

Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 18%

Date: Monday, August 19, 2019  
Statistics: 2502 words Plagiarized / 14106 Total words  
Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

1 BAB 1 PENDAHULUAN A. Latar Belakang Masalah Gangguan kecemasan merupakan gangguan pada kesehatan mental yang ditandai dengan perilaku penghindaran terus-menerus karena ketakutan yang tidak rasional terhadap situasi, benda atau aktivitas tertentu.

Orang yang mengalami kecemasan cenderung memiliki penanaman pada pikiran yang negatit akan evaluasi orang lain, yang akibatnya akan menimbulkan kecemasan, reaksi fisik seperti gemetar atau keringat dingin dan perilaku menghindar lainnya. 1 Jadi dapat dikatakan bahwa kecemasan akan sangat mengganggu aktivitas bagi individu yang mengalaminya dan hal ini menandakan bahwa individu tersebut mengalami gangguan kesehatan mental.

Kesehatan mental merupakan keadaan mental yang sehat serta terwujudnya keharmonisan yang sungguh - sungguh antara fungsi jiwa untuk menghadapi segala masalah. Adapun karakteristik mental yang s ehat seperti terhindar dari gejala - gejala gangguan jiwa dan penyakit jiwra. dapat m enyesuaikan diri untuk memperoleh kebutuhan dan menghindari stres, memanfaatkan kemampuan semaksimal mungkin , tercapai nya kebahagiaan pribadi dan orang lain serta mampu untuk mandiri.

Seorang 1 Adib Asrori, Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial, dalam jurnal ISSN: 2301-8267 Vol. 03, No.01 Januari 2015, di akses dari https://ejoumal.umm.ac.id>article>viewfile.com,pada 9 Maret 2019, Pukul 05.36 WITA. 2 anak yang merasa dirinya tidak mampu berinteraksi dengan orang lain menjadi cenderung berusaha untuk menghindar dari lingkungan sosialnya.2

Kecenderungan tersebut biasanya dialami o leh individu yang pemalu ( selanjutnya peneliti menggunakan kata Shyness). Shyness merupakan suatu perasaan gelisah yang mengalami hambatan pada hubungan antar-pribadi yang mengganggu hubungan interpersonal. Masalah ini semakin banyak dialami oleh remaja. Shyness memiliki sisi yang positif, yaitu remaja lebih cerdas, dan selalu berpikir.

Sedangkan di sisi lain remaja yang secara alami memang pendiam akan menjadi sangat cemas ketika mereka harus ikut serta dalam suatu kegiatan atau pun mencari teman baru. Akan tetapi