**DAFTAR ISI**

Halaman

**HALAMAN** **JUDUL** i

**LEMBAR PERSETUJUAN** ii

**MOTTO** iii

**PERNYATAAN KEASLIAN** **SKRIPSI** iv

**ABSTRAK** v

**PRAKATA** vi

**DAFTAR ISI** ix

**DAFTAR GAMBAR** xii

**DAFTAR TABEL** xiii

**DAFTAR LAMPIRAN** xiv

**BAB I PENDAHULUAN** 1

1. Latar Belakang 1
2. Rumusan Masalah 7
3. Tujuan Penelitian 7
4. Manfaat Penelitian 8

**BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS** 10

1. Tinjauan Pustaka 10
2. Gangguan Kecemasan Sosial 10
   1. Pengertian gangguan kecemasan 10
   2. Pengertian Kecemasan social (*social anxiety)* 12
   3. Gejala Kecemasan Sosial 16
   4. Penyebab Terjadinya Kecemasan Sosial 17
3. Konseling *Cognitive Behavioral* 19
4. Pengertian Konseling *Cognitive Behavioral* 19
5. Konsep Dasar Konseling *Cognitive Behavioral* 20
6. Tujuan Konseling *Cognitive Behavioral* 21
7. Focus Konseling *Cognitive Behavioral* 22
8. Prinsip-prinsip Konseling *Cognitive Behavioral* 22
9. Teknik-teknik Konseling *Cognitive Behavioral* 24
10. Kelemahan dan Kelebihan Konseling *Cognitive Behavioral* 29
11. Penerapan Tekanik Konseling *Cognitive Behavioral* Menggunakan Teknik Intervensi *Desensitization* Untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan Social Pada Siswa 30
12. Merencanakan Proses Konseling 32
13. Kerangka pikir 33
14. Hipotesis 37

**BAB III METODE PENELITIAN** 38

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 38
2. Variabel dan Disain Penelitian 38
3. Definisi Operasional Variabel 39
4. Populasi dan Sampel 41
5. Populasi 41
6. Sampel 41
7. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data 42
8. Angket 42
9. Observasi 44
10. Teknik Analisis Data 45
11. Analisis Deskriptif 45
12. Pengujian Hipotesis 46

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN** 48

1. Penyajian Data, Proses dan Hasil penelitian 48
2. Gambaran Pelaksanaan Teknik Konseling *Cognitive Behavioral* Melalui Teknik Intervensi *Desensitization* untuk Mengurangi Gangguan Kecemasan Sosial pada Siswa di SMK Negeri 1 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar 48
3. Gambaran Tingakat Kecemasan Sosial yang Dialami Oleh Siswa Sebelum dan Sesudah Penerapan Teknik Konseling *Cognitive Behavioral* 53
4. Pengujian Hipotesis 56
5. Pembahasan 58

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN** 63

1. Kesimpulan 63
2. Saran 64

**DAFTAR PUSTAKA** 65

**LAMPIRAN** 68

**RIWAYAT HIDUP** 142