sehingga jarang di antara mereka yang tenteram. Dengan itu, dapat disimpulkan bahawa perkhidmatan kaunseling adalah penting dalam membantu pelajar mengatasi rintangan hidupnya, melakukan aktiviti yang menghasilkan perkembangan dan membuat keputusan yang berkesan. Kaunseling akan memberikan peluang kepada pelajar untuk melihat masalahnya secara objektif, mendapatkan pemahaman tentang diri dan masalah yang dihadapinya. Melalui kaunseling, pelajar diberikan bantuan untuk mendapat "celik akal". Dengan celik akal ini, pelajar akan dapat mengambil langkah dan tindakan bijak yang tidak merugikan dirinya dalam mengatasi masalahnya dan seterusnya memperoleh nirwana sendiri di samping memperoleh manfaat peribadi dalam proses nirwana sendiri berkenaan. (Suradi Salim, 1996).

Perkhidmatan kaunseling semakin berkembang secara keseluruhannya dalam institusi pendidikan dan dalam pelbagai bidang di negara kita pada masa kini. Masyarakat kita mulai sedar akan kepentingan perkhidmatan ini dalam kehidupan. Disiplin kaunseling pula tidak asing lagi dalam dunia kependidikan di negara kita. Memandangkan pertumbuhan dan perkembangan bimbingan dan kaunseling yang pesat dalam pendidikan, dapat disimpulkan bahawa keperluan dan kepentingannya tidak dinafikan lagi. Keperluan dan kepentingan perkhidmatan bimbingan dan kaunseling adalah

berdasarkan keperluan pelajar pada abad ke 21 ini. Namun itu, adakah perkhidmatan ini digunakan secara optima oleh pelajar di institusi pendidikan yang berkenaan?

Weiss (2004) telah menyatakan halangan-halangan yang dihadapi individu untuk mendapatkan bantuan kaunseling:

1. Individu menafikan kewujudan masalah yang dihadapinya.
2. Takut dilabel sebagai individu yang bermasalah dan sakit mental setelah berjumpa dengan kaunselor.
3. Tindakan mendapat bantuan kaunseling adalah bercanggah dengan agama mereka khususnya bagi individu yang beragama Kristian.
4. Individu takut memberitahu masalahnya kepada kaunselor kerana masalah mereka biasanya berkaitan dengan pengalaman yang amat menyedihkan dan menyakitkan hati. Individu cuba mengelakkan diri daripada berjumpa dengan kaunselor kerana mereka tidak ingin menyebut semula pengalaman pahit.

5. Individu yang berpendapatan rendah tidak berjumpa dengan kaunselor kerana mereka tidak dapat menanggung kos atau bayaran sesi kaunseling.
6. Pengalaman lampau yang tidak memuaskan dalam sesi kaunseling juga menghalang individu berjumpa dengan kaunselor pada masa yang akan datang.

Penulis telah berpeluang menemubual kaunselor di Universiti Putra Malaysia untuk memperoleh maklumat tentang perkhidmatan kaunseling di institusi tersebut. Berdasarkan Statistik Penggunaan Perkhidmatan Bimbingan dan Kaunseling di Kalangan Mahasiswa Tahun 2003 (sila rujuk lampiran 1), didapati bilangan pengguna yang menghadiri sesi kaunseling ialah seramai 349 orang. Selain itu, Statistik Klien Mengikut Jantina Tahun 2002 (sila rujuk lampiran 1), didapati seramai 273 klien lelaki dan seramai 246 klien perempuan telah berjumpa dengan kaunselor pada tahun tersebut.

Menurut maklumat yang diberikan oleh kaunselor institusi pengajian tinggi, didapati bahawa pelajar jarang hadir ke sesi kaunseling. Kebanyakan pelajar tidak menggunakan perkhidmatan kaunseling yang disediakan untuk membincangkan masalah, perancangan hidup, perkembangan potensi dan kebolehan mereka. Secara ringkasnya, penggunaan kemudahan perkhidmatan kaunseling yang dibekalkan di institusi pengajian tinggi masih

boleh dipertingkat lagi supaya pelajar dapat memperoleh faedah seperti mempelajari tentang diri mereka, meningkatkan perhubungan interpersonal dan tingkah laku yang membantu mereka menikmati kehidupan yang penuh dengan kesejahteraan dan ketenteraman.

Berdasarkan latar belakang kajian, pengkaji berminat untuk melihat hubungan antara ketakutan rawatan psikologi dengan sikap mendapat bantuan kaunseling pelajar di universiti. Kajian ini juga bertujuan melihat perbezaan ketakutan rawatan psikologi dan sikap mendapat bantuan kaunseling mengikut jantina dan pengalaman berjumpa kaunselor.

## 1.2 PENDEKATAN TEORI

Fobia merupakan ketakutan terhadap benda tertentu dan situasi yang membawa ancaman kepada seseorang individu dan juga sesuatu ancaman yang tidak benar (Carson et al., 2000). Berdasarkan pernyataan Carson, Butcher dan Mineka (2000), apabila individu berdepan dengan benda dan situasi yang merbahaya atau dianggap individu sebagai ancaman, individu tersebut akan mengelakkan dan melarikan diri daripadanya. Fobia yang wujud pada individu boleh menyebabkan individu tersebut menjauhi diri walaupun benda dan situasi yang ditakutinya wujud dalam bentuk gambar.

Terdapat tiga komponen fobia: (1) fobia spesifik, iaitu ketakutan individu terhadap sepsis (ular dan lelabah) atau aspek alam sekitar (air,