

Penerapan teknik-teknik cognitive behavior therapy pada wanita dewasa muda dengan social phobia = Application of cognitive behavior techniques in a young adult woman with social phobia

Fayanisa Dwityarani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20370300&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRAK**

penelitian ini menerakan teknik-teknik cognitive behavior therapy (CBT) dalam menangani wanita dewasa muda. (M) yang menderita social phobia (SP). Rancangan program CBT ini terdiri dari 10 sesi pertemuan, dengan durasi 3 minggu. SP sebagai salah satu gangguan kecemasan yang ditandai dengan rasa takut mendapatkan penilaian negatif dari lingkungan, mengakibatkan penderitanya mengalami kesulitan untuk melakukan kegiatan sehari - hari seperti menjalani pekerjaan atau sekedar berinteraksi dengan orang lain. hasil dari program intervensi ini gejala SP pada M yang ditandai oleh distorsi kognitif berupa penilaian negatif dari orang lain kecenderungan untuk menghindari situasi sosial tertentu berkurang secara signifikan setelah menjalani 9 sesi pertemuan .