**MOTTO**

**Akan ada buah manis yang kamu petik dari hasil kesabaranmu,karna kamu tidak akan mendapatkan apa yang kamu inginkan jika kamu terlalu sibuk megeluh…**

**Maka dari itu bersabarlah sambil berdoa dan berusaha……**

Jika suatu saat saya menjadi orang yang berguna bagi orang lain itu berkat jasa kedua orang tuaku……

***Karya ini kuperuntukkan untuk kedua orang tuaku.***

***Ayahanda Pardiman dan Ibunda Patmawati,***

***dan mereka yang selalu memberiku semangat dan membuat hidupku penuh warna...***

***Terima Kasih…***

**PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NURPATMALA PARDIMAN

NIM : 104 404 060

Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Judul Skripsi : Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan Sosial pada Siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan yang berlaku.

Makassar, September 2014

Yang Membuat Pernyataan

**NURPATMALA PARDIMAN**

**ABSTRAK**

**Nurpatmala Pardiman.104404060.** Penerapan Teknik Konseling *Cognitive Behavioral* untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan Sosial pada Siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar. Skripsi dibimbing oleh Drs. Kulasse Kanto, M.Pd dan Dr. Sulaiman Samad, M.Si. Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini menelaah tentang penerapan teknik konseling *cognitive behavioral* untuk mengurangi gangguan kecemasan social pada siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar. Rumusan masalah dari penelitian ini adalah: (1) Bagaimana penerapan teknik konseling *cognitive behavioral* pada siswa yang mengalami gangguan kecemasan social di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar ? (2) Bagaimana gambaran gangguan kecemasan sosial yang dialami siswa SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar ? (3) Apakah penerapan Teknik Konseling *Cognitive Behavioral* dapat mengurangi gangguan kecemasan sosial siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar ? Tujuan penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui tentang penerapan teknik konseling *cognitive behavioral* pada siswa yang mengalami gangguan kecemasan social di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar. (2) Untuk mengetahui gambaran gangguan kecemasan sosial yang dialami siswa SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar. (3) Untuk mengetahui penerapan Teknik Konseling *Cognitive Behavioral* dapat mengurangi gangguan kecemasan sosial siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang bersifat kuantitatif dengan disain eksperimen yang diguanakan adalah *one-group pretest-posttest design*. Populasi sampel dalam penelitian ini sebanyak 19 orang. Instrumen pengukuran menggunakan angket dan observasi. Teknik analisis data menggunakan analisis *nonparametrik*, yaitu uji *wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Pelaksanaan teknik konseling *cognitive behavioral* dilaksanakan melalui metode *dsystematic desensitization* (2) Tingkat kecemasan social pada siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar sebelum penerapan teknik konseling *cognitive behavioral* berada pada kategori tinggi dan mengalami penurunan sesudah penerapan teknik konseling *cognitive behavioral* yaitu berada pada kategori rendah (3) Penerapan teknik konseling *cognitive behavioral* dapat menurunkan gangguan kecemasan sosial pada siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar.

**PRAKATA**

Segala puji bagi Allah SWT, karena atas segala petunjuk dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Skripsi ini berjudul “Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral* Untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan Social Di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar”. Penulisan skripsi ini dimaksudkan sebagai persyaratan dalam penyelesaian studi pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Selama penulisan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai hambatan dan persoalan, dikarenakan waktu, biaya, tenaga serta kemampuan penulis yang sangat terbatas. Namun berkat bimbingan, motivasi, bantuan dan sumbangan pemikiran dari berbagai pihak, segala hambatan dan tantangan yang dihadapi penulis dapat teratasi. Oleh karena itu, dengan penuh hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada Drs.Kulasse Kanto, M.Pd dan Dr. Sulaiman Samad, M.Si, masing-masing selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan, petunjuk dan motivasi kepada penulis mulai dari penyusunan usulan penelitian hingga selesainya skripsi ini. Selanjutnya ucapan yang sama dihaturkan kepada:

1. Prof. Dr. H. Arismunandar, M.Pd sebagai Rektor UNM atas segala kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Makassar.
2. Dr. H. Ismail Tolla, M. Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.
3. Drs. H. Muhammad Anas Malik, M.Si dan Dr. Abdul Saman, M.Si Kons, masing-masing sebagai Ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan atas segala bantuannya dalam administrasi maupun dalam perkuliahan.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan, khususnya Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah mendidik dan memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
5. Muhammad Idris, S.Pd selaku Kepala sekolah SMK Negeri 1 Tinambung yang telah memberikan izin melakukan penelitian pada sekolah yang dipimpinnya.
6. Ahmad S.Pd selaku guru BK SMK Negeri 1 Tinambung, guru-guru, serta siswa khususnya kelas X TKJ1 dan X TKJ2 yang telah membantu dalam melaksanakan penelitian ini.
7. Teristimewa kepada kedua orangtuaku tercinta, Ayahanda Pardiman dan Ibunda Patmawati yang senantiasa mencurahkan perhatian dan kasih sayangnya dalam mendidik dan membesarkan penulis yang disertai dengan iringan doa yang tak pernah berhenti mengiringi perjalanan penulis menyelesaikan studi serta tetes demi tetes keringat untuk mengumpulkan finansial demi kelancaran studi penulis.
8. Spesial kepada kedua adik-adikku tercinta Dewi Purnama dan Muhammad Fadli yang selalu memberikan semangat dan keceriaan serta keluarga besarku atas doa dan dukungannya.
9. Sahabatku di bangku kuliah Elce, Ira, Dhila, Enchy, Dj, Sasy,Bian,Indah,Ni’ma, Yanti sahabatku di SMA Eppy, Ucchank, Ayhu, Andyn, sahabatku di posko KKN, Sidiq, Awal, Opiq, Kak Wahid,dan Kak Ahmad. Terimakasih atas motivasi dan kebersamaannya dalam menemaniku saat suka dan duka, semangat dan nasehatnya, atas segala canda, tawa, kegilaan kalian selama ini yang tak terlupakan, dan terima kasih sekali lagi telah memberi warna tersendiri dalam hidupku.
10. Teman-teman angkatan 2010 khususnya kelas B, terima kasih atas kebersamaannya mulai semester pertama sampai sekarang.
11. Kepada semua pihak yang tidak sempat penulis sebutkan namanya, namun telah membantu penulis dalam penyelesaian studi.

Semoga skripsi ini bermanfaat sebagai bahan masukan dan informasi bagi pembaca, dan semoga kebaikan dan keikhlasan serta bantuan dari semua pihak bernilai ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Makassar, September 2014

**Penulis**