**LAMPIRAN 2**

**PENERAPAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENGURANGI KECENDERUNGAN PENYALAHGUNAAN OBAT-OBATAN DI SMP NEGERI 2 TAMALATEA**

**KABUPATEN JENEPONTO**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pertemuan Ke** | **Topik** | **Tujuan** | **Kegiatan** | **Waktu** |
| Melakukan *Pretest* | | Mengetahui tingkat kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan siswa sebelum diberi perlakuan | Membagikan kuesioner kepada siswa yang menjadi subjek penelitian | **30 Menit** |
| **2** | Pemberian informasi (*Rational Treatment)* | * Memberikan informasi mengenai kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan siswa saat proses konseling * Menjelaskan restrukturisasi kognitifyang akan diberikan | * 1. Membangun *rapport.*   2. Konselor memberi kesempatan (10 menit) kepada konseli untuk membaca “bahan informasi” tentang perilaku membolos   3. Konselor melakukan diskusi *(sharing)* dengan konseli untuk pendalaman bahan informasi dengan prosedur: (1) memberi kesempatan kepada konseli yang ingin menanyakan hal-hal yang belum dipahaminya, (2) memberi kesempatan kepada konseli yang lain (anggota kelompok) menjawab pertanyaan, (3) memberi masukan untuk menyempurnakan pemahaman konseli dan anggota kelompok terhadap bahan informasi.   4. Lima menit menjelang batas waktu (90 menit) sesi pemberian informasi berakhir, konselor melakukan terminasi dengan cara: (1) menugaskan konseli untuk membuat rangkuman pendapat tentang kebermanfaatan pemberian informasi dan perasaan yang dialami setelah mengikuti sesi pemberian informasi, (2) menanyakan kesiapan konseli untuk berpindah ke sesi berikutnya, (3) mengumumkan jadwal pelaksanaan sesi selanjutnya, dan (4) mengajak konseli mengikuti kegiatan selanjutnya | **90 Menit** |
| **3** | Identifikasi Pikiran ke dalam situasi | Memberikan kemampuan mengenali dan mengenalisa kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan yang di alami | 1. Konselor mengawali sesi dengan membangun *rapport* 2. Konselor membahas sepintas tentang kegiatan pada kegiatan sebelumnya 3. Terlebih dahulu konselor memberikan contoh tentang pikiran yang mengikuti agar mempermudah konseli 4. Konselor meminta konseli untuk menjelaskan pikiran yang mengikuti, baik beberapa saat sebelum peristiwa terjadi, saat peristiwa terjadi, dan beberapa saat setelah peristiwa itu terjadi. 5. Konselor meminta konseli untuk mencatat pikiran-pikiran tersebut kedalam lembar kerja yang dibagikan kepada konseli 6. Konselor membantu siswa memisahkan pikiran positif dan negatif nya sendiri 7. Konselor membantu siswa tersebut mengubah pikiran negatif tersebut menjadi positif 8. Lima belas menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi berakhir, konselor mengakhiri kegiatan kelompok, kemudian konselor melakukan terminasi sesi dengan prosedur: (1) mengemukakan rangkuman hasil pengamatan terhadap kegiatan kelompok, (2) meminta konseli membuat rangkuman pendapat tentang manfaat yang diperoleh dari pengalaman mengikuti sesi ini, (3) menanyakan kesiapan konseli untuk berpindah ke sesi kegiatan berikutnya, dan (4) mengumumkan jadwal pelaksanaan sesi selanjutnya, (5) mengajak siswa mengikuti sesi kegiatan sesuai jadwal yang diumumkan | **60 Menit** |
| **4** | **Membuat Komitmen untuk Berubah** | Menetapkan komitmen konseli dalam perubahan perilaku | 1. Konselor membangun *rapport.* 2. Konselor meminta konseli untuk mengemukakan manfaat yang akan diterimanya setelah melakukan perubahan perilaku nantinya 3. Konseli diinstruksikan untuk merangkum dan mencatat manfaat-manfaat tersebut ke Lembar Kerja Siswa (LKS) 4. Konselor dan konseli membuat lembar kontrak perilaku 5. Konselor meminta kepada konseli untuk melakukan setting lingkungan dengan menempelkan kata-kata motivasi di dinding kamar atau tempat yang mudah dilihat oleh konseli 6. Lima belas menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi membuat komitmen berakhir, konselor meminta semua konseli bergabung ke dalam kelompok besar. Kemudian konselor melakukan terminasi dengan prosedur: (1) mengemukakan rangkuman hasil pengamatan terhadap kegiatan kelompok, (2) menanyakan kesiapan konseli berpindah ke kegiatan sesi berikutnya, (3) membagikan dan menjelaskan penggunaan “lembar pekerjaan rumah”, (4) meminta konseli untuk mengerjakan di rumah tugas yang ada pada “lembar pekerjaan rumah” dan membawa laporan pelaksanaannya pada kegiatan sesi pembahasan hasil peker-jaan rumah, (5)mengumumkan jadwal pelaksanaan pemba-hasan hasil pekerjaan rumah, (6) mengajak konseli menghadiri kegiatan pembahasan hasil pekerjaan rumah sesuai dengan jadwal yang diumumkan | **60 Menit** |
| **5** | **Pengenalan dan latihan *coping thought*** | Memberikan kemampuan perpindahan fokus dari pikiran yang merusak diri/mengalahkan diri menuju pikiran yang lebih konstruktif dan membangun keyakinan akan kemampuannya | 1. Konselor membangun *rapport.* 2. Konselor mengaitkan antara tugas rumah yang diberikan dengan kegiatan yang akan dilakukan 3. Dilanjutkan dengan memberikan stimulant cerita pendek yang berhubungan dengan indikator atau dengan membayangkan pada situasi pikiran negative tentang kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan. 4. Tujuannya menarik siswa menggali pengalamannya dan merefleksikannya secara bersama-sama. 5. Konseli diminta untuk berlatih memverbalisasikan pikiran-pikaran positif 6. Konseli diminta untuk mencatat pada selembar kertas mengenai pikiran-pikiran positif yang muncul 7. Lima belas menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi mengambil data berakhir, konselor meminta semua konseli bergabung ke dalam kelompok besar. Kemudian konselor melakukan terminasi dengan prosedur: (1) mengemukakan rangkuman hasil pengamatan terhadap kegiatan kelompok, (2) menanyakan kesiapan konseli berpindah ke kegiatan sesi berikutnya, (3) membagikan dan menjelaskan penggunaan “lembar pekerjaan rumah”, (4) meminta konseli untuk mengerjakan di rumah tugas yang ada pada “lembar pekerjaan rumah” dan membawa laporan pelaksanaannya pada kegiatan sesi pembahasan hasil peker-jaan rumah, (5)mengumumkan jadwal pelaksanaan pemba-hasan hasil pekerjaan rumah, (6) mengajak konseli menghadiri kegiatan pembahasan hasil pekerjaan rumah | **60 Menit** |
| **6** | **Peralihan pikiran negative ke *coping tought*** | Memberikan kemampuan mengatasi kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan | 1. Konselor membangun *rapport.* 2. Konselor memulai dengan memberikan cerita pendek untuk stimulant yaitu mengenai masalah siswa dengan memodelkan diri sendiri. 3. Konselor mengajak konseli untuk latihan menghentikan pikiran negatif. 4. Adapun prosedur latihan yang dimaksudkan : Konselor mencotohkan menggali pikiran-pikiran negatifnya kemudian konseli menghentikan pikiran negatif dengan berkata “STOP” atau berhenti kemudian dilanjutkan dengan berkata stop pada dirinya sendiri kemudian konseli yang lain membantu mengarahkan kearah pikiran netral, positif dan tegas. 5. Konselor kemudian meminta konseli berpasangan dan melakukan latihan tersebut secara bergantian 6. Lima belas menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi merancang program berakhir, konselor meminta semua konseli bergabung ke dalam kelompok besar. Kemudian konselor melakukan terminasi dengan prosedur: (1) mengemukakan rangkuman hasil pengamatan terhadap kegiatan kelompok, (2) menanyakan kesiapan konseli berpindah ke kegiatan sesi berikutnya, (3) membagikan dan menjelaskan penggunaan “lembar pekerjaan rumah”, (4) meminta konseli untuk mengerjakan di rumah tugas yang ada pada “lembar pekerjaan rumah” dan membawa laporan pelaksanaannya pada kegiatan sesi pembahasan hasil peker-jaan rumah, (5)mengumumkan jadwal pelaksanaan pemba-hasan hasil pekerjaan rumah, (6) mengajak konseli menghadiri kegiatan pembahasan hasil pekerjaan rumah | **60 Menit** |
| **7** | **Latihan penguatan positif** | Peralihan pikiran negative ke *coping tought* | 1. Konselor membangun *rapport.* 2. Konselor meminta konseli untuk mengulangi dan memverbalisasikan perpindahan pikiran negative ke coping tought secara bergantian. 3. Konseli dengan cepat menggantikan pikiran negatifnya tersebut 4. Konselor meminta konseli selalu mengulang-ulangnya tanpa menverbalkannya 5. Konselor menjelaskan manfaat dan diharapkan konseli bisa mengaplikasikannya ketika mendapatkan pikiran negatif tentang kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan 6. Lima belas menit menjelang batas waktu (60 menit) sesi mempertahankan perilaku berakhir, konselor meminta semua konseli bergabung ke dalam kelompok besar. Kemudian konselor melakukan terminasi dengan prosedur: (1) mengemukakan rangkuman hasil pengamatan terhadap kegiatan kelompok, (2) menanyakan kesiapan konseli berpindah ke kegiatan sesi berikutnya, (3) membagikan dan menjelaskan penggunaan “lembar pekerjaan rumah”, (4) meminta konseli untuk mengerjakan di rumah tugas yang ada pada “lembar pekerjaan rumah” dan membawa laporan pelaksanaannya pada kegiatan sesi pembahasan hasil peker-jaan rumah, (5)mengumumkan jadwal pelaksanaan pemba-hasan hasil pekerjaan rumah, (6) mengajak konseli menghadiri kegiatan pembahasan hasil pekerjaan rumah |  |
| **8** | Evaluasi Kegiatan | Mengetahui perkembangan Kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan siswa | 1. Konselor mengawali sesi dengan membangun *rapport* 2. Konseli menyampaikan perasaan dan menceritakan pengalamannya mengikuti kegiatan 3. Konseli melakukan *feedback* | **60 Menit** |
| Melakukan *Posttest* | | Mengetahui tingkat perilaku kecenderungan penyalahgunaan obat-obatan setelah diberi perlakuan | Membagikan kuesioner kepada siswa yang menjadi subjek penelitian | **30 Menit** |