**Lampiran 2**

**SKENARIO PELAKSANAAN TEKNIK *REFRAMING* UNTUK MENURUNKAN KECANDUAN BERMAIN *HANDPHONE* SISWA DI SMP NEGERI 1 BINAMU**

1. **Tujuan**

Tujuan dari penerapan teknik *reframing* adalah untuk membantu menurunkan kecanduan bermain *handphone* siswa dan mampu menerapkan teknik *reframing.*

1. **Persiapan**

Pada tahap ini, konselor menyiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam pelaksanaan teknik *reframing.* Kegiatan-kegiatan yang dilakukan adalah :

1. Menyiapkan media penunjang yaitu:
2. Alat tulis menulis
3. Bahan informasi
4. Lembar kerja dan evaluasi
5. Menata *setting* pertemuan
6. Tempat : Ruang BK, Ruang Kelas, dan Halaman Sekolah
7. Perlengkapan : Alat tulis dan kamera
8. **Pelaksanaan**

Pelaksanaan penerapan teknik *reframing* dalam menurunkan kecanduan bermain *handphone* siswa di SMP Negeri 1 Binamu terbagi ke dalam 4 tahapan perlakuan dengan kegiatan sebagai berikut:

**Pelaksanaan *Pre-test***

1. Membangun *rapport*
2. Menjelaskan tujuan kegiatan dan tujuan diadakannya pemberian angket tentang kecanduan bermain *handphone*
3. Membagikan angket
4. Mengerjakan angket
5. Mengumpulkan angket
6. Penutup.

**Pertemuan I : Rasionalisasi (Tahap I teknik *reframing* )**

1. Konselor membangun *rapport*
2. Konselor membuka kegiatan tahap pertama.
3. Konselor memperkenalkan diri kemudian meminta siswa untuk memperkenalkan diri dalam bentuk games, mencairkan suasana dengan melakukan *ice breaking,* memberikan motivasi agar siswa bisa terbuka, tidak ada rasa tertekan sehingga aktif menjalankan keggiatan selanjutnya.
4. Konselor menjelaskan tujuan diadakannya kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *reframing.*
5. Konselor menjelaskan bagaimana teknik *reframing* dan kecanduan bermain *handphone*
6. Konselor memberi kesempatan para anggota kelompok untuk mengajukan pertanyaan mengenai hal-hal yang mereka belum pahami atau mengerti kemudian dijawab oleh konselor.
7. Konselor menanggapi balik kemudian menutup kegiatan tahap pertama dan menentukan waktu dan tempat pertemuan selanjutnya.

**Pertemuan II : Identifikasi persepsi dan perasaan konseli dalam situasi masalah (Tahap II teknik *reframing*)**

1. Konselor membangun *rapport*
2. Konselor membuka kegiatan
3. Konselor menanyakan kabar siswa
4. Konselor melakukan ice breaking untuk mengakrabkan diri dengan anggota kelompok
5. Konselor meminta siswa untuk menceritakan mengenai situasi yang membuatnya merasa kecanduan kemudian mengidentifikasi pikiran-pikiran negativ konseli (kecanduan bermain *handphone*)
6. Mengarahkan siswa untuk menuliskan pengalaman tentang situasi yang membuatnya merasa tertekan (kecanduan bermain *handphone*)
7. Konselor memberikan umpan balik dari cerita siswa yang membuatnya merasa kecanduan.
8. Konselor menutup kegiatan kemudian menjadwalkan pertemuan selanjutnya.

**Pertemuan III : Mengurangi peran dan fitur-fitur persepsi terpilih (Tahap III teknik *reframing*) dan Identifikasi persepsi alternatif (Tahap IV teknik *reframing*)**

1. Konselor membuka kegiatan menanyakan kabar siswa dan melakukan *icebreaking* sebelumnya.
2. Meminta siswa mengungkapkan persepsi negatif yang muncul mengenai kecanduan bermain *handphone*
3. Meminta siswa untuk memerankan persepsi negatif yang muncul dengan menuliskannya dalam selembar kertas dengan menceritakan situasi yang membuatnya merasa kecanduan selanjutnya mengarahkannya untuk mengganti pikiran-pikiran tersebut agar tidak menimbulkan kecanduan yang berlebih.
4. Konselor memberikan umpan balik
5. Konselor memberikan alternatif-alternatif pikiran yang baik dan seharusnya dilakukan
6. Meminta siswa untuk memilih persepsi alternatif atau sudut pandang baru sebagai pengganti persepsi sebelumnya.
7. Menutup pertemuan dan merencanakan pertemuan selanjutnya.

**Pertemuan IV : Modifikasi Persepsi dalam situasi masalah (Tahap V Teknik *reframing*), Pekerjaan rumah dan tindak lanjut (Tahap VI Teknik *reframing*)**

1. Konselor membuka kegiatan dan menanyakan kabar siswa
2. Konselor mengajak siswa untuk berlatih dalam memodifikasi dan mengalihkan persepsi lama ke persepsi baru dengan menuliskan dalam kertas selembar seperti tahap sebelumnya namun dengan persepsi baru yang telah dipilihnya.
3. Konselor menanyakan perasaan siswa setelah mengubah persepsi yang mebuatnya cemas kepersepsi baru yang mereka pilih
4. Konselor memberikan tugas rumah berupa membuat rancangan manejemen waktu kegiatannya sehari-hari, memiliki strategi belajar sendiri, menyusun bahan pelajaran serta menetapkan tujuan yang ingim mereka capai
5. Memberikan lembar kerja rekaman pikiran agar mereka melakukan latihan setiap harinya sehingga regulasi dirinya semakin baik.
6. Menutup kegiatan

**Pelaksanaan *Post-test***

1. Membangun *rapport*
2. Membagikan angket kecanduan bermain *handphone*
3. Mengerjakan angket
4. Mengumpulkan angket
5. penutup