

**PENGARUH *COGNITIVE BEHAVIORAL GROUP THERAPY*  
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SOSIAL  
REMAJA AKHIR MAN 1 SERANG**



**TSULISTIA POETRY HENDRAWAN  
1108822018**

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian  
Persyaratan untuk Mendapatkan Gelar Magister

**PROGRAM MAGISTER BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

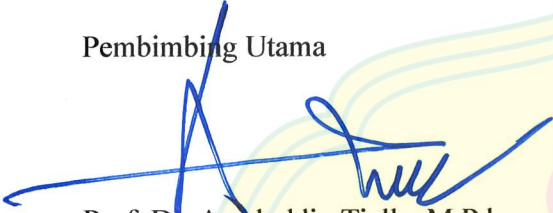
**2024**


## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN SIDANG TESIS

Judul : Pengaruh *Cognitive Behavioral Group Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja Akhir MAN 1 Serang  
Nama : Tsulistia Poetry Hendrawan  
No. Registrasi : 1108822018  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Tanggal Ujian : 17 Juli 2024

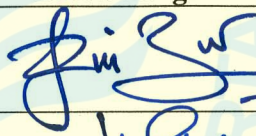
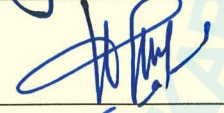


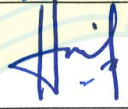
Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

  
Prof. Dr. Awaluddin Tjalla, M.Pd  
NIP. 196011121985031001

  
Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D  
NIP. 197104262001121002

### PANITIA SIDANG TESIS

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Murni Winarsih, M.Pd NIP. 197311232001122001 (Penanggung Jawab) *		23-07-2024
Dr. Wirda Hanim, M.Si NIP. 196203101986022001 (Wakil Penanggung Jawab) **		23-07-2024
Dr. Eka Wahyuni, MAAPD NIP. 197309151999032003 (Koor. Program Studi) ***		23-07-2024
Dr. Eka Wahyuni, MAAPD NIP. 197309151999032003 (Anggota Dewan Penguji I) ****		23-07-2024
Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons NIP. 197908192005012002 (Anggota Dewan Penguji II) ****		23-07-2024

\* Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta

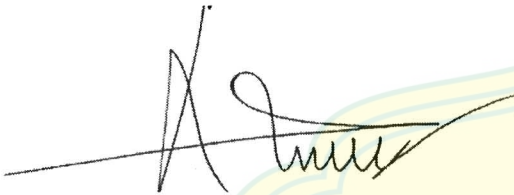
\*\* Wakil Dekan 1 Fakultas Ilmi Pendidikan

\*\*\* Koordinator Program Studi Magister Bimbingan Konseling

\*\*\*\* Dosen Penguji

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING  
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TESIS**

Pembimbing I




Prof. Dr. Awaludin Tjalla, M.Pd  
NIP. 196011121985031001

Pembimbing II



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D  
NIP. 197104262001121002

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling


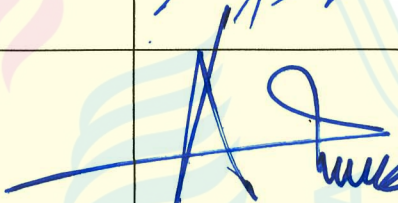






Dr. Eka Wahyuni, MAAPD  
NIP. 197309151999032003

Nama : Tsulistia Poetry Hendrawan  
NIM : 1108822018  
Angkatan : 2022

## HALAMAN PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TESIS

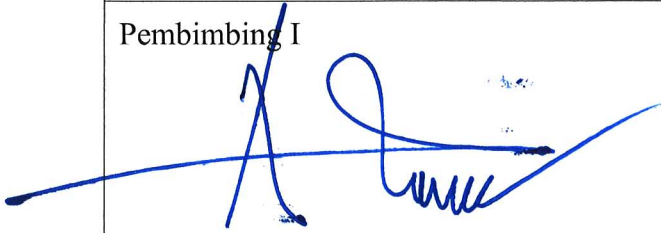
Judul : Pengaruh *Cognitive Behavioral Group Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja Akhir MAN 1 Serang  
Nama : Tsulistia Poetry Hendrawan  
No. Registrasi : 1108822018  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Eka Wahyuni, S.Pd., MAAPD NIP. 197309151999032003 (Koordinator Program Studi)		23-07-2024
2.	Prof. Dr. Awaludin Tjalla, M.Pd NIP. 196011121985031001 (Pembimbing I)		22-07-2024
3.	Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D NIP. 197104262001121002 (Pembimbing II)		24-07-2024
4.	Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons NIP. 1972112311998022001 (Ketua Penguji)		24-07-2024
5.	Dr. Eka Wahyuni, S.Pd., MAAPD NIP. 197309151999032003 (Penguji I)		23-07-2024
6.	Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons NIP. 197908192005012002 (Penguji II)		23-07-2024

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING  
DIPERSYARATKAN YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof. Dr. Awaludin Tjalla, M.Pd

Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D

Tanggal: 24-07-2024

Tanggal: 24-07-2024

Dr. Murni Winarsih, S.Pd., M.Pd



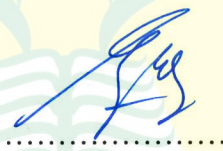
23-07-2024

(Ketua)<sup>1</sup>

(tanda tangan)

(tanggal)

Dr. Eka Wahyuni, MAAPD



24-07-2024

(Koordinator Prodi)<sup>2</sup>

(tanda tangan)

(tanggal)

Nama : Tsulistia Poetry Hendrawan

Nim : 1108822018

Tanggal Lulus : 17 Juli 2024

Angkatan : 2022

1. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta

## ABSTRAK

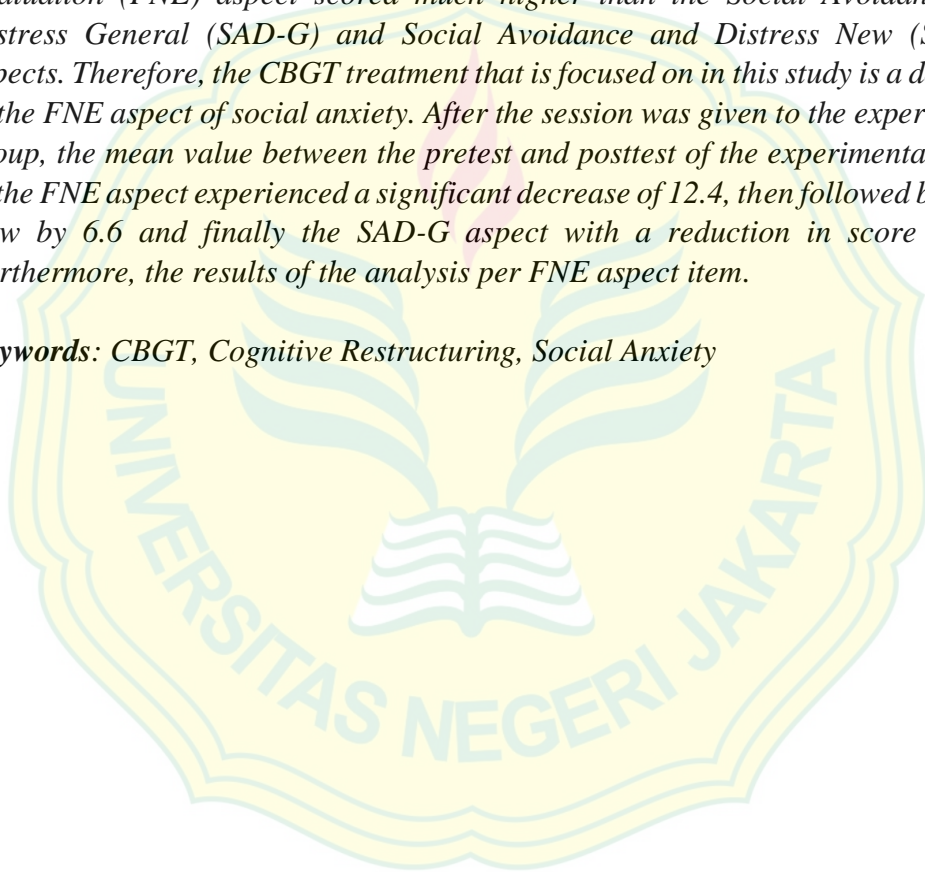
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Cognitive Behavioral Group Therapy* dengan teknik *Cognitive Restructuring* terhadap kecemasan sosial remaja akhir di MAN 1 Serang. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan *nonequivalent control group design*. Subjek penelitian ini merupakan siswa yang memiliki kecemasan sosial sejumlah 10 orang. Subjek diambil dengan menggunakan cara *purposive* karena jumlah sampel yang diambil berdasarkan kriteria yaitu siswa yang memiliki kecemasan sosial tinggi. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan SAS-A (*Social Anxiety Scale for Adolescent*) yang berjumlah 18 item pernyataan yang sudah diuji validitas dan reliabilitas. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *sample independent T-test*. Hasil analisis diperoleh bahwa dari ketiga aspek kecemasan sosial untuk remaja diketahui aspek *Fear of Negative Evaluation* (FNE) memperoleh skor yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan aspek *Social Avoidance and Distress General* (SAD-G) dan *Social Avoidance and Distress New* (SAD-N). Oleh karena itu perlakuan CBGT yang di fokuskan dalam penelitian ini adalah penurunan pada aspek kecemasan sosial FNE. Setelah sesi diberikan kepada kelompok eksperimen diperoleh nilai mean antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen pada aspek FNE mengalami penurunan yang signifikan yaitu sebesar 12,4 kemudian diikuti dengan SAD-N sebesar 6,6, dan terakhir aspek SAD-G dengan penurunan skor 3,2. Selanjutnya hasil analisis per item aspek FNE pun terdapat penurunan terutama pada item no.10 dan 15. Adapun hasil hipotesis yang diperoleh adalah nilai Sig. (2-tailed)  $0,001 > 0,05$  yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga terdapat pengaruh *Cognitive Behavioral Group Therapy* dengan teknik *Cognitive Restructuring* terhadap kecemasan sosial remaja akhir di MAN 1 Serang.

**Kata kunci:** CBGT, *Cognitive Restructuring*, Kecemasan Sosial

## ABSTRACT

*This study aims to determine the effect of Cognitive Behavioral Group Therapy with Cognitive Restructuring techniques on the social anxiety of late adolescents at MAN 1 Serang. This research is an experimental research with a nonequivalent control group design. The subjects of this study were 10 students who had social anxiety. Subjects were taken using a purposive method because the sample number was based on criteria. These namely students have high social anxiety. Data collection in this study used SAS-A (Social Anxiety Scale for Adolescent) which amounted to 18 statement items that have been tested for validity and reliability. Data analysis in this study used an independent sample T-test. The results of the analysis showed that of the three aspects of social anxiety for adolescents, the Fear of Negative Evaluation (FNE) aspect scored much higher than the Social Avoidance and Distress General (SAD-G) and Social Avoidance and Distress New (SAD-N) aspects. Therefore, the CBGT treatment that is focused on in this study is a decrease in the FNE aspect of social anxiety. After the session was given to the experimental group, the mean value between the pretest and posttest of the experimental group in the FNE aspect experienced a significant decrease of 12.4, then followed by SAD-New by 6.6 and finally the SAD-G aspect with a reduction in score of 3.2. Furthermore, the results of the analysis per FNE aspect item.*

**Keywords:** CBGT, Cognitive Restructuring, Social Anxiety



## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Tsulistia Poetry Hendrawan  
NIM : 1108822018  
Tempat/Tanggal Lahir : Serang, 15 Maret 2000  
Program : Magister  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul "*Cognitive Behavioral Group Therapy* untuk Menurunkan Kecemasan Sosial Remaja Akhir MAN 1 Serang" merupakan karya sendiri tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila ditemukan hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Serang, 29 Juni 2024

Yang menyatakan,



Tsulistia Poetry Hendrawan  
NIM. 1108822018



## PERNYATAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tsulistia Poetry Hendrawan

No Registrasi : 1108822018

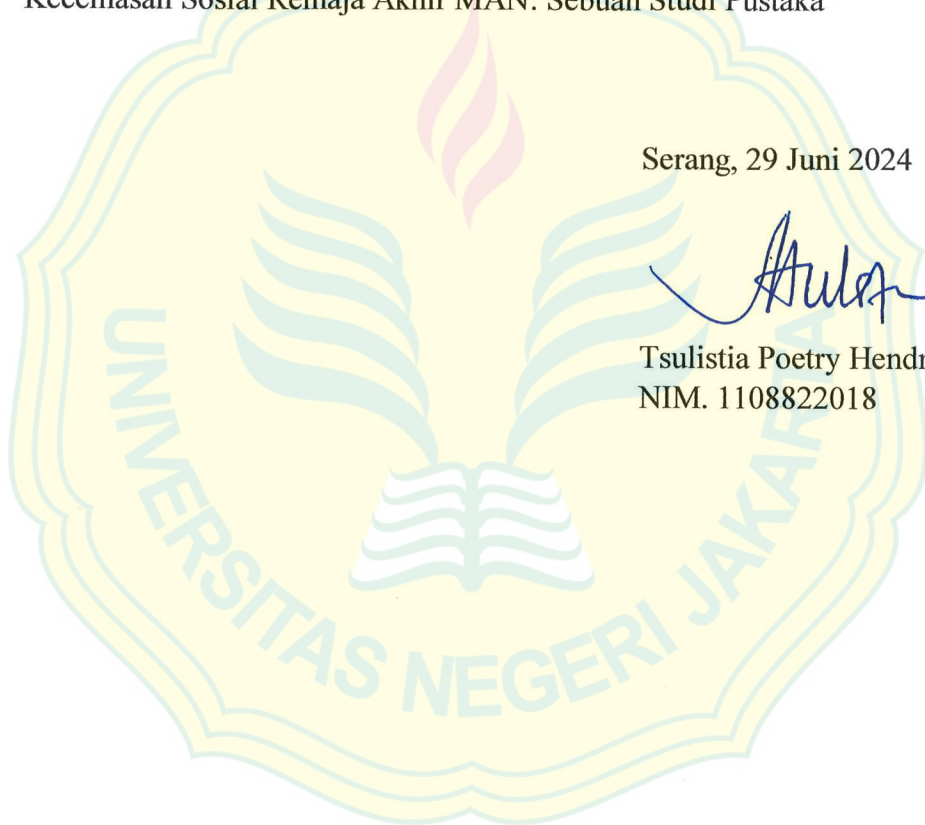
Menyatakan bahwa saya telah memublikasikan hasil penelitian Tesis saya sebagai berikut:

1. Hendrawan, T. P., Tjalla & Hidayat, D. R. (2024). Gambaran Kecemasan Sosial Remaja Akhir. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 9. No. 1. 2024. <https://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/6270>
2. Desiminasi Hasil “Pengaruh *Cognitive Behavioral Group Therapy* untuk Kecemasan Sosial Remaja Akhir MAN: Sebuah Studi Pustaka”

Serang, 29 Juni 2024



Tsulistia Poetry Hendrawan  
NIM. 1108822018





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Tsulistia Poetry Hendrawan  
NIM : 1108822018  
Fakultas/Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Alamat email : tsulistia.poetry@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi  Tesis  Disertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Cognitive Behavioral Group Therapy untuk  
Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja Akhir MAN  
1 Serang

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 4 - Agustus 2024

Penulis

( Tsulistia Poetry H )  
nama dan tanda tangan

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahuwata'ala atas rahmat dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal tesis ini. Selanjutnya Sholawat dan Salam kepada uswatun hasanah kita yakni Nabi Muhammad Shollalloohu 'alayhi wasallam yang kita harapkan syafaatnya di Yaumul akhir nanti. Adapun judul tesis penulis adalah “Pengaruh *Cognitive Behavioral Group Therapy* untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja Akhir MAN 1 Serang”.

Penyelesaian tesis ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun materil secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis dalam menyusun tesis ini hingga selesai, terutama kepada dosen pembimbing yang penulis hormati dan cintai Prof. Dr. Awaludin Tjalla, M.Pd selaku dosen pembimbing utama dan Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku pembimbing pendamping kedua yang telah memberikan motivasi dan saran-saran kepada penulis sejak awal penulisan tesis sampai penyelesaian tesis ini. Semoga Allah selalu memberikan keberkahan dan kemudahan untuk segala urusannya.

Pada kesempatan ini penulis juga ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Murni Winarsih, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
2. Dr. Eka Wahyuni, MAAPD selaku Koordinator Program Magister Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak dan ibu dosen pengajar program studi bimbingan dan konseling di pasca UNJ yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis selama mengikuti perkuliahannya.
4. Kedua orang tua penulis Ibunda Siti Badriyah dan Bapak Basuki Suhendra serta keluarga besar yang selalu memberikan dukungan baik moril dan materil kepada penulis juga do'a yang selalu dipanjatkan

kepada Sang Maha Pengijabah Do'a, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.

5. Terima kasih kepada Mas Wahyu Purnomo Sidiq yang setia menemani dan tidak pernah lelah untuk memberikan support, reward, serta dukungan baik moril maupun materil kepada saya selama menyusun tesis ini.
6. Rasa Hormat dan Terima Kasih penulis sampaikan kepada Bapak Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah, Guru BK ku Bu Lilis dan Pak Am yang menjadi panutanku hingga saat ini, Staf, Pegawai, dan Siswa MAN 1 Kabupaten Serang.
7. Terima kasih kepada Ibu Dosen Mala Khairat, M.Pd yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil kepada penulis.
8. Terima kasih kepada teman-teman seperjuangan Mahasiswa S2 BK 2022 yang saling menyemangati, memotivasi, dan saling berbagi informasi dan pengetahuan.
9. Terima kasih kepada sahabat-sahabat tercinta Mba Wika, Evlyn, Yuna, Teh Lia, Salsa, Syifa, Muflihah, Indha dan kakak tingkatku ka zia yang selalu membersamai penulis baik suka maupun duka juga adeku tersayang Ica dan Nida.
10. Teman-teman seperjuangan beasiswa unggulan yang tak ketinggalan pula selalu memberikan dukungan dan doa kepada penulis.

Semoga bantuan dan jasa baik yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan dari Allah SWT., Penulis telah berusaha dengan semaksimal mungkin dalam menyelesaikan tesis ini, namun penulis menyadari tesis ini masih terdapat kekurangan, baik dari segi isi maupun tata bahasa, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan tesis ini. Kiranya isi tesis ini dapat bermanfaat bagi kita semua khususnya dalam memperkaya Ilmu Pendidikan di bidang Bimbingan dan Konseling.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Serang, 29 Juni 2024



Tsulistia Poetry Hendrawan  
NIM. 1108822018

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN DIKETAHUI OLEH KOORDINATOR PROGRAM STUDI .....	ii
ABSTRAK.....	iii
<i>ABSTRACT</i> .....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH .....	v
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Pembatasan Masalah .....	10
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Manfaat Penelitian .....	10
F. <i>State of The Art</i> Penelitian .....	11
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	12
1. Kecemasan Sosial di Lingkungan Madrasah Aliyah Negeri .....	12
a. Definisi Kecemasan Sosial dalam Konteks Albert Bandura .....	12
b. Kecemasan Sosial pada Remaja di Lingkungan Sekolah .....	13
c. Gejala Kecemasan Sosial .....	14
d. Dampak Kecemasan Sosial pada Remaja .....	17
2. <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> untuk Kecemasan Sosial .....	19
a. <i>Group Therapy</i> (Terapi Kelompok) .....	19
b. Tahap-tahap Pelaksanaan <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> (Terapi Kelompok) .....	19
c. Kelebihan dan Kekurangan Penerapan <i>Group Therapy</i> (Terapi Kelompok) .....	20
d. <i>Cognitive Behavioral Group Therapy</i> untuk Kecemasan Sosial .....	21
e. Prinsip Dasar <i>Cognitive Behavioral Group Therapy</i> .....	23
f. Proses <i>Cognitive Behavioral Group Therapy</i> untuk Kecemasan Sosial ....	24
3. Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> .....	25

B. Hasil Penelitian Relevan .....	27
C. Kerangka Pikir .....	29
D. Hipotesis Penelitian .....	33

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian .....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	34
C. Metode dan Desain Penelitian .....	34
D. Subjek Penelitian .....	36
E. Tahapan <i>Cognitive Behavioral Group Therapy</i> .....	37
F. Penyusunan Instrumen .....	43
1. Variabel Penelitian .....	43
2. Definisi Operasional .....	44
G. Teknik Pengumpulan Data .....	45
1. Instrumen Penelitian.....	45
2. Uji Coba Instrumen .....	47
H. Teknik Analisis Data .....	48
1. Analisis Deskriptif .....	49
2. Uji Prasyarat Analisis .....	49
3. Pengujian Hipotesis Statistik.....	49

### BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	51
1. Kecemasan Sosial Remaja Akhir Kelas XI Keagamaan dan Ilmu Pengetahuan Alam 2024 di MAN 1 Serang .....	51
2. Deskripsi Hasil Baseline.....	52
3. Deskripsi Hasil Intervensi.....	55
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data .....	74
C. Hasil Uji Hipotesis .....	76
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	77
E. Keterbatasan Penelitian .....	81

### BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI .....

A. Kesimpulan .....	82
B. Implikasi .....	82
C. Rekomendasi .....	83

DAFTAR PUSTAKA .....85

LAMPIRAN .....92

DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... 118



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	33
Gambar 3.1 <i>Pretest-posttest nonequivalent control group design</i> .....	35
Gambar 4.1 Kecemasan Sosial Remaja Akhir Kelas XI Keagamaan dan Ilmu Pengetahuan Alam .....	52





## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Demografi Sampel Penelitian .....	37
Tabel 3.2 Tahapan <i>Cognitive Behavioral Group Therapy</i> .....	37
Tabel 3.3 Pemberian Skor Instrumen Berdasarkan Skala Likert .....	46
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Instrumen Alat Ukur <i>Social Anxiety Scale for Adolescent</i> .....	46
Tabel 4.1 Kategori Kecemasan Sosial untuk Remaja La Greca & Lopez (1998) .....	51
Tabel 4.2 Kecemasan Sosial Remaja Akhir Kelas XI Keagamaan dan Ilmu Pengetahuan Alam 2024 di MAN 1 Serang .....	51
Tabel 4.3 Skor <i>Pretest</i> Kecemasan Sosial Remaja Akhir Kelompok Eksperimen dan Kontrol .....	52
Tabel 4.4 Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol Berdasarkan Aspek Kecemasan Sosial untuk Remaja.....	53
Tabel 4.5 Hasil Per Item Aspek FNE <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen.....	54
Tabel 4.6 Skor <i>Posttest</i> Kecemasan Sosial Remaja Akhir Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	72
Tabel 4.7 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol Berdasarkan Aspek Kecemasan Sosial untuk Remaja Uji Normalitas .....	73
Tabel 4.8 Hasil Per Item Aspek FNE <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen .....	74
Tabel 4.9 Uji Normalitas.....	75
Tabel 4.1 (1) Uji Homogenitas .....	75
Tabel 4.2 (2) Uji <i>Independent Sample T-test</i> .....	76

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 <i>Social Anxiety Scale for Adolescent</i> .....	92
Lampiran 2 Sebaran Data <i>Social Anxiety Scale for Adolescent</i> Uji Coba.....	94
Lampiran 3 Hasil Validitas Instrumen Kecemasan Sosial.....	95
Lampiran 4 Hasil Reliabilitas Instrumen Kecemasan Sosial .....	95
Lampiran 5 Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol .....	96
Lampiran 6 Perhitungan Kategori <i>Pretest</i> .....	97
Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian .....	98
Lampiran 8 Hasil Data <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	99
Lampiran 9 Rancangan <i>Cognitive Behavioral Group Therapy</i> .....	100
Lampiran 10 Daftar Harapan Mengikuti Sesi CBT .....	110
Lampiran 11 Mengetahui Kecemasan Sosial .....	111
Lampiran 12 Catatan Pikiran .....	112
Lampiran 13 Dokumentasi .....	114
Lampiran 14 Surat Telah Melaksanakan Penelitian .....	117