

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI	vi
ABSTRAKSI	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
E. Definisi Konsep	9
1. Bimbingan dan Konseling Islam	10
2. <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	11
3. Kecemasan (<i>Anxiety</i>)	12
4. <i>Culture Shock</i>	13
F. Metode Penelitian	14
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian	14
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian	16
3. Jenis dan Sumber Data	17
4. Tahap-Tahap Penelitian	18
5. Teknik Pengumpulan Data	21
6. Teknik Analisis Data	23
7. Teknik Keabsahan Data	24
G. Sistematika Pembahasan	25
BAB II BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM, <i>COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY</i> , <i>KECEMASAN</i> , <i>CULTURE SHOCK</i>	28
A. Bimbingan dan Konseling Islam, <i>Cognitive Behavior Therapy</i> , <i>Kecemasan</i> , <i>Culture Shock</i>	28
1. Bimbingan dan Konseling Islam	28
a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam	28
b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam	33
c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam	33
d. Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam	35
e. Unsur-unsur bimbingan dan konseling Islam	36

f.	Langkah-Langkah Bimbingan dan Konseling Islam	40
g.	Asas-Asas Bimbingan dan Konseling Islam	41
2.	Terapi Prilaku Kognitif/ <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) .	46
a.	Pengertian <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	46
b.	Konsep Dasar <i>Cognitive Behavior</i>	49
c.	Karakteristik <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	50
d.	Prinsip Dasar <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	53
e.	Prinsip-Prinsip <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	55
f.	Tujuan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	59
g.	Teknik <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	60
h.	Merencanakan Proses Dan Sessi Konseling	62
3.	Kecemasan	69
a.	Pengertian Kecemasan	69
b.	Macam-Macam Kecemasan	71
c.	Jenis-Jenis Kecemasan	71
d.	Tanda-Tanda Atau Gejala Kecemasan	72
e.	Indikator Kecemasan	72
f.	Bentuk Kecemasan	73
g.	Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan	73
4.	<i>Culture Shock</i>	75
a.	Pengertian <i>Culture Shock</i>	75
b.	Tahap-Tahap <i>Culture Shock</i>	76
c.	Efek-Efek Yang Ditimbulkan Oleh <i>Culture Shock</i>	80
d.	Reaksi-Reaksi <i>Culture Shock</i>	81
B.	Relevansi Terdahulu	81
BAB	III BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN <i>COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY</i> UNTUK MENGURANGI KECEMASAN AKIBAT <i>CULTURE SHOCK</i> MAHASISWI DARI MALAYSIA DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA	87
A.	Deskripsi Umum Objek Penelitian	87
1.	Lokasi Penelitian	87
2.	Deskripsi Konselor	90
3.	Deskripsi Konseli	91
4.	Deskripsi Masalah Konseli	96
B.	Deskripsi Hasil Penelitian	98
1.	Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Akibat <i>Culture Shock</i> Mahasiswi dari Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	98
2.	Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> untuk Mengurangi Kecemasan Akibat <i>Culture Shock</i> Mahasiswi dari Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	100
3.	Hasil dari Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> untuk Mengurangi Kecemasan	

Akibat <i>Culture Shock</i> Mahasiswi dari Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	110
BAB IV ANALISIS BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN <i>COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY</i> UNTUK MENGURANGI KECEMASAN AKIBAT <i>CULTURE SHOCK</i> MAHASISWI DARI MALAYSIA DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA	113
A. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Akibat <i>Culture Shock</i> pada Mahasiswi dari Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	113
1. Faktor Pendekatan Kognitif	113
2. Faktor Pendekatan Perilaku (<i>Behavior</i>)	114
3. Faktor Pendekatan Fenomenologis	114
4. Faktor Pendekatan Sosiopsikologis	115
B. Analisis Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> untuk Mengurangi Kecemasan akibat <i>Culture Shock</i> Mahasiswi dari Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya	117
1. Tahap Awal Konseling	117
2. Tahap Tengah	118
3. Tahap Akhir	119
C. Analisis Hasil Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> untuk Mengurangi Kecemasan Akibat <i>Culture Shock</i> Mahasiswi dari Malaysia di Universitas Islam Negeri sunan Ampel Surabaya	119
BAB V PENUTUP	122
A. Kesimpulan	122
B. Saran	124
DAFTAR PUSTAKA	
SURAT KETERANGAN (BUKTI MELAKUKAN PENELITIAN, DLL) ..	
BIODATA PENULIS	
LAMPIRAN	