

***THE EFFECT OF VIRTUAL REALITY HEIGHTS EXPOSURE ON
PHYSIOLOGICAL RESPONSES AND EMOTION CONDITIONS IN
COLLEGE STUDENTS***

ABSTRACT

Much research has been done to overcome excessive fear of heights. One way to overcome excessive fear of heights is to use exposure therapy. This study aims to determine the effect of virtual reality heights exposure on physiological responses and emotional conditions in college students. The hypothesis of this study is that there is a significant effect of virtual reality heights exposure on physiological responses and emotional conditions that are characterized by changes in skin conductance when the stimulus is presented and changes in emotional conditions after the stimulus is presented. The method used in this study was a non-random pre-test and post-test experiment. The results of this study indicate that there is a significant influence of virtual reality exposure on physiological responses and emotional conditions. Thus, will provide opportunities for therapy in Indonesia.

Keywords: *virtual reality exposure, height, physiological responses, emotional conditions*

PENGARUH *VIRTUAL REALITY EXPOSURE* KETINGGIAN TERHADAP RESPONS FISILOGIS DAN KONDISI EMOSI PADA MAHASISWA

INTISARI

Banyak penelitian yang telah dilakukan untuk mengatasi rasa takut yang berlebihan terhadap ketinggian. Salah satu cara yang dilakukan untuk mengatasi rasa takut yang berlebihan terhadap ketinggian adalah dengan menggunakan *exposure therapy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *virtual reality exposure* ketinggian terhadap respons fisiologis dan kondisi emosi pada mahasiswa. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat pengaruh *virtual reality exposure* terhadap respons fisiologis dan kondisi emosi yang signifikan yang ditandai dengan adanya perubahan *skin conductance* pada saat stimulus disajikan dan perubahan kondisi emosi setelah stimulus disajikan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen *non-random pre-test* dan *post-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh stimulus ketinggian yang disajikan melalui *virtual reality exposure* terhadap respons fisiologis dan kondisi emosi yang signifikan sehingga terbuka peluang untuk terapi di Indonesia.

Kata kunci: *virtual reality exposure*, ketinggian, respons fisiologis, kondisi emosi