

# **HYPNOTIC TEACHER DAN HYPNOTEACHING**

**Salami**

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry

**Email: salamikaya@gmail.com**

## **ABSTRAK**

Dalam proses pembelajaran, peran seorang guru sangat penting karena gurulah yang bisa menerapkan berbagai strategi dalam ruang kelas untuk mencapai tujuan pembelajaran. Dewasa ini belajar dengan menggunakan pikiran sadar dan pikiran bawah sadar sekaligus, telah banyak didiskusikan oleh ahli pendidikan. Mengajar dengan mengaktifkan kedua pikiran tersebut disebut dengan *hypnoteaching*, dan para guru yang mempraktikkan *hypnoteaching* di ruang belajar disebut dengan *hypnotic teacher*.

*Kata Kunci: Hypnoteaching, Hypnotic Teacher*

## **ABSTRACT**

*In Teaching and Learning Process, the role of the teacher is very important because he or she is the one who can apply many strategies in the classroom to achieve the goal of learning. Nowadays, learning by activating subconscious mind is very wide discussed by many educators. Teaching by activating conscious and subconscious mind is called hypnoteaching and the teachers who apply this activities in the classroom called hypnotic teacher.*

*Key Words: Hypnoteaching, Hypnotic Teacher*

## **A. PENDAHULUAN**

Dalam proses pembelajaran, materi pelajaran merupakan salah satu unsur penting, namun metode pembelajaran lebih penting dari materi. Guru lebih penting lagi dari metode karena kemampuan seorang guru untuk menggunakan metode tertentu membuat materi pelajaran mudah dipahami oleh anak didik. Oleh karena itu para ahli pendidikan terus mengembangkan berbagai metode pembelajaran dari masa ke masa sesuai dengan perkembangan zaman.

Beberapa tahun terakhir, dengan berkembangnya informasi tentang cara kerja pikiran, para praktisi pendidikan telah mengembangkan cara baru dalam proses pendidikan yang disebut dengan *hypnoteaching*. Seorang guru yang mampu menerapkan prinsip-prinsip *hypnoteaching* dalam ruang kelas disebut dengan

*Hypnotic Teacher*. Cara ini diharapkan mampu memberdayakan pikiran sadar dan pikiran bawah sadar peserta didik sehingga percepatan pembelajaran bisa terjadi.

## **B. PEMBAHASAN**

Ketika seseorang mendengar kata *Hypnotic* dan *Hypnoteaching*, mungkin yang terpikir dalam benaknya adalah hipnotis yang ada kaitannya dengan penipuan, pencurian atau membuat orang mau melakukan apa yang diperintahkan karena sudah tidak sadar lagi. Pendapat ini mungkin dipengaruhi oleh tontonan yang ada di televisi yang menyajikan *stage hypnosis* (hipnosis panggung) untuk hiburan. Ada juga yang terpengaruh dengan berita di koran bahwa karena dihipnosis, uang dan *hand phone* nya melayang.

Untuk meluruskan pemahaman tentang makna *hypnosis* secara ilmiah, akan dipaparkan beberapa istilah yang berkaitan dengan *hypnosis*. Bagi yang sudah membaca tulisan penulis yang berjudul 'Ibu adalah *Hypnotist* Terhebat di Dunia', beberapa istilah telah dipaparkan di sana. Bagi yang belum membacanya, penulis jelaskan kembali di sini. *Hypnotist* adalah orang yang melakukan perbuatan hipnosis. *Hypnosis* adalah suatu keadaan di mana gelombang otak turun ke alpha dan theta. Hipnosis juga diartikan sebagai penembusan faktor kritis pikiran sadar dan diikuti dengan diterimanya suatu sugesti/ ide atau pemikiran sehingga menyebabkan perubahan perilaku pada tatanan mental emosional.<sup>1</sup> Menurut Adi W. Gunawan, para pakar hipnosis memberikan definisi untuk kata hipnosis, antara lain:

1. Hipnosis adalah suatu kondisi di mana perhatian menjadi sangat terpusat sehingga tingkat sugestibilitas meningkat sangat tinggi.
2. Hipnosis adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya, yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak.
3. Hipnosis adalah seni eksplorasi alam bawah sadar.
4. Hipnosis adalah kondisi kesadaran yang meningkat.

---

<sup>1</sup> MD. Isma Almatin, *Dahsyatnya Hypnosis Learning untuk Guru dan Orang Tua*, (Yogyakarta: Pustaka Widyatama), 2010, h. 72.

5. Hipnosis adalah suatu kondisi pikiran yang dihasilkan oleh sugesti.<sup>2</sup>

*Hypnoteaching* merupakan perpaduan dari dua kata yaitu “hypnosis” yang berarti mensugesti dan “teaching” yang berarti mengajar. Sehingga dapat diartikan bahwa *hypnoteaching* adalah “menghipnosis/ mensugesti” siswa agar menjadi pintar dan melejitkan semua anak menjadi bintang. *Hypnoteaching* adalah salah satu strategi mengajar yang meningkatkan motivasi dan kualitas belajar siswa. *Hypnoteaching* juga bisa diartikan sebagai perpaduan pengajaran yang melibatkan pikiran sadar (*Conscious Mind*) dan pikiran bawah sadar (*Sub Conscious Mind*).<sup>3</sup>

Untuk mengaktifkan pikiran bawah sadar siswa dalam proses pembelajaran, seorang *hypnotic teacher* bisa melakukan beberapa hal mulai dari *opening* pembelajaran, kegiatan inti, dan *closing*. Sebelum seorang guru mempraktekkan prinsip-prinsip *hypnoteaching* dalam ruang kelas, ada hal penting yang mendahuluinya yaitu persepsi seorang guru terhadap dirinya.

Kalau dia mempersepsikan dirinya sebagai **guru nyasar**, maka hendaklah ia melupakan konsep *hypnoteaching*. Guru nyasar tidak dirasakan kehadirannya oleh peserta didik. Baginya, bekerja hanya untuk menghilangkan status “penganggur”. Detik-detik jam berlalu begitu lama di ruang kelas. Perasaan tersiksa selalu menyelimuti ketika hendak masuk kelas. Guru nyasar mempersepsikan dirinya sebagai guru yang malas mengajar.

Kalau seorang guru mempersepsikan dirinya sebagai **guru bayar**, maka setiap ada kepastian bayaran, dia baru mengajar karena mengajar baginya hanya untuk kebutuhan finansial. Tanpa bayaran, ia tidak mau melakukan sesuatu yang ekstra dalam mengajar. Setiap tugas tambahan diukur dengan uang. Guru bayar ini juga sulit untuk menerapkan *hypnoteaching*. Guru bayar ini mempersepsikan dirinya sebagai mesin pencari uang.

Kalau seorang guru mempersepsikan dirinya sebagai **guru sadar**, maka *selftalk* nya selalu positif untuk dirinya, seperti: Saya guru rajin, saya guru yang disukai oleh murid, saya guru yang terus belajar, dll. Guru sadar menjalankan

---

<sup>2</sup> Adi W. Gunawan, *Hypnosis: The Art of Subconscious Communication*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama), 2006, h. 3.

<sup>3</sup> Novian Triwidia Jaya, *Hypnoteaching “ Bukan Sekedar Mengajar”*, (Bekasi: D- Brain), 2010, h. 4.

tugasnya dengan bahagia, ceria, dan sepenuh jiwa, sehingga ia pun memperoleh persepsi positif dari peserta didiknya. Persepsi positif ini ia peroleh melalui bahasa tubuh, bahasa lisan yang ia gunakan dan getaran atau vibrasi kalbu yang ia pancarkan ketika mengajar. Guru sadar inilah yang mampu menerapkan prinsip-prinsip *hypnoteaching* dalam proses pembelajaran, sehingga disebut *hypnotic teacher*.

Seorang guru sadar bisa mengaplikasikan prinsip-prinsip *hypnoteaching* sebagai berikut:

### 1. *Opening*

Pada tahap *opening* pembelajaran, guru bisa melakukan berbagai variasi kegiatan yang tujuannya untuk menyiapkan pikiran dan perasaan siswa hingga terciptanya *learning state* atau kondisi siap untuk belajar. Dalam *Neuro Linguistic Programming (NLP)* ada yang dikenal dengan istilah *Pacing*, yaitu menyamakan posisi, gerakan tubuh, bahasa, dan gelombang otak.<sup>4</sup> Karena informasi yang disampaikan akan mudah diterima oleh orang yang memiliki gelombang otak yang sama. Untuk *Pacing* ini, beberapa kegiatan berikut bisa dilakukan:

#### a. Berdoa Bersama.

Dengan berdoa bersama, maka posisi tangan sama menengadah ke atas, suara doa sama terdengar, kata Amin serentak diucapkan, dan perasaan tenang ketika mendengar doa dibacakan, mampu menurunkan gelombang otak sehingga peserta didik lebih rileks dan akan siap menerima pesan-pesan moral serta materi pelajaran yang akan disampaikan.

#### b. Senam Otak

Berbagai variasi senam otak juga bisa dilakukan untuk melatih keseimbangan kerja antara bahagian otak kiri dan otak kanan. Semakin selaras kerjanya, maka semakin fokus anak-anak belajar dan semakin mudah proses belajarnya. Persamaan gerakan antara guru dan murid pada aktivitas senam otak, perasaan gembira ketika melakukannya meskipun ada yang salah, juga akan membuat anak didik lebih rileks untuk siap belajar. Untuk melatih berbagai

---

<sup>4</sup> Ucu Sulastri dan Wahyudi, *Super Teaching*, (Jakarta: Luxima Metro Media), 2014, h.17.

variasi senam otak, penulis anjurkan pembaca membuka youtube untuk menonton video senam otak agar bisa melatih peserta didiknya.

#### c. Cerita

Cerita yang dipilih sebaiknya yang berdurasi pendek tetapi memiliki pesan moral yang tepat sesuai usia peserta didik. **Guru sadar** akan terus belajar mencari khazanah cerita yang tidak pernah habisnya. Cerita bisa diceritakan sendiri oleh guru atau menonton bersama dari video berdurasi pendek. Memulai pembelajaran dengan cerita akan memfokuskan perhatian anak dan *learning state* ini digunakan untuk penyampaian materi pelajaran berikutnya.

#### d. Teka-Teki

Teka-teki juga sangat ampuh untuk menarik perhatian peserta didik terutama ketika mereka berpikir tentang apa jawaban dari teka-teki tersebut. Ketika ada salah seorang dari peserta didik yang bisa menjawab dengan tepat, maka guru memberikan apresiasi dan perasaan gembira meliputi seluruh kelas. Kondisi ini sangat baik untuk memulai pelajaran. Teka-teki yang dipilih hendaknya disesuaikan dengan tingkat kematangan siswa dalam berpikir.

#### e. Yel-yel

Yel-yel juga salah satu aktivitas untuk menyamakan gerak tubuh dan suara serta bahasa. Misalnya yel-yel yang berbunyi: 1,2,3, kelas V-A jenius, 1,2,3, kelas V-A jenius, 1,2,3, kelas V-A jenius, yes! (sambil mengepalkan tangan ke atas). Guru bisa menciptakan berbagai variasi yel-yel sesuai dengan kondisi peserta didik.

#### f. Bertepuk Variasi

Bertepuk tangan dengan berbagai variasi bisa diciptakan sendiri oleh guru sesuai dengan kebutuhan. Bisa juga guru menggunakan tepuk yang sudah terkenal seperti tepuk anak shalih, tepuk pramuka, tepuk toge, dan lain-lain.

#### g. Humor

Memulai pelajaran dengan humor juga sangat efektif untuk menyamakan gelombang otak antara guru dan murid. Ketika guru yang memiliki *sense of humor* berakting, ia menjiwai humornya dan murid juga menikmati humor tersebut, sehingga semua merasa rileks. Dengan demikian, *learning state* pun bisa tercipta.

Setelah proses *pacing*, baru dilakukan *leading*. *Leading* berarti memimpin atau mengarahkan.<sup>5</sup> Bila *pacing* sudah berhasil, maka *leading* mudah dilakukan. Kalau murid sudah merasa nyaman dengan guru tersebut, maka apapun yang disampaikan oleh guru akan diterima dengan senang hati. Untuk *leading*, guru bisa menunjukkan kepada murid manfaat dari materi yang akan dipelajari, terutama manfaat dalam kehidupan sehari-hari di dunia ini, dan manfaat kelak di akhirat. Dengan mengetahui manfaat, anak akan termotivasi untuk belajar meskipun guru tidak berada di depannya.

## 2. Kegiatan Inti

Dalam kegiatan inti bisa dimulai dengan **pertanyaan ajaib**. Pertanyaan ini disesuaikan dengan materi yang diajarkan atau disesuaikan dengan keadaan kondisi peserta didik. Penekanan dari pertanyaan ajaib ini memancing siswa untuk menjawab pertanyaan dengan melibatkan pikiran sadar dan pikiran bawah sadarnya secara bersamaan. Contoh dari pertanyaan ajaib: “Apa yang kamu lakukan untuk menjadi juara 1 di kelas”? Anak-anak akan berpikir menggunakan pikiran sadar tentang strategi yang dilakukan untuk menjadi juara satu di kelas. Sementara pikiran bawah sadarnya membenarkan strategi itu dan merasakan seolah-olah ia sedang atau sudah melakukannya, sehingga perasaan semangat dan bahagia untuk belajar tumbuh seketika, karena tubuhnya merespon sinyal yang dikirim oleh perasaannya. Kalau ia sudah merasakan perasaan itu sekali saja pada level pikiran bawah sadar, maka kapanpun ia mengingat pertanyaan tersebut, ia langsung termotivasi untuk belajar. Itulah sebabnya disebut dengan pertanyaan ajaib.

Contoh pertanyaan ajaib lainnya seperti: “Apa yang kamu rasakan kalau kamu terpilih menjadi siswa teladan mewakili sekolah kita”? Setelah mendengar pertanyaan tersebut, anak langsung melakukan visualisasi seolah-olah ia sudah terpilih menjadi siswa teladan. Tanpa sadar perasaan bahagia dan haru langsung muncul. Kadang kala air matanya pun berlinang karena keharuan tersebut. Bila hal ini terjadi, anak sudah memasukkan kondisi mental ini ke gudang memori bawah sadar. Kapanpun ia mengingat pertanyaan itu, perasaan bahagia muncul

---

<sup>5</sup> Ucu Sulastris dan Wahyudi, *Super Teaching*, (Jakarta: Luxima Metro Media), 2014, h. 18.

dan perilaku sebagai siswa teladanpun direspon oleh anggota tubuhnya yang lain, termasuk senang untuk belajar dan mengukir prestasi.

Bila durasi pembelajaran agak lama, maka guru bisa melakukan *ice breaking* untuk *recharge* energi siswa dalam belajar. Mungkin materi pelajaran agak sulit, atau sudah terlalu lama menyelesaikan tugas yang menguras energi, maka *ice breaking* sangat dibutuhkan oleh siswa. Banyak sekali variasi *ice breaking* yang dikenal dalam dunia pendidikan yang bisa diadopsi oleh para guru sesuai dengan kebutuhan siswanya. Salah satu contoh *ice breaking* yang sederhana adalah menyuruh siswa menggambar wajahnya sendiri di kertas yang ditempelkan di wajahnya. Dengan menutup mukanya dengan selembar kertas putih, siswa disuruh menggambar lingkaran wajahnya, letak mulut, hidung, dan dua matanya dengan pulpen atau spidol. Setelah itu ia menunjukkan kepada teman di sampingnya, sambil berkata: "ini wajah saya". Kelaspun akan riuh dengan suara siswa terawa begitu melihat model-model wajah yang digambarkan oleh setiap siswa. Ada yang matanya keluar dari lingkaran wajah, ada yang hidungnya di atas mulut dan bermacam variasi lainnya. *Icebreaking* ini bisa mengembalikan energi siswa untuk melanjutkan pembelajaran.

Selama kegiatan inti berlangsung, di samping pertanyaan ajaib dan *ice breaking*, guru juga perlu memberi **apresiasi** kepada siswa. Apresiasi bisa dengan verbal dan non verbal. Contoh apresiasi verbal: "Semakin hari ibu melihat kamu semakin lancar membaca". Apresiasi ini cocok untuk anak kelas satu atau kelas dua SD. Ketika gurunya mengatakan demikian, maka pesan tersebut menembus pikiran bawah sadarnya karena guru adalah figur otoritas untuk anak. Anak merasa senang belajar dengan guru tersebut. Karena ia sudah senang dengan gurunya, maka pelajaran yang diajarkan oleh guru tersebut juga akan disukai oleh anak sebab ia memiliki kesan mental positif yang tidak bisa dipisahkan antara guru dan pelajaran yang diajarkannya. Apresiasi lainnya bisa dengan membubuhi tanda bintang di bawah tanda tangan guru setelah menilai hasil kerja siswa. Gambar bintang ini memberikan makna yang bermacam-macam dalam persaan murid, namun semuanya positif. Perasaan positif dari murid tersebut akan

memancarkan vibrasi positif untuk orang-orang disekelilingnya, terutama dalam proses pembelajaran.

Bila seorang murid memuji guru, maka balaslah pujian itu dengan yang lebih baik. Contohnya anak mengatakan: "Ibu cantik kali hari ini". Sebaiknya guru menjawab: "Ibu cantik karena ibu mau jumpa murid ibu yang jauh lebih cantik dan ganteng serta rajin belajar di kelas ini". Anak pasti sangat terkesan dengan balasan tersebut dan suasana kelas akan diliputi oleh perasaan bahagia.

Contoh apresiasi non verbal acungan jempol, sentuhan, senyum yang tulus dan Hadiah. Ketika anak menjawab pertanyaan dengan baik, berilah acungan jempol dengan wajah yang berseri-seri sebagai tanda apresiasi atas apa yang telah anak lakukan. Bisa juga pada waktu yang lain guru menyentuh pundaknya dan memperkuat bahwa jawabannya itu tepat sekali. Anak merasa bahagia karena dihargai seperti itu. Kondisi mental positif ini akan berdampak baik bagi proses pembelajaran berikutnya. Senyuman yang tulus dari seorang guru ketika merespon hasil kerja anak, akan membuat murid menyenangkannya. Kemudian pada even tertentu guru juga bisa memberikan hadiah kepada anak meskipun tidak terkait dengan pelajaran. Misalnya pada hari ulang tahunnya guru bisa memberikan buku baru atau pulpen baru untuk anak ketika proses pembelajaran berlangsung. Anak pasti sangat terkesan dengan apresiasi ini dan merasa bahagia diperhatikan seperti itu. Perasaan bahagia ini akan memudahkan ia mempelajari materi yang diajarkan oleh guru tersebut.

Di samping **pertanyaan ajaib, ice breaking dan apresiasi**, memberdayakan pikiran bawah sadar dalam proses pembelajaran bisa dilakukan dengan **imajinasi**. Contohnya: "Bayangkan, setiap kali kalian selesai belajar di sekolah, tugas rumah sangat mudah kalian kerjakan. Kalian bahagia, orang tua bahagia, guru bahagia dan ibu juga bahagia".

Contoh lain: "Bayangkan kalian menjawab UAN dengan mudah karena kalian telah belajar di sini dengan semangat yang tinggi, dan kalian lulus dengan nilai yang bagus yang diperoleh dengan cara yang jujur". Ketika anak membayangkan hal itu terjadi pada dirinya, ia tidak saja menggunakan pikiran sadar, tetapi juga pikiran bawah sadar. Ketika suatu program pikiran sudah

berada pada level pikiran bawah sadar, maka anggota tubuhnya yang lain akan merespon dalam bentuk perilaku.

Selain **pertanyaan ajaib, ice breaking dan apresiasi, dan imajinasi**, ada hal lain yang bisa dilakukan untuk aplikasi *hypnoteaching* yaitu **menabung perhatian**. Cara menabung perhatian bisa dengan berbagai cara. Contohnya dengan mengucapkan kalimat-kalimat berikut ini:

1. Ibu perhatikan kamu mirip dengan Ustaz Arifin Ilham
2. Ibu lihat kamu suka warna biru ya.
3. Ibu melihat kamu anak yang disiplin.
4. Ibu mendengar kamu aktif di kegiatan Remaja Masjid. Ibu tahu kamu seorang Qari yang baik.
5. Ibu perhatikan tulisan kamu rapi sekali.

Perlu diperhatikan di sini bahwa tidak ada pembicaraan lain lagi setelah menabung perhatian tersebut. Guru bisa langsung pergi meninggalkan murid dengan perasaan bahagia karena merasa diperhatikan.

Aplikasi *hypnoteaching* berikutnya bisa dengan menggunakan *Hypnotic Language Patterns*. Diantaranya adalah:

1. Menggunakan kata 'atau' (*double binds*). Contohnya: Kalian kerjakan soal ini sekarang atau setelah istirahat? Jawaban apapun yang dipilih murid, secara tidak sadar ia sudah setuju untuk mengerjakan soal tersebut. Pikiran sadarnya hanya sibuk memikirkan sekarang atau setelah istirahat. Kalian mau kumpul PR besok atau lusa? Pikiran sadar murid sibuk memikirkan besok atau lusa, sementara pikiran bawah sadar tanpa disadari oleh pikiran sadar, sudah setuju untuk mengerjakan PR.
2. Menggunakan pola *Cause-Effect*. Contohnya: Jika kalian belajar lebih rajin lagi, maka pelajaran ini menjadi mudah. Untuk menciptakan sebuah keterkaitan antara berbagai kondisi, dan untuk meningkatkan kemasuk akal suatu sugesti, dapat digunakan kata-kata kunci hubungan sebab-akibat untuk mengaplikasikan pola ini. Bisa digunakan 'apapun yang sedang terjadi' sebagai sebab, dan 'apa yang diinginkan terjadi' sebagai akibat. Pada contoh ini, yang diinginkan terjadi adalah pelajaran menjadi mudah, dan sebagai sebabnya adalah lebih rajin belajar.

### 3. *Complex Equivalence* (Menyamakan Makna)

Contohnya: Menyontek dalam ujian sama dengan berdusta pada guru. Berdusta berarti memiliki salah satu ciri munafik. Orang munafik tempatnya dikerak neraka. Ada di kelas ini yang mau ditempatkan dikerak neraka? Ketika mendengar kalimat ini, perasaan anak-anak akan ngeri, dan menyontek merupakan hal yang mengerikan yang harus dihindari.

### 3. *Closing*

Ketika menutup satu sesi pembelajaran *hypnotic teacher* bisa melakukan hal-hal sebagai berikut:

- a. Membuat Kesimpulan. Dalam membuat kesimpulan, guru harus memperhatikan modalitas belajar siswa. Kalau dalam ruang tersebut banyak siswa yang modalitas belajarnya dominan visual, maka sebaiknya kesimpulan dibuat dalam bentuk bagan dan ditulis dengan spidol berwarna-warni.
- b. Mendoakan mereka dengan setulus hati.
- c. Mengucapkan afirmasi Positif
- d. Memberi salam dengan penuh semangat dan senyum yang ikhlas, sehingga ketika anak meninggalkan ruang belajar, yang tersisa pada dirinya adalah perasaan bahagia.

## C. PENUTUP

Dari pemaparan pada bagian pembahasan tulisan ini, dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran yang memberdayakan pikiran sadar dan pikiran bawah sadar murid jauh lebih menyenangkan dan berkesan. Pembelajaran dengan cara ini disebut dengan *hypnoteaching*. Sedangkan guru yang mampu mengaplikasikan cara ini disebut *hypnotic teacher*. Oleh karena itu para guru dianggap perlu terus mempelajari cara-cara baru yang berkembang dalam dunia pendidikan.

## REFERENSI

- Adi W. Gunawan, *Hypnosis: The Art of Subconscious Communication*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama), 2006.
- Freddy Faldi Syukur, *Menjadi Guru Dahsyat, Guru Yang Memikat*, (Bandung: Simbiosis Rekadam Media), 2010
- MD. Isma Almatin, *Dahsyatnya Hypnosis Learning untuk Guru dan Orang Tua*, (Yogyakarta: Pustaka Widyatama), 2010.
- Novian Triwidia Jaya, *Hypnoteaching "Bukan Sekedar Mengajar"*, (Bekasi: D- Brain), 2010.
- Taufiq Tea, *Inspiring Teaching*, (Jakarta: Gema Insani), 2010
- Ucu Sulastri dan Wahyudi, *Super Teaching*, (Jakarta: Luxima Metro Media), 2014.