



**Efektivitas Psikoedukasi Behavioral Rehearsal dalam Menurunkan Kecemasan Sosial pada Santri Pondok Pesantren Tahfidz X di Sidoarjo**  
*The Effectiveness of Behavioral Rehearsal Psychoeducation in Reducing Social Anxiety among Students at Tahfidz Islamic Boarding Schools X in Sidoarjo*

Nur Salsabiila Rahayu  
222030100133

Dosen Pembimbing  
Zaki Nur Fahmawati, M.Psi., Psikolog

Dosen Penguji  
Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A  
Nurfi Laili, M.Psi., Psikolog

**Program Studi Psikologi**  
**Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan**  
**Universitas Muhammadiyah Sidoarjo**  
**Januari 2026**

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul : "Efektivitas Psikoedukasi Behavioral Rehearsal dalam Menurunkan Kecemasan Sosial pada Santri Pondok Pesantren Tahfidz X di Sidoarjo"  
Nama Mahasiswa : Nur Salsabiilaa Rahayu  
NIM : 222030100133

Disetujui oleh

Dosen Pembimbing  
Zaki Nur Fahmawati, M.Psi., Psikolog

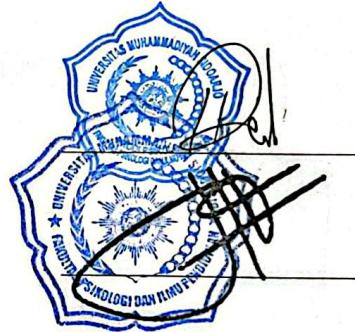
  
  


Dosen Pengaji 1  
Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A

Dosen Pengaji 2  
Nurfi Laili, M.Psi., Psikolog

Diketahui oleh

Ketua Program Studi  
Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A  
NIP/NIK. 212498



Tanggal Ujian  
(19/01/2026)

Tanggal Lulus  
(19/01/2026)

## DAFTAR ISI

**A. Bagian Pendahuluan**

1. Sampul
2. Lembar Pengesahan
3. Daftar Isi

**B. Bagian Isi**

1. Pendahuluan
2. Metode
3. Hasil dan Pembahasan
4. Kesimpulan
5. Ucapan Terima kasih
6. Referensi

**C. Pernyataan**

1. Pernyataan Publikasi Ilmiah
2. Pernyataan Mengenai Karya Tulis Ilmiah dan Sumber Informasi Serta Pelimpahan Hak Cipta

## **SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH**

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama Mahasiswa : Nur Salsabiila Rahayu  
NIM : 222030100133  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi dan Ilmu Pendidikan  
**DAN**  
Dosen Pembimbing : Zaki Nur Fahmawati, M.Psi.,Psikolog  
NIK/NIP : 218627  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi dan Ilmu Pendidikan

**MENYATAKAN** bahwa, karya tulis ilmiah dengan rincian:

Judul : Efektivitas Psikoedukasi Behavioral Rehearsal dalam Menurunkan Kecemasan Sosial pada Santri Pondok Pesantren Tahfidz X di Sidoarjo  
Kata Kunci : Psikoedukasi, Behavioral Rehearsal, Kecemasan Sosial

### **TELAH:**

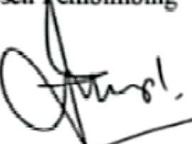
1. Disesuaikan dengan petunjuk penulisan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Berdasarkan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa.
2. Lolos uji cek kesamaan sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

### **SERTA\*:**

- Bertanggung jawab untuk** melakukan publikasi karya tulis ilmiah tersebut ke jurnal ilmiah/prosiding sesuai ketentuan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah. Khususnya Lampiran Huruf B.
- Menyerahkan tanggung jawab untuk** melakukan publikasi karya tulis ilmiah tersebut ke jurnal ilmiah/prosiding sesuai ketentuan Surat Keputusan Rektor UMSIDA tentang Pedoman Karya Tulis Ilmiah khususnya Lampiran Huruf B kepada Bidang Pengembangan Publikasi Ilmiah DRPM UMSIDA.

Demikian pernyataan dari saya, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Terima Kasih

Menyetujui,  
Dosen Pembimbing



(Zaki Nur Fahmawati, M.Psi.,Psikolog)  
NIK. 218627

Sidoarjo, (19/01/2026)  
Mahasiswa



(Nur Salsabiila Rahayu)  
NIM. 222030100133

\*Centang salah satu.

**PERNYATAAN MENGENAI KARYA TULIS ILMIAH DAN SUMBER INFORMASI SERTA  
PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah tugas akhir saya dengan judul **“Efektivitas Psikoedukasi Behavioral Rehearsal dalam Menurunkan Kecemasan Sosial pada Santri Pondok Pesantren Tahfidz X di Sidoarjo”** adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir karya tulis ilmiah tugas akhir saya ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Sidoarjo, Januari 2026



Nur Salsabiila Rahayu

222030100133