

## Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk menurunkan kecemasan pada anak usia sekolah = The application of Cognitive Behavior Therapy (CBT) to reduce anxiety in middle age children

Yomi Novitasari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20336088&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Kecemasan merupakan kondisi yang dapat dialami banyak orang. Namun kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu kegiatan sehari-hari seseorang. Gangguan kecemasan pada anak yang tidak ditangani dengan efektif dapat membuat anak rentan terhadap masalah dalam fungsi kehidupannya dan mempengaruhi perkembangan emosinya. Tesis ini memiliki desain penelitian single case dan menerapkan bentuk intervensi Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk menurunkan kecemasan pada anak. Partisipan penelitian adalah anak perempuan berusia 9 tahun yang mengalami kecemasan pada sejumlah hal, antara lain cemas menyeberang jalan, pergi ke sekolah dan di rumah atau di kamar mandi sendirian. Sesi terapi dilakukan sebanyak dua belas kali selama lebih kurang 45 - 80 menit setiap sesinya. Pengukuran efektivitas terapi ini dilakukan menggunakan alat ukur SCARED (Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders), FSSC-R (Fear Survey Schedule for Children - Revised), dan CBCL (Child Behavior Checklist). Hasil dari terapi ini adalah CBT tidak efektif untuk menurunkan kecemasan partisipan. Hal ini terlihat dari masih adanya indikasi gangguan kecemasan yang diukur menggunakan SCARED dan FSSC-R.

.....Anxiety is a common emotional condition in human life. Unfortunately, when the anxiety becomes too intense, it can impair people daily activities. Failure to intervene anxiety disorder in children with effective treatment may render the child vulnerable to impairments in a wide range of functioning and result in deleterious effect on his or her long-term emotional development. This thesis uses a single case research design and applies the Cognitive Behavior Therapy (CBT) in order to reduce anxiety in middle age children. The research participant is a nine-year old girl having anxiety in several things, such as crossing the street, going to school and staying in home or toilet alone. Therapy is conducted through 12, 45-80 minute sessions. This therapy effectivity is assessed by SCARED (Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders), FSSC-R (Fear Survey Schedule for Children - Revised), and CBCL (Child Behavior Checklist).The results of this therapy is an ineffective CBT to reduce the child's anxiety. The child has not experienced reduced scores in SCARED and FSSC-R. This indicated that she still has anxiety disorder.