**LAMPIRAN IV**

**SKENARIO PELAKSANAAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF**

**UNTUK MENGURANGI PERILAKU *WITHDRAWAL***

**DI SMK KARTIKA WIRABUANA XX-I MAKASSAR**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **TAHAP PEMBENTUKAN** | | | | |
| **KEGIATAN** | **TUJUAN** | **CARA PELAKSANAAN** | **HASIL** | **WAKTU** |
| Salam | Menarik perhatian siswa untuk fokus memulai kegiatan | Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa | Siswa siap dan fokus mengikuti kegiatan | 1 menit |
| Doa | Agar kegiatan yang dilakukan dapat terlaksana dengan baik | Peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk berdoa | Siswa memahami makna dari doa yang dilakukan | 3 menit |
| Membangun raport | Terciptanya hubungan baik antara peneliti dengan siswa | Peneliti dan siswa saling mempekenalkan diri masing-masing denan games perkenalan sambung cerita | Siswa tidak merasa canggung dalam mengikuti kegiatan | 5 menit |
| Pembentukan kelompok | Terciptanya rasa saling memahami | Peneliti membentuk kelompok dan menentukan pemimpin kelompok yaitu peneliti sendiri dan anggotanya yaitu objek penelitian | Siswa membentuk kelompok | 1 menit |
| Menentukan durasi waktu | Menyepakati durasi waktu yang akan digunakan | Peneliti dan siswa membuat kesepakatan durasi waktu yang akan digunakan | Telah ada kesepakatan durasi waktu yang akan digunakan sehingga tidak menghambat kegiatan lain | 2 menit |
| **TAHAP PERALIHAN** | | | | |
| Menyampaikan topik dan tujuan kegiatan | Siswa mampu mengenali topik dan tujuan kegiatan yang akan dilakukan yaitu konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif | Peneliti menyampaikan topik dan tujuan kegiatan konseling kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif | Siswa dapat mengetahui dan memahami topik dan tujuan kegiatan konselig kelompok dengan teknik restrukturisasi kognitif | 3 menit |
| Menjelaskan asas kerahasiaan | Siswa merasa aman dan nyaman dalam mengikuti kegiatan | Peneliti menyampaikan kepada siswa untuk merahasiakan hal-hal yang diperoleh selama kegiatan berlangsung | Siswa percaya kepada peneliti dan dapat lebih terbuka dalam mengikuti kegiatan | 2 menit |
| Peran dan tanggung jawab | Siswa dapat mengetahui tanggungjawabnya sebagai anggota aktif dalam kegiatan | Peneliti menjelaskan kepada siswa tanggungjawabnya sebagai anggota aktif dalam kegiatan | Siswa mengetahui tanggungjawabnya sebagai anggota aktif dalam kegiatan | 2 menit |
| Menjelaskan mekanisme kegiatan | Siswa dapat memahami tahap-tahap pelaksanaan kegiatan sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan teratur dan terarah | Peneliti menjelaskan tentang tahap-tahap pelaksanaan kegiatan | Siswa memahami tahap-tahap kegiatan yang akan dilaksanakan selama kegiatan berlangsung | 3 menit |
| Mempertanyakan kesiapan | Siswa dapat siap untuk melanjutkan kegiatan konseli. | Peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok mengikuti kegiatan | Siswa siap melanjutkan kegiatan konseli | 1 menit |
| **TAHAP INTI** | | | | |
| Tahap I Rasional *Treatment* | Siswa dapat mengenal dan mengetahui tentang perilaku *withdrawal* dan teknik restrukturisasi kognitif. | 1. Peneliti menjelaskan tentang perilaku *withdrawal* 2. Peneliti memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum di pahami tentang perilaku *withdrawal* 3. Peneliti melakukan diskusi atau tanya jawab mengenai ciri perilaku *withdrawal* | 1. Siswa memperhatikan penjelasan peneliti 2. Siswa bertanya kepada peneliti mengenai hal-hal yang belum dipahami tentang perilaku *withdrawal* 3. Siswa mengemukakan pendapat | 10 menit |
| Tahap II Identifikasi Pikiran Ke Dalam Situasi *Problem* | Siswa dapat mengidentifikasi pikiran negatifnya kedalam situasi masalah yang menyebabkan berperilaku *withdrawal* | 1. Peneliti memberi contoh kepada siswa tentang pikiran-pikiran yang mengikut kedalam situasi yang menyebabkanya berperilaku *withdrawal* 2. Peneliti meminta siswa untuk menjelaskan pikiran-pikiranya yang mengikut kedalam suatu situasi yang menyebabkannya berperilaku dengan cara mencatat pikiran-pikiranya 3. Peneliti memberi kesempatan kepada siswa untuk memaparkan apa yang telah dicatat 4. Peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengemukakan pendapatnya 5. Peneliti memberi contoh mengidentifikasi pikiran-pikiran yang muncul dalam situasi yang dihadapi siswa dengan cara menyuruh siswa memisahkan pikiran positif dengan pikiran negatifnya yang muncul yang telah di catat 6. Peneliti dan siswa mendiskusikan tentang hubungan antara pikiran-pikiran negatif dengan situasi yang dihadapi siswa | 1. Siswa memperhatikan contoh yang diberikan oleh peneliti 2. Siswa mencatat semua pikiran-pikiranya kedalam lembar kerja yang di bagikan 3. Siswa memaparkan pikiran-pikirannya yang telah dicatat 4. Siswa mengemukakan pendapatnya 5. Siswa memperhatikan dan mengidentifikasi pikiran-pikiranya dengan cara memisahkan pikiran positif dengan pikiran negative 6. Siswa mengemukan pendapatnya tentang hubungan pikirannya dengan situasi yang dihadapinya | 20 menit |
| Tahap III Pengenalan Dan Latihan *Coping Thought* | Siswa dapat mengenal dan berlatih *coping thought* untuk memindahkan fokus pikran negatif kepikiran konstruktif (positif) | 1. Peneliti menjelasaskan singkat gambaran *coping thought* 2. Peneliti memberi kesempatan kepada siswa untuk mengemukakan pendapatnya 3. Peneliti memberi latihan *coping thought* dengan cara memberi contoh situasi yang menimbukan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif dengan cara mengkronfontasi pikiran negatifnya 4. Peneliti meminta siswa untuk mencatat pikiran-pikiran positifnya dan berlatih memverbalisasi pikiran-pikaran positifnya | 1. Siswa memperhatikan penjelasan peneliti 2. Siswa menegemukakan pendapatnya 3. Siswa berlatih *coping thought* dengan cara mengkronfontasi pikiran negatifnya dan mengubahnya menjadi pikiran positif 4. Siswa mencatat pikiran positifnya dam senantiasa berlatih memverbalisasi pikiran postifnya | 10 menit |
| Tahap IV Peralihan Pikiran Negatif Ke *Coping* *Thought* | Siswa dapat lebih mahir memindahkan fokus pikran negatif kepikiran konstruktif (positif) | 1. Peneliti menceritakan cerita pendek mengenai masalah siswa dengan memodelkan diri sendiri sebagai penguatan kegiatan untuk siswa 2. Peneliti mengajak siswa untuk latihan menghentikan pikiran negatif 3. Peneliti memberi contoh menghentikan pikiran negatifnya dengan cara berkata “STOP” kepada pikiran negatifnya dan kemudian dibantu oleh siswa lain untuk mengarahkan kearah pikiran netral, positif dan tegas 4. Peneliti meminta siswa berpasangan dan memulai latihan | 1. Siswa memperhatikan cerita peneliti 2. Siswa mengikuti ajakan peneliti 3. Siswa memperhatikan contoh yang diberikan oleh peneliti 4. Siswa mengikuti arahan dan mulai berlatih | 20 menit |
| Tahap V Latihan Pengutan Positif | Siswa dapat memotivasi dirinya untuk berpikiran yang lebih konstruktif dan tidak berperilaku *withdrawal* | 1. Peneliti menceritakan cerita pendek mengenai keberhasilan yang telah dicapai untuk menjadi penguatan positif sebagai penguatan kegiatan untuk siswa 2. Peneliti mengajak siswa untuk mengingat setiap keberhasilan yang telah dicapai selama hidupnya 3. Peneliti meminta siswa untuk menyampaikan semua keberasilannya yang telah di capai 4. Peneliti menjelaskan bahwa keberhasilan yang dicapai itu adalah pernyataan-pernyataan diri positif (pengutan positif) 5. Peneliti meminta siswa berpasangan dan latihan secara | 1. Siswa memperhatikan cerita peneliti 2. Siswa mengikuti ajakan peneliti dan mengingat keberhasilannya 3. Siswa menyampaikan keberhasilan yang telah di capainya 4. Siswa memperhatikan penjelasan peneliti 5. Siswa mengikuti arahan dan mulai berlatih | 15 menit |
| **TAHAP PENGAKHIRAN** | | | | |
| Melakukan pengamatan | Mengamati partisipasi siswa | Memberi tanda centang pada pedoman observasi | Mengetahui partisipasi selama mengikuti kegiatan | 3 menit |
| Evaluasi formatif | Mengetahui seberapa besar keinginan siswa untuk merubah perilaku menarik diri *(withdrawal)* yang dialaminya | 1. Memberikan kesempatan siswa untuk menyampaikan kendala-kendala dan kemajuannya selama mengikuti kegiatan 2. Memberikan kesempatan siswa untuk menyampaikan perasaan setelah mengikuti kegiatan latihan | 1. Mengetahui kendala-kendala dan kemajuan siswa selama mengikuti kegiatan 2. Mengetahui seberapa besar keinginan siswa untuk merubah perilaku menarik diri *(withdrawal)* yang dialaminya | 8 menit |
| Melakukan terminasi | Mengakhiri pertemuan dan membuat kesepakatan pertemuan terakhir serta meminta siswa untuk senantiasa mempraktekan secara ulang-ulang seluruh *treatment* yang telah di berikan | Menyampaikan bahwa waktu telah usai dan membuat kesepakatan pertemuan terakhir serta meminta siswa untuk senantiasa mempraktekan secara ulang-ulang seluruh *treatment* yang telah di berikan | Siswa dan peneliti menyapakati pertemuan terakhir serta siap senantiasa mempraktekan secara ulang-ulang seluruh *treatment* yang telah di berikan | 3 menit |