

## ABSTRAK

Remaja yang mengalami adiksi terhadap media sosial akan sangat bergantung dan rela menghabiskan waktu yang lama hanya untuk mengakses media sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling berorientasi hipnosis dalam mereduksi adiksi media sosial pada remaja. Desain penelitian yang digunakan yaitu desain A-B-A yaitu desain yang memerlukan pengulangan pada fase *baseline*. Partisipan terdiri dari dua orang siswa (N=2) SMA yang memiliki perilaku adiksi media sosial dengan kategori sedang dan berat. Intervensi konseling berorientasi hipnosis dalam mereduksi adiksi media sosial diberikan selama 5 sesi. Tahapan konseling yang digunakan yaitu *direct suggestion*, *part therapy*, *circle of excellence*, *evaluation* dan *anchor*. Instrumen yang digunakan merupakan Skala Adiksi Media Sosial. Data yang dikumpulkan sebelum, selama, dan setelah intervensi konseling berorientasi hipnosis. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan perilaku adiksi media sosial selama dan setelah intervensi yang dapat dibuktikan dari skor RCI dan *effect size*. Dengan demikian, intervensi konseling berorientasi hipnosis dapat menjadi salah satu intervensi untuk menurunkan adiksi media sosial.

**Kata Kunci :** Adiksi Media Sosial, *Single Subject Research*, Konseling Berorientasi Hipnosis