

**MANFAAT HIPNOTERAPI TERHADAP MINAT BELAJAR
BAGI SISWA KELAS VI SEKOLAH DASAR
(Studi Deskriptif pada Siswa SDN Tenggulunan
di Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo)**

**LILIS NIHAYAH, M.Si
(Dosen Fakultas Psikologi Umsida)
WAHYU RETNANI**

Abstrak

Minat belajar pada seorang siswa memegang peranan penting yang berdampak pada perilaku dan sikap. Sedangkan peran minat dalam proses belajar adalah untuk pemusatan pemikiran dan menimbulkan kesenangan tersendiri. Hipnoterapi adalah salah satu metode yang dapat digunakan sebagai sarana melakukan pemrograman ulang pikiran bawah sadar, guna memberikan sugesti belajar yang positif.

Tujuan dari hipnoterapi ini sendiri adalah meningkatkan belajar siswa kelas VI di SDN Tenggulunan. Proses hipnoterapi ini sendiri dilaksanakan dengan berbagai teknik agar bisa menjangkau pikiran bawah sadar. Karena pikiran bawah sadar memiliki pengaruh sebanyak 88% dibanding alam sadar 12%. Minat memiliki unsur kognitif, emosi, efektif.

Data yang diperoleh sebelum di lapangan adalah manfaat hipnoterapi yang sangat luas, kemudian saat dilapangan proses pelaksanaan hipnoterapi dilakukan beberapa kali agar sugesti yang diberikan bisa memiliki hasil yang diharapkan. Setelah pelaksanaan di lapangan terhadap hasil perubahan tidak hanya berpatokan pada nilai akademik saja, melainkan meliputi emosi, efektif. Sehingga ketika pelaksanaan hipnoterapi itu berhasil maka dalam pikiran bawah sadar, cara untuk menyelesaikan suatu kendala.

Faktor penting dari keberhasilan hipnoterapi adalah faktor intern dan ekstern siswa.
Kata kunci : minat belajar, hipnoterapi

1. Latar Belakang

Beberapa tahun belakangan ini murid-murid SD tidak berminat belajar (sekolah) merupakan masalah yang sering kali kita jumpai. Timbulnya permasalahan ini disebabkan oleh banyak faktor, kebanyakan disebabkan oleh usia anak yang relatif masih kecil, masih belum bisa menempatkan diri secara tepat dalam hubungan antara bermain dan belajar.

Ditambah lagi kesibukan para orang tua dalam mencari nafkah sehingga, telah melalaikan mendidik kedisiplinan pada anak-anaknya. Ketika anak menemui persoalan dalam belajar, tidak segera memberi pengarahan yang tepat, lambat laun makin tertinggal di dalam pelajaran,

menggunakan cara belajar yang kurang tepat, terbiasa oleh kebiasaan yang tidak baik, tidak bertanggung jawab dan lain-lain sebagainya.

Permasalahan yang dihadapi semakin lama semakin banyak, membuat anak kehilangan kepercayaan diri sehingga sulit sekali bisa memusatkan hati terjun dalam belajar. Juga ada sebagian besar yang masih sangat suka bermain, tidak tahan godaan, hanyut dalam permainan game, sehingga lebih tidak mudah mengekang diri.

Proses belajar itu terjadi secara internal dan bersifat pribadi dalam diri siswa. Minat setiap manusia memegang peranan penting dalam kehidupannya dan mempunyai dampak yang besar atas perilaku dan sikap. Minat menjadi sumber motivasi

yang kuat untuk belajar, anak yang berminat terhadap sesuatu kegiatan baik itu bekerja maupun belajar, akan berusaha sekuat tenaga untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Dr. Milton H. Erickson seorang maestro hipnoterapi mengutarakan hasil pengamatan terhadap pikiran bawah sadar. Pertama kali ia memperkenalkan bahwa jiwa manusia sangat unik. Tidaklah mudah meminta orang untuk secara langsung menghilangkan kebiasaan buruk yang ingin dia tinggalkan. Seperti kita menyampaikan nasihat kepada seseorang yang mengeluh karena dia mempunyai masalah, "Sekarang kamu dapat menyelesaikannya", atau seseorang yang mempunyai masalah perilaku lalu kita berikan nasihat, "Sekarang perilaku anda sudah berubah menjadi baik". Belum tentu dia akan merubah perilakunya dengan segera. Tetapi biasanya kebiasaan itu akan kembali lagi.

Pada saat setiap orang menuju proses tidur alami, maka yang terjadi adalah gelombang pikiran ini secara perlahan-lahan akan menurun mulai dari Beta, Alpha, Theta, kemudian Delta dimana kita benar-benar mulai tertidur. Perpindahan wilayah ini tidak berlangsung dengan cepat, sehingga sebetulnya walaupun seakan-akan seseorang sudah tampak tertidur, mungkin saja ia masih berada di wilayah Theta. Pada wilayah Theta seseorang akan merasa tertidur, suara-suara luar tidak dapat didengarkan dengan baik, tetapi justru suara-suara ini didengar dengan sangat baik oleh pikiran bawah sadarnya, dan cenderung menjadi nilai yang permanen, karena tidak disadari oleh pikiran sadar yang bersangkutan.

Sedang tujuan hipnoterapi bagi pendidikan adalah meningkatkan

konsentrasi, daya tangkap, dan daya ingat.

Secara konvensional, hipnoterapi dapat diterapkan kepada mereka yang memenuhi persyaratan dasar, yaitu:

- (1) Bersedia dengan sukarela
- (2) Memiliki kemampuan untuk fokus
- (3) Memahami komunikasi verbal

2. Kajian Teori

Pengertian Hipnoterapi

Hipnoterapi adalah terapi yang menggunakan hypnosis sebagai sarana menjangkau pikiran bawah sadar klien (Adi W. Gunawan, 2007:16).

Hipnoterapi merupakan cara yang mudah, cepat, efektif dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar, melakukan reduksi, dan penyembuhan pikiran yang sakit (Gunawan, 2007:11).

Hipnoterapi menekankan kebutuhan agar pasien dapat menopang dirinya secara emosional. Dengan menggunakan teknik transferensi untuk mengimbangi pasien (Caprio, 2007:25).

Hipnosa adalah cabang ilmu Psikologi yang secara khusus dimaksudkan untuk menjelaskan hubungan antara pikiran sadar dan bawah sadar, serta cara-cara mempengaruhi pikiran bawah sadar dengan memberi sugesti.

Hipnosis merupakan seni komunikasi yang sangat persuasif. Sedemikian persuasifnya, sehingga hipnosis dapat memindahkan fokus seseorang dari eksternal ke internal, sehingga membuat seseorang menjadi sugestif. Tingkatan sugestif yang sangat ekstrim inilah yang menyebabkan fenomena hipnosis sangat spektakuler, sehingga disalahartikan sebagai suatu

mekanisme kontrol pikiran yang memanfaatkan kekuatan lain.

Aktivitas pikiran manusia secara sederhana dikelompokkan dalam 4 wilayah yang dikenal dengan istilah Brainwave, yaitu : Beta, Alpha, Theta, dan Delta.

- Beta adalah kondisi pikiran pada saat seseorang sangat aktif dan waspada. Kondisi ini adalah kondisi umum ketika seseorang tengah beraktivitas normal. Frekuensi pikiran pada kondisi ini sekitar 14-24 Cps (diukur dengan perangkat EEG).
- Alpha adalah kondisi ketika seseorang tengah fokus pada suatu hal (belajar, mengerjakan suatu kegiatan teknis, menonton televisi), atau pada saat seseorang dalam kondisi relaksasi. Frekuensi pikiran pada kondisi ini sekitar 7-14 Cps.
- Theta adalah kondisi relaksasi yang sangat ekstrim, sehingga seakan-akan yang bersangkutan merasa “tertidur”, kondisi ini seperti halnya pada saat seseorang melakukan meditasi yang sangat dalam. Theta juga gelombang pikiran ketika seseorang tertidur dengan bermimpi, atau kondisi REM (Rapid Eye Movement). Frekuensi pikiran pada kondisi ini sekitar 3.5 – 7 Cps.
- Delta adalah kondisi tidur normal (tanpa mimpi). Frekuensi pikiran pada kondisi ini sekitar 0.5 – 3.5 Cps.

Kondisi Hipnosis sangat mirip dengan kondisi gelombang pikiran Alpha dan Theta. Yang sangat menarik, bahwa kondisi Beta, Alpha, dan Theta, merupakan kondisi umum yang berlangsung secara bergantian dalam diri kita. Suatu saat kita dikondisi Beta, kemudian sekian detik kita berpindah ke Alpha, sekian detik

berpindah ke Theta, dan kembali lagi ke Beta, dan seterusnya.

Cara menjangkau pikiran bawah sadar :

- 1) Pengulangan/repetisi: sesuatu yang dilakukan berulang-ulang akan masuk ke bawah sadar dan menjadi kebiasaan.
- 2) Identifikasi kelompok / keluarga : karena setiap keluarga punya latar belakang yang berbeda dan kita akan mengikuti kebiasaan yang ada.
- 3) Ide yang disampaikan oleh figur yang dipandang memiliki otoritas : apa yang disampaikan oleh yang kita hormati / kagumi akan lebih diterima oleh pikiran bawah sadar dengan mudah.
- 4) Emosi yang intens : setiap kejadian yang dialami dengan intensitas emosi yang tinggi, positif atau negatif akan membekas di pikiran bawah sadar.
- 5) Hipnosis / kondisi alfa : teknik komunikasi akan mampu melewati pikiran sadar.

Prosedur Hipnosis

- 1) Membangun relasi
- 2) Membangun ekspektasi
- 3) Menonaktifkan pikiran sadar
- 4) Memberikan sugesti
- 5) Membangun subyek

Hal pokok sebelum dan saat melakukan hypnosis

- 1) Imajinasi
- 2) Kepercayaan
- 3) Ekspektasi
- 4) Konviksi

Pada prinsipnya untuk mengakses alam bawah sadar seseorang bisa dilakukan dengan menggunakan berbagai teknik antara lain:

- 1) Teknik verbal (sugesti)
- 2) Teknik relaksasi progresif
- 3) Teknik penggunaan energi

- 4) Teknik visualisasi
- 5) Teknik mistik (supranatural, baik ilmu hitam maupun putih).

Semua teknik di atas disebut sebagai teknis hipnotis.

Sugesti

Ada 2 tipe *suggestibility* yaitu :

- 1) *Physical suggestibility*: memudahkan masalah emosi.
- 2) *Emotional suggestibility*: menggunakan fisik dalam melakukan interaksi dengan menggunakan teknik induksi.

Ada 2 macam *post-hypnotic suggestion*

- 1) *Non-therapeutic post-hypnotic suggestion* (NTPHS): tidak mempunyai efek terapeutik dan tidak bermanfaat bagi pengembangan diri.
- 2) *Therapeutic post-hypnotic suggestion* (TPHS); tipe ini bersifat konstruktif terhadap proses terapi secara langsung bermanfaat bagi kemajuan klien.

Cara penyampaian sugesti:

- 1) *Direct* (bersifat langsung): klien diminta untuk melakukan sesuatu (seperti perintah) biasanya diberikan saat trance yang semakin dalam.
- 3) *Indirect* (tidak langsung) : sugesti diberikan dalam bentuk metafora atau cerita, biasanya dilaksanakan saat awal terapi.

Tahap merancang Sugesti:

- 1) Bahasa yang sederhana, mudah dimengerti dan spesifik.
- 2) Positif-sugestikan apa yang diinginkan.
- 3) Gunakan emosi: memasukkan unsur perasaan atau emosi.
- 4) Gunakan kalimat “sekarang” jangan “akan”.

Teknik uji sugestibilitas

- 1) Arm Raising Test (ART) adalah teknik sangat penting dan harus

dikuasai dengan sempurna oleh seorang terapis. Karena banyak fungsi dan manfaatnya.

- 2) Finger Spreading Test adalah dengan meminta pada klien menjulurkan tangannya ke depan, dan meminta klien konsentrasi dengan memandang jari-jarinya sambil disugesti.
- 3) Hand Locking Test adalah dengan meminta klien berada dalam posisi duduk atau berdiri. Dengan meminta klien untuk kedua lengannya ke depan, selanjutnya meminta klien merapatkan tangannya, kedua telapak tangan saling menggenggam erat.
- 4) Eye Fixation Induction (EFI) adalah satu dari induksi yang paling sering digunakan oleh hipnotis atau terapis yang tidak berpengalaman, yaitu dengan meminta klien duduk tegak di kursi dan meletakkan kedua tangan di pangkuannya sambil menatap lurus ke satu objek atau sumber cahaya.

Adapun tujuan dari uji sugestibiliti

- 1) Menentukan tingkat *physical* dan *emotional suggestibility*
- 2) Konversi ke kondisi hipnosis tanpa disadari atau diketahui oleh klien.

Induksi

Ada enam teknik dasar Induksi

- 1) *Eye Fixation* (Fiksasi Mata)

Dengan melakukan fiksasi mata, klien diminta untuk menatap dengan pandangan yang berfokus pada suatu obyek. Baik berupa satu titik pandang, cahaya lilin, ujung jari kelingking, atau apa saja sehingga mata akan lelah bila memandangnya dengan terfokus. Tujuannya adalah membuat pikiran sadar menjadi bosan atau lengah.

2) *Relaxation or Fatigue of Nervous System* (Relaksasi atau kelelahan sistem saraf) Semua teknik induksi meminta klien untuk rileks secara fisik dan mental dengan mata tertutup, menggunakan relaksasi progresif atau induksi Ericsonian yang menggunakan cerita.

3) *Mental Confusion* (membingungkan pikiran) Teknik ini dirancang untuk membingungkan dan membuat pikiran sadar lengah sehingga klien dapat masuk ke dalam kondisi trance dengan demikian sugesti dapat langsung masuk dalam pikiran bawah sadar.

4) *Mental Misdirection* (Menyesatkan Pikiran) TEknik ini menggunakan respon fisik tertentu terhadap sesuatu yang diimajinasikan. Dan teknik ini menggunakan uji sugestibiliti sebagai sarana untuk membawa klien ke dalam kondisi hipnosis.

5) *Loss of Equilibrium* (kehilangan keseimbangan). Ini adalah teknik yang dilakukan sambil menggerakkan sebagian atau seluruh tubuh klien.

6) *Shock to Nervous System* (Kejutan pada sistem saraf).

Ada 2 macam cara untuk mengalihkan pikiran sadar terhadap gerbang bawah sadar. Pertama adalah membuat pikiran bawah sadar menjadi bosan. Yang kedua adalah membuat pikiran bawah sadar “kaget”.

Ada dua macam pendekatan yang dilakukan saat induksi.

1) *Authoritarian* (Paternal) dengan pendekatan ini terapis secara langsung meminta atau memerintah klien untuk menjalankan sugesti yang diberikan. Pendekatan ini cocok

untuk klien yang patuh atau punya sugestibiliti yang tinggi.

2) *Permissive* (Maternal) pendekatan ini lebih bersifat ajakan dan disampaikan dengan lembut. Pendekatan ini banyak digunakan dalam hipnoterapi.

Saat masuk pada *deeping* digunakan beberapa teknik

a) *Elman Induction*

Diciptakan oleh Dave Elman, sangat efektif dan membantu klien dalam masuk kondisi *trance* dengan mudah.

Ada 3 macam langkah:

- i) relaksasi tubuh
- ii) relaksasi pikiran
- iii) memperdalam relaksasi

b) *Flower Method*

i) Metode 7 ± 2 adalah metode yang cocok untuk subyek yang sulit dan sangat analitis.

ii) *Auto-dual Method* adalah metode yang digunakan untuk menginduksi subyek yang analitis dan intelek.

iii) *Child Induction* adalah untuk anak-anak dan saat melakukan induksi hendaknya tidak menggunakan *misdirection*, walaupun menggunakan sedikit saja. Dengan cara meminta anak duduk di kursi dengan punggung tegak. Pilih salah satu objek yang akan digunakan dalam titik fokus. Misal bola kristal, pen, mainan atau apa saja yang menarik perhatian anak.

iv) *Pyramid Induction*

Teknik induksi ini dilakukan dengan berpindah dari satu teknik ke teknik yang lain.

Ada empat langkah hipnoterapeutik menurut Charles Tebbetts.

1) Sugesti post-hipnosis dan imajinasi (*posthypnotic*)

suggestion and imagery): hal ini efektif jika klien memiliki motivasi yang kuat untuk berubah, baik pada level pikiran sadar dan bawah sadar.

- 2) Menemukan akar masalah (*discovering the root cause*). Apabila ada simtom yang dialami klien pada masa sekarang adalah akibat dari pengalaman masa kecil, terapis perlu menemukan akar masalah yang sesungguhnya.
- 3) Release
Membantu klien melepas atau merelease perasaan atau emosi negatif dari pengalaman dimasa lalu.
- 4) Pemahaman baru (*Re-learning*). Tujuan dari langkah ini adalah membantu klien membuat pemahaman baru, berdasar cara pandang dan kebijaksanaan orang dewasa, terhadap masalah yang dialami, akar masalah dan solusinya.

Pengertian Minat

Minat merupakan salah satu dimensi dari aspek efektif yang banyak berperan juga dalam kehidupan seseorang, khususnya dalam kehidupan belajar seorang murid. Aspek afektif adalah aspek yang mengidentifikasi dimensi-dimensi perasaan dari kesadaran emosi, disposisi, dan kehendak yang mempengaruhi pikiran dan tindakan seseorang (Stiggins, 1994:310).

Ada 4 metode *assessment* yang sudah standar yang dapat digunakan untuk mengukur aspek afektif termasuk minat, yaitu (1) metode pensil dan kertas yang menjanging melalui bentuk jawaban yang selektif atau (2) esai, (3) pengukuran performa, dan (4) komunikasi pribadi dengan murid (Stiggins, 1994:314). Hurlock (1986) mengartikan minat

sebagai sumber motivasi yang akan mengarahkan seseorang pada apa yang akan mereka lakukan bila diberi kebebasan untuk memilihnya. Bila mereka melihat sesuatu itu mempunyai arti bagi dirinya, maka mereka akan tertarik terhadap sesuatu itu yang pada akhirnya nanti akan menimbulkan kepuasan bagi dirinya.

Minat terbagi menjadi tiga aspek, yaitu : Hurlock, 1995:117)

- 1) Aspek kognitif: berdasar pribadi dan apa yang pernah dipelajari baik di rumah, sekolah dan masyarakat serta dan berbagai jenis media massa.
- 2) Aspek Afektif: konsep yang membangun aspek kognitif, minat dinyatakan dalam sikap terhadap kegiatan yang ditimbulkan minat. Berkembang dari pengalaman pribadi dari sikap orang yang penting yaitu orang tua, guru dan teman sebaya terhadap kegiatan yang berkaitan dengan minat tersebut dan dari sikap yang dinyatakan atau tersirat dalam berbagai bentuk media massa terhadap kegiatan.
- 3) Aspek psikomotor: berjalan dengan lancar tanpa pemikiran lagi, urutannya tepat. Namun kemajuan tetap memungkinkan sehingga keluwesan dan keunggulan meningkat meskipun ini semua berjalan lambat.

Di dalam minat itu sendiri terkandung unsur kognitif, emosi, atau afektif dan kemauan atau konatif untuk mencari sesuatu obyek tertentu (Lauw, 1992). Eysenck dan Arnold (dalam Indarto, 1993) menyatakan minat merupakan kecenderungan berperilaku yang pada setiap individu berbeda intensitasnya, karena minat dipengaruhi oleh kebutuhan atau kepentingan individu akan suatu obyek minat itu. Semakin individu

membutuhkan atau tertarik terhadap obyek minat tersebut, semakin besar pula minatnya. Drever (1982) meninjau minat berdasarkan fungsi dan strukturnya. Secara fungsional minat merupakan suatu jenis pengalaman perasaan yang dianggap bermanfaat dan diasosiasikan dengan perhatian pada suatu obyek tertentu. Sementara secara struktural minat merupakan suatu elemen dalam diri individu baik bawaan maupun yang diperoleh lewat proses belajar, yang menyebabkan seseorang merasa mendapatkan manfaat terhadap suatu obyek tertentu atau merasa yang berhubungan dengan obyek tertentu atau terhadap suatu pengetahuan tertentu.

Crow dan Crow (1973) mengemukakan minat atau interest adalah merupakan kekuatan individu yang menyebabkan individu memberikan perhatian pada orang, benda atau aktivitas. 3 faktor yang mendasari timbulnya minat adalah:

1. Faktor dorongan dalam diri individu itu sendiri, sehingga timbul minat untuk melakukan aktivitas atau tindakan tertentu untuk memenuhinya. Misalnya untuk dorongan makan, menimbulkan minat untuk mencari makanan.
2. Faktor motivasi sosial; faktor ini merupakan faktor untuk melakukan suatu aktivitas agar dapat diterima dan diakui oleh lingkungannya. Minat ini merupakan semacam kompromi pihak individu dengan lingkungan sosialnya. Misalnya minat pada studi karena ingin mendapatkan penghargaan dari orang tuanya.
3. Faktor emosional; minat erat hubungannya dengan emosi karena faktor ini selalu menyertai seseorang dalam berhubungan

dengan obyeknya minatnya. Kesuksesan seseorang pada suatu aktivitas disebabkan karena aktivitas tersebut menimbulkan perasaan suka atau puas, sedangkan kegagalan akan menimbulkan perasaan tidak senang dan mengurangi minat seseorang terhadap kegiatan yang dilakukan.

Pengertian Belajar

Menurut teori koneksionisme (*connectionism*) yang dikemukakan oleh Edward L. Thorndike (Aliran Behaviorisme) belajar adalah hubungan antara stimulus dan respons. Sehingga adanya *law of effect* artinya jika sebuah respons menghasilkan efek yang memuaskan hubungan antar stimulus dan respons semakin kuat dan sebaliknya jika semakin tidak memuaskan efek yang dicapai respon semakin lemah.

Menurut Teori Kognitif (*Cognitive Theory*) belajar pada dasarnya adalah peristiwa mental, bukan yang bersangkutan dengan jasmaniah meskipun bersifat behavioral lebih nyata dan ada disetiap peristiwa belajar.

Menurut Skinner (1985) memberikan definisi belajar adalah "*Learning is a process of progressive behavior adaptation*". Yaitu bahwa belajar itu merupakan suatu proses adaptasi perilaku yang bersifat progresif.

Bigg (1991) mendefinisikan belajar dalam 3 rumusan yaitu rumusan kuantitatif, rumusan institusional, rumusan kuantitatif. Secara kuantitatif pengembangan kemampuan kognitif, jadi sudut pandang belajar berapa banyak materi yang dikuasai siswa. Sedang secara institusional dipandang sebagai validasi terhadap penguasaan siswa atas materi

yang kuasai. Sedang belajar secara kualitatif difokuskan tercapainya daya pikir dan tujuan.

Menurut Morgan, dkk (1984) memberikan defnisi mengenai belajar "*Learning can be defined as any relatively permanent change in behavior which occurs as a result of practice or experience.*" Yaitu bahwa perubahan perilaku itu sebagai akibat belajar karena latihan (practice) atau karena pengalaman (experience).

Menurut Stern "*Learn ist kentinisserweb durch wiederholte darbeitungan*" yang dalam arti luasnya juga meliputi "*der ansignug neur fertigkeiten durch wiederholung die rede*" (Stren, 1950:313).

Dalam bukunya Walker "*Conditioning and instrumental learning*" (1967). Belajar adalah perubahan perbuatan sebagai akibat dari pengalaman. Perubahan orang dapat memperoleh, baik kebiasaan-kebiasaan yang buruk maupun kebiasaan yang baik.

Menurut Gagne (1984) belajar didefinisikan sebagai suatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya akibat suatu pengalaman. Galloway dan Toeti Soekanto (1992:27) mengatakan belajar merupakan suatu proses internal yang mencakup ingatan, retensi, pengolahan informasi, emosi dan faktor-faktor lain berdasarkan pengalaman-pengalaman sebelumnya.

Beberapa Aktivitas Belajar Manusia untuk mendapatkan ilmu atau pengajaran terdapat berbagai macam cara, menurut Wasti Soemanto dalam bukunya *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan* (2006), antara lain:

1) *Mendengarkan* dalam kehidupan manusia sehari-hari ada pergaulan atau sosialisasi dalam bentuk obrolan-obrolan verbal. Secara

tidak langsung manusia menangkap pembicaraan verbal itu dengan pendengarannya dan mampu menyerap ilmu dari pendengaran-pendengarannya tersebut.

- 2) *Memandang* di dunia ini banyak sekali hal yang dapat dijadikan ilmu melalui stimulus visual kita. Dalam kehidupan sehari-hari banyak hal yang bisa kita pandang. Hal itulah yang bisa dijadikan ilmu oleh kita.
- 3) *Meraba, Mencium, dan Mencicipi/Mengecap* Hal-hal tersebut seperti meraba, mencium, dan mencicipi adalah aktivitas sensorik sama halnya dengan mendengar dan memandang. Aktivitas meraba, mencium dan mengecap dapat dijadikan pembelajaran apabila didorong oleh kebutuhan-kebutuhan atau motivasi untuk mencapai tujuan tertentu.
- 4) *Menulis dan Mencatat*. Mencatat adalah salah satu aktivitas dari belajar. Seseorang mencatat atau menulis sebuah poin-poin untuk mudah diingat dan diaplikasikannya. Tidak semua aktivitas mencatat adalah suatu proses belajar seperti menjiplak atau mengkopi termasuk menyontek adalah aktivitas mencatat yang menurun.
- 5) *Membaca*. Membaca merupakan aktivitas belajar yang apabila dapat dilakukan dengan benar dapat mengakibatkan penyerapan ilmu. Membaca yang bukan dikatakan belajar adalah membaca sambil berbaring atau tiduran.
- 6) *Membuat Ikhtisar atau Ringkasan, dan Menggarisbawahi* Ikhtisar atau ringkasan ini dapat membantu mengingat segala macam ilmu yang sudah kita baca

lewat buku pada masa-masa yang akan datang.

- 7) *Mengamati*. *Tabel-tabel, Diagram-diagram, dan Bagan-bagan*. Dalam buku atau di lingkungan lain banyak kita jumpai bagan, tabel dan diagram. Materiil non-verbal ini sangat berguna untuk mempelajari materiil yang relevan itu.
- 8) *Menyusun Paper atau Kertas Kerja*. Dalam membuat paper yang terutama perlu mendapat perhatian adalah rumusan topik paper tersebut. Dari rumusan topik tersebut dapat ditentukan materiil yang relevan.
- 9) *Mengingat*. Mengingat dengan maksud agar ingat tentang sesuatu, belum termasuk sebagai aktivitas belajar.
- 10) *Berfikir*. Dengan berfikir kita dapat menemukan penemuan-penemuan yang baru setidaknya kita menjadi tau tentang sesuatu yang telah kita pikirkan.
- 11) *Latihan dan Praktek*. Latihan dan praktek merupakan ektivits belajar dengan mengaplikasikan teori dan ilmu yang sudah didapatkan ke dalam dunia nyata.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan penerapan pendekatan kualitatif. Penelitian deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau dekripsi tentang suatu keadaan secara objektif (Notoatmodjo, 2002:138). Pendekatan kualitatif didefinisikan sebagai suatu proses yang mencoba untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai kompleksitas yang ada dalam interaksi manusia.

Langkah utama untuk mendeskripsikan suatu obyek, fenomena atau setting sosial dalam suatu tulisan yang bersifat naratif. Artinya data, fakta, yang dihimpun berbentuk kata atau gambar daripada angka-angka.

Tujuan utama penelitian dengan pendekatan kualitatif ialah mengembangkan pengertian, konsep-konsep, yang pada akhirnya menjadi teori, tahap ini dikenal sebagai "grounded theory research". Pada pendekatan kualitatif, data bersifat deskriptif, maksudnya data dapat berupa gejala-gejala yang dikategorikan ataupun dalam bentuk lainnya, seperti foto, dokumen, artefak dan catatan-catatan lapangan pada saat penelitian dilakukan bukan angka.

Lokasi penelitian dilaksanakan di SDN Tenggulunan Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo. Pemilihan lokasi SDN Tenggulunan ini karena terletak di daerah padat penduduk di Kota Sidoarjo. Desa Tenggulunan ini selain kawasan padat penduduk juga merupakan kawasan yang dekat dengan sarana umum yaitu pasar dan terminal. Dan banyak sekali terdapat warga urban dan beragam pekerjaan dan status sosial.

Sehingga hal ini akan berdampak pada segala aspek terutama masalah pendidikan, yang berkaitan dengan minat belajar siswa. Berdasarkan materi yang diangkat dalam penelitian ini, persoalan yang menjadi hambatan minat belajar siswa diharapkan dapat diatasi sesuai dengan kendala yang berkaitan dengan emosi serta menggali kemampuan / potensi diri siswa.

Subyek penelitian ini adalah siswa-siswi yang memiliki minat belajar dengan kategori rendah atau sedang, pada kelas VI. Dalam penelitian ini peneliti mengamati

segala aktivitas yang dilakukan di sekolah.

Adapun karakteristis minat sedang dan rendah adalah :

1. Terlambat dalam mengumpulkan tugas
2. Memiliki nilai rendah dan sedang dalam hasil belajar
3. Kurang aktif dalam kegiatan belajar
4. Kurang dan tidak memperhatikan guru saat kegiatan pembelajaran

Peneliti bertindak sebagai *human instrument* yaitu sebagai alat yang dapat mengungkap fakta-fakta lapangan. Manusia sebagai *instrument* pengumpul data memberikan keuntungan, dimana ia dapat bersikap fleksibel dan adaptif, serta dapat mengungkapkan keseluruhan alat indera yang dimilikinya untuk memahami sesuatu (menurut Lincoln dan Guba, 1985;43).

Teknik penelitian menggunakan sumber data primer yang diperoleh dengan observasi, wawancara. Dan data sekunder diperoleh dari dokumentasi dan partisipasi. Adapun prosedur pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara.

4. Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintetiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain (Bogdan & Biken, 1982).

Analisis data yang digunakan adalah model Miles and Huberman (1984), analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan

berlangsung terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Sedangkan aktivitas yang dilakukan dalam analisis data ini adalah:

- a. *Data reduction* (reduksi data). Data dari lapangan yang jumlahnya cukup banyak maka dicatat secara teliti dan rinci. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal yang penting, dicari tema dan polanya. Fokus dari penelitian ini adalah manfaat hipnoterapi untuk ditentukan pola dan temanya. Maka pada analisis reduksi berkaitan tentang indikator yang berkaitan dengan minat belajar siswa.
- b. *Data display* (penyajian data). Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk *table*, *grafik*, *photo card*, *pictogram* dan sejenisnya. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif (Miles and Huberman, 1984). Indikator dari minat belajar dapat disajikan sebagai berikut:
- c. *Conclusion drawing* (*verivication*). Langkah ketiga adalah penarikan kesimpulan dan *verivication*. Dan hasil penarikan kesimpulan pada tahap ini masih bersifat sementara serta masih bisa berubah.

Keabsahan suatu penelitian kualitatif tergantung pada kepercayaan akan *kredibilitas*, *transferabilitas*, *dependabilitas* dan *konformalitas*.

- a) *Kredibilitas* (validitas internal). Keabsahan hasil-hasil penelitian dilakukan melalui keterlibatan peneliti dalam kegiatan lapangan, pengamatan terus menerus, triangulasi (baik metode, sumber yang diperoleh dan perbandingan

data lain, pelibatan teman sejawat, bahan referensi, pengecekan terhadap hasil-hasil).

- b) *Transferabilitas*. Penelitian dapat diaplikasikan oleh pemakai peneliti dan para pembaca laporan paham dan jenis tentang fokus penelitian.
- c) *Dependabilitas dan conformabilitas*. Dilakukan dengan audit trail berupa komunikasi dengan pembimbing dan dengan pakar lain dalam bidangnya guna membicarakan masalah yang dihadapi.

5. Hasil Penelitian dan Diskusi Hasil Penelitian

Sekolah Dasar Negeri Tenggulunan adalah merupakan sekolah yang berada di dekat permukiman padat penduduk. Hal ini dikarenakan kawasan desa merupakan daerah yang berada dekat dengan fasilitas umum berupa terminal dan pasar. Letaknya yang berada dekat jalan utama serta jalur kereta api membuat semakin mudahnya komunikasi dan segala pengaruh yang tentunya membawa perubahan baik positif atau negative.

Dalam penelitian ini peneliti mengambil responden dari siswa yang kelas VI A dengan kategori prestasi rendah dan sedang. Pelaksanaan hipnoterapi dilaksanakan di kelas VI A SDN Tenggulunan. Sebelum melakukan hipnoterapi yang pertama peneliti mengadakan beberapa observasi, wawancara dan uji segestibel, secara acak. Yang nantinya bertujuan agar mempermudah pemilihan responden dan kesesuaian dalam pelaksanaan hipnoterapi.

- a. Identitas P.H adalah siswa kelas VI, dia berusia 12 tahun. Jumlah saudaranya adalah 3 orang, pekerjaan ayahnya adalah

wartawan, sedangkan ibunya adalah ibu rumah tangga. Pelajaran yang P.H sukai adalah Bahasa Indonesia sedangkan pelajaran yang tidak disukai adalah matematika. Ketika observasi berlangsung P, mengikuti kegiatan belajar dikelas dengan cukup tertib. Dan berusaha mendengarkan arahan dari guru dengan baik, walaupun terkadang sesekali bercanda dengan teman-temannya saat pelajaran berlangsung.

- b. Identitas S.H adalah subyek kedua, usianya adalah 11 tahun. Ayahnya bekerja sebagai pedagang sedangkan ibunya adalah ibu rumah tangga, jumlah saudaranya adalah 3 orang. S punya hobi yaitu memasak, sedangkan pelajaran yang dia sukai adalah IPA dan pelajaran yang tidak disukai adalah matematika. Proses pelaksanaan observasi penelitian pada responden kedua yaitu S memiliki sifat pendiam, ramah, dan terbuka. Dalam melakukan kegiatan belajar di sekolah S adalah tergolong rata-rata bawah. Pada saat kegiatan di kelas S juga berusaha memperhatikan penjelasan guru.
- c. Identitas M, usianya adalah 12 tahun. Kedua orang tuanya bekerja sebagai pedagang. Jumlah saudara kandungnya adalah 4 orang, M memiliki hobi membaca. Sedangkan untuk pelajaran yang dia sukai adalah IPS sedangkan pelajaran yang tidak disukai adalah bahasa Inggris. Setelah melakukan beberapa observasi dan wawancara M adalah anak yang cenderung pendiam, penurut dan terkadang kurang percaya diri.

Dalam melakukan aktivitas di kelas M memiliki teman yang termasuk memiliki prestasi akademik yang cukup bagus.

- d. Hasil wawancara dengan P sebelum hipnoterapi dia tidak bersemangat dan berminat dalam kegiatan belajar. Alasannya karena dia kurang belajar, hal ini terjadi lantaran P memiliki intensitas yang banyak untuk menonton televisi. Dari hasil wawancara dengan P adalah: Cara belajar P, saat kelas V terkadang dilakukan secara mandiri dan terkadang bersama orang tua. Sedangkan untuk rutinitas belajar tidak dilakukan setiap hari, kadang saat ada pekerjaan rumah atau karena di suruh oleh orang tua. Putri semakin tertarik melakukan kegiatan belajar jika itu menurutnya menyenangkan. Dalam pelaksanaan hipnoterapi ini P adalah anak yang sangat terbuka, perinag, percaya diri dan komunikatif. Seperti layaknya anak-anak yang lain terkadang bosan dan malas terhadap beberapa pelajaran. “Setelah melakukan hipnoterapi P semakin bertambah semangat “menurut pemaparannya. Dia semakin rutin melakukan kegiatan belajar di rumah, dia juga bertambah semangat ketika mengikuti pembelajaran. Dan alasan utama dari Putri untuk semangat belajar adalah takut tidak lulus. Dan hal ini adalah sesuai dengan salah satu sugesti yang diberikan yaitu “ada berharap ingin mendapatkan sekolah SMP yang terbaik dan bisa lulus saat ujian. Setelah beberapa rangkaian observasi, wawancara dan pelaksanaan hipnoterapi. Subyek merasakan semangat yang semakin bertambah dan percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki. Dan hal ini cukup sesuai dengan sugesti yang diberikan yaitu “bertambahpercaya diri dengan kemampuan dan ingat masuk di SMP favorit.
- d. Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan S, di rumah S belajar sendiri dan terkadang dibantu oleh kakaknya. Ketika melakukan belajar di rumah tidak rutin dilakukan setiap hari, namun dia bersemangat dalam melakukan kegiatan belajar. Setelah melakukan beberapa hipnoterapi S merasa lebih semangat dari sebelumnya alasan utamanya adalah dia takut tidak lulus. Dan hal ini sesuai dengan sugesti yang diberikan” anda semakin bersemangat saat pergi ke sekolah dan berusaha agar lulus serta bisa masuk SMP favorit.
- f. Ketika wawancara sebelum hipnoterapi aktivitas M belajar yang dilakukan dirumah adalah belajar sendiri, jadi tanggung jawab dari subyek sendiri tanpa harus disuruh oleh orang tua. Proses belajar yang dilakukan M, rutin terlebih jika ada pekerjaan rumah yang harus diselesaikan. M ketika ditanya bagaimana minat belajarnya saat kelas V adalah dia kurang semangat. Saat ditanya tidak semangat dia terdiam lama hingga ia sedikit menangis alasannya dia sering pusing. Ketika peneliti berusaha tanya alasannya apakah dia tidak sarapan, tiba-tiba dia menangis. Setelah itu peneliti berusaha mengalihkan pada pembicaraan yang lain. Berapa jumlah suadaranya, dia malah mengeluarkan air mata. Ternyata

dia malu menyebutkan jumlah saudaranya yang menurutnya banyak yaitu 5 orang. Dan dia bercerita bahwa ibunya sakit.

Pedoman Wawancara

1. Menurut wawancara yang dilakukan dengan guru kemampuan P adalah rata-rata, namun dia punya semangat untuk melakukan kegiatan dan minat yang cukup berusaha melakukan kegiatan belajar. Dan P adalah seorang atlet dari cabang olahraga lari di sekolahnya. Ditingkatkan kelas V prestasi P termasuk rata-rata, dan minatnya terhadap belajar juga biasa saja.
2. Menurut wawancara yang dilakukan dengan guru, S adalah siswa yang cukup pendiam dan penurut. Dalam kemampuan menangkap pelajaran masih perlu remidi (pengulangan) untuk beberapa kali agar dia paham benar materi yang disampaikan. Dalam mengumpulkan tugas terkadang dia terlambat dan kurang tepat waktu. Di kelas V minat belajar juga tergolong rata-rata rendah.
3. Prestasi yang diraih oleh M saat kelas lima adalah rata-rata bawah. Dari wawancara bersama guru tentang minat M adalah perlu pengulangan. Sedangkan dalam belajar mengumpulkan tugas dan pekerjaan dari sekolah, terkadang kurang tepat waktu. Dalam kegiatan kelompok, dia kurang berpartisipasi dalam kegiatan memberikan argument, memberi masukan dalam diskusi kelompok. Dalam mengikuti kegiatan dikelas M sangat tekun dan selalu mengikuti arahan dari guru.

Pada pelaksanaan hipnoterapi pertama dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2009 peneliti mengambil responden sebanyak 25 anak merupakan jumlah dari sebagian siswa di Kelas VI A. setelah itu peneliti memilih dari beberapa responden yang termasuk kategori responden yang sugestibel. Dengan mengambil 6 anak yang termasuk tipe sugestibel dan memang juga sesuai dengan tingkatan minat belajar mereka yang bisa ditingkatkan.

Pelaksanaan hipnoterapi yang kedua dilakukan tanggal 5 September 2009 dengan jumlah responden yang sejumlah 6 anak. Hal ini dilakukan secara berulang-ulang sebab sugesti ini nantinya diharapkan bisa meningkatkan minat belajar mereka dan akan menggali kemampuan anak.

Selanjutnya hipnoterapi yang ketiga dilakukan pada tanggal 10 September 2009. Dalam pelaksanaan hipnoterapi ini para responden bersikap semakin terbuka, akrab dan dekat dengan peneliti sehingga hal ini akan mempermudah pelaksanaan hipnoterapi.

Hipnoterapi yang keempat dilaksanakan tanggal 12 September 2009, ini merupakan pelaksanaan hipnoterapi yang terakhir. Responden juga semakin lebih mengetahui pelaksanaan hipnoterapi.

Nantinya dari pelaksanaan hipnoterapi dapat dideskripsikan tingkat keberhasilan dari minat belajar siswa ketika mengikuti proses belajar dan hasil dari proses belajar.

Pelaksanaan hipnoterapi dilakukan dengan mengambil 6 responden, namun dalam pelaksanaannya ditentukan lagi mana responden yang berhasil meningkatkan minat belajar. Dan pada akhirnya ditentukan 3 responden yang

mengalami perubahan dalam meningkatkan minat belajarnya.

Analisis data

Dari hasil observasi, wawancara dan pelaksanaan hipnoterapi maka diperoleh yaitu analisis data sebelum dilapangan, saat dilapangan dan setelah selesai:

1. Data sebelum di lapangan
Sebelum memasuki lapangan penelitian, peneliti melakukan serangkaian persiapan dan referensi tentang hipnoterapi. Dalam rangkaian persiapan ini peneliti berusaha untuk bertanya juga pada pihak-pihak yang berkompeten yang mengetahui manfaat dan proses pelaksanaan hipnoterapi. Dan untuk sementara peneliti mengetahui bahwa manfaat hipnoterapi sangatlah luas. Tidak hanya dalam bidang kesehatan namun juga bisa digunakan dalam pendidikan. Dalam hal ini peneliti berusaha untuk menempatkan manfaat hipnoterapi terhadap minat belajar pada siswa Sekolah Dasar.
2. Data saat di lapangan
Peneliti juga mengadakan observasi dimulai tanggal 3 Agustus 2009 sampai dengan 19 Agustus 2009. Pelaksanaan praktek hipnoterapi dimulai tanggal 20 Agustus 2009 sampai dengan 18 September 2009. Pada saat dilapangan proses pelaksanaan hipnoterapi yang pertama dengan mengundang pihak yang berkompeten tentang hipnoterapi ini. Pelaksanaan hipnoterapi yang pertama tanggal 28 Agustus 2009, peneliti mengambil subyek sebanyak 25 anak. Yang merupakan total dari

siswa yang memiliki prestasi sedang dan rendah dari 50 siswa.

Tabel 5.1

Data saat dilapangan hipnoterapi I

Fokus	Deskripsi	Refleksi
Pengarah an pelaksanaan	Banyak siswa yang belum tahu tentang manfaat kegunaan hipnoterapi. Banyak siswa yang antusias ingin ikut walau sesuai hasil observasi maka yang dipilih adalah subyek dengan nilai prestasi rendah atau sedang.	Antusias siswa terjadi karena adanya siswa yang melihat tayangan hipnotis di TV jadi mereka berharap bisa belajar.
Pelaksanaan hipnoterapi	Pelaksanaan ini melibatkan piphak yang berkompeten dibidangn ya. Pelaksanaan berjalan tentang	Hal ini terjadi karena terdapat beberapa tipe orang yang sulit dihipnotis , mudah dan moderat.

	<p>dan lancar dari 25 siswa banyak yang berhasil melewati uji sugestibel namun ketika pemberian sugesti ada dari beberapa anak yang tidak berhasil masuk dalam trance. Adanya beberapa anak juga yang bisa masuk ke kondisi trance.</p>	
<p>Setelah pelaksanaan hipnoterapi yang pertama</p>	<p>Kendala banyaknya subyek membuat pelaksanaan hipnoterapi ini sedikit berhenti karena setelah pelaksanaan hipnoterapi ini pengamatan subyek yang</p>	<p>Setelah pelaksanaan hipnoterapi yang pertama, peneliti berkonsultasi dengan beberapa pihak. Maka peneliti sedikit memiliki gambaran tentang persiapan</p>

	<p>terlalu banyak, membuat peneliti sangat sulit menentukan tingkat keberhasilan dari manfaat hipnoterapi. Dan sugesti yang diberikan apakah berhasil atau tidak sama sekali. Walaupun peneliti sudah melakukan beberapa dokumentasi, namun untuk mengetahui hasilnya haruslah diketahui setelah pelaksanaan manfaat hipnoterapi.</p>	<p>hipnoterapi yang kedua yaitu dengan menentukan tipe subyek yang sugestibel. Dan memperkecil jumlah subyek yang berjumlah 6 anak.</p>
--	---	---

Kemudian peneliti mengadakan hipnoterapi yang kedua pada tanggal dan lebih konstan melakukan dengan subyek yang sama,

Tabel 5.2
Data saat dilapangan hipnoterapi
II

Fokus	Deskripsi	Refleksi
Pelaksanaan hipnoterapi	<p>“baik hari ini kita akan melakukan kegiatan seperti yang minggu lalu kita lakukan, baik sebelum mulai saya harapkan anak-anak tidak tergesa-gesa untuk pulang ya” “Tolong duduk yang rileks dekatkan kursi dan meja kalian, tarik nafas kalian” <u>Uji Sugestibel</u> Sekarang coba kalian satukan tangan kalian dengan rapat, dan coba rasakan energi yang mengalir pada tangan kalian. Rasakan kehangatannya semakin hangat, dan sekarang bayangkan saya memberi sebuah lem yang sangat</p>	<p>Ada beberapa siswa yang tidak masuk dalam kondisi trance, hal ini bisa dilihat ketika tangan mereka disentuh masih memiliki kekuatan.</p>

	<p>kuat di jari-jari kalian. Lem ini sangat kuat, semakin kamu ingin membukanya semakin kuat, semakin lengket. Semakin kamu berusaha membukanya semakin lengket. Dalam hitungan kelima tolong pejamkan mata kalian, dan atgur nafas kalian. Sekarang bayangkan juga mata kalian juga diberi banyak lem, semakin kalian ingin membukanya semakin lengket, dan kuat. Ingat semakin kalian ingin membuka mata kalian semakin lengket.” Kemudian peneliti berusaha menepuk pundak subyek dan menyuruh untuk tidur.</p>	
--	--	--

	Jika mereka melakukannya maka peneliti menguji tangan mereka apakah benar-benar sudah tidak ada tenaga. Jika iya, maka mereka mulai masuk kondisi trance. Kemudian peneliti baru memasukkan sugestinya.	
Pemberian sugesti	“Bayangkan sekarang kalian masuk di sebuah ruangan yang sangat sejuk, tenang disana terdapat banyak buku. Dan ketika kamu masuk ruangan itu semangat untuk belajarmu, semakin bertambah dan meningkat. Keinginanmu untuk membaca juga semakin bertambah. Sekarang coba ambil buku yang	Tidak semua siswa melakukan apa yang diperintahkan saat hipnoterapi.

	ada di rak dan coba bacalah” sekarang kembalikan buku itu. Dan ingatlah jika nanti saya menghitung mundur dari 10 sampai 1 bukalah mata kalian. Dan kalian memiliki minat yang lebih banyak dari sebelumnya, 10, 9....1 buka mata kalian”.	
Setelah pelaksanaan hipnoterapi yang pertama	Setelah itu peneliti bertanya pada anak-anak apa yang mereka rasakan” ada yang menjawab bersemangat, semangat untuk belajar.	Mungkin ada dari beberapa siswa yang memang berhasil dan melakukan sugesti yang diberikan namun ada yang hanya ikut meneruskan jawaban dan menirukan jawaban dari teman.

Hingga beberapa kali pelaksanaan hipnoterapi lanjutan guna mengetahui keberhasilan dan tingkatan minat belajar sebelum dan sesudah hipnoterapi. Kedekatan dengan siswa yang terlibat dalam pelaksanaan hipnoterapi semakin mempermudah dan memperkuat

pelaksanaan hipnoterapi. Di dalam pelaksanaan hipnoterapi yang ketiga dilaksanakan seminggu setelah satu minggu pelaksanaan hipnoterapi yang kedua. Hal ini dilakukan guna untuk mengetahui tingkat keberhasilan dan juga untuk memperkuat masuknya sugesti. Sebab masuknya sugesti semakin berhasil jika dilakukan secara berulang-ulang.

Dalam hipnoterapi yang keempat peneliti semakin terlihat arah yang jelas tentang hasil penelitian yaitu dengan melakukan observasi, wawancara dan membandingkan dengan hasil belajar siswa. Apakah benar-benar sudah sesuai atau belum. Jadi untuk gambaran pelaksanaan hipnoterapi ketiga dan keempat tidak jauh berbeda, yang membedakan adalah respon mereka terhadap minat belajar dalam kegiatan dikelas.

3. Data setelah selesai di lapangan

Setelah pelaksanaan hipnoterapi yang dilakukan selama empat kali, peneliti berusaha melakukan pengamatan dan melakukan perbandingan dengan teori serta referensi yang ada.

Sedangkan dari hasil nilai harian yang terlihat saat P kelas V dan kelas VI perbandingannya adalah sebagai berikut:

Tabel 5.3
Hasil Belajar P

Kategori	Kelas V Semester I	Kelas V Semester II	Kelas VI Sebelum Hipnoterapi	Kelas VI Sesudah Hipnoterapi

Peringkat Nilai	11 dari 50 siswa	28 dari 50 siswa		
Nilai ulangan harian			IPA: 80 Bhs Inggris: 50	IPA: 90 Bhs Inggris: 80

Sedangkan untuk hasil dari penilaian saat kelas V, kelas VI sebelum hipnoterapi dan saat kelas VI sesudah hipnoterapi adalah sebagai berikut:

Tabel 5.4
Hasil Belajar S

Kategori	Kelas V Semester I	Kelas V Semester II	Kelas VI Sebelum Hipnoterapi	Kelas VI Sesudah Hipnoterapi
Peringkat Nilai	24 dari 50 siswa	34 dari 50 siswa		
Nilai ulangan harian			IPA: 70 Bhs Inggris: 63	IPA: 70 Bhs Inggris: 70

Sedangkan untuk hasil perbandingan nilai yang diperoleh saat kelas V dan Kelas VI sebelum hipnoterapi dan sesudahnya adalah sebagai berikut:

Tabel 5.5
Hasil Belajar M

Kategori	Kelas V Semester I	Kelas V Semester II	Kelas VI Semester Hipnoterapi	Kelas VI Semester Hipnoterapi
Peringkat Nilaian	44 dari 50 siswa	38 dari 50 siswa		
Nilai ulangan harian			IPA: 70 Bhs Inggris: 80	IPA: 70 Bhs Inggris: 90

Pembahasan

Dengan serangkaian penelitian yang telah dilakukan maka akan dibahas tentang hasil yang telah diperoleh dari manfaat hipnoterapi dalam meningkatkan minat belajar siswa. Skinner (1977) mengemukakan bahwa minat selalu berhubungan dengan obyek yang menarik individu, dan obyek yang menarik adalah yang dirasakan menyenangkan. Apabila seseorang mempunyai minat terhadap suatu obyek maka minat tersebut akan mendorong seseorang untuk berhubungan lebih dekat dengan obyek tersebut, yaitu dengan melakukan aktivitas lebih aktif dan positif demi mencapai sesuatu yang diminatinya.

Maka dengan proses pelaksanaan hipnoterapi ini nantinya dapat memanfaatkan pikiran bawah sadar untuk menanamkan sugesti tentang konsep positif yang bisa dilakukan oleh obyek. Sebab jika kita ingat pikiran bawah sadar 88% mempengaruhi perilaku dan sifat

manusia. Maka subyek melakukan hipnoterapi beberapa kali agar sugesti dapat benar-benar digunakan sebagai sarana untuk mengarahkan kemampuannya. Selain itu untuk menjangkau pikiran bawah sadar salah satunya adalah dengan repetasi.

Maka ketika subyek melakukan aktivitas pikiran sadar maka sudah tertanam dalam pikiran bawah sadar untuk mengetahui cara membuat tujuan tercapai, serta solusi tentang kendala dari minat belajar yang harus mereka hadapi. Yang perlu diketahui hipnoterapi tidak dapat mengubah perilaku seseorang namun dapat membantu melakukan pemrograman ulang pikiran bawah sadar untuk bisa lebih fokus, lebih antusias, dan kondusif dalam melakukan perubahan.

Dapat kita amati tentang pelaksanaan hipnoterapi ini saat uji sugestibel subyek mudah masuk ke dalam perintah hypnotist. Namun saat pemberian sugesti tidak semua subyek berhasil melakukannya. Dan terpengaruh dan percaya apa yang dikatakan hypnotist, walaupun itu hal yang positif. Sebab setiap sugesti yang telah diberikan saat pelaksanaan hipnoterapi jika tidak ditanggapi maka ide sebelumnya yang telah tertanam dalam alam bawah sadar tidak dapat diganti ide/pemikiran yang baru walaupun bersifat positif.

Dari keenam subyek telah dibuktikan bahwa walaupun seseorang mungkin telah berhasil melakukan uji sugestibel maka tidak selalu berhasil dalam melakukan sugesti dalam meningkatkan minat belajar mereka. Sebab hipnoterapi juga memerlukan suasana yang mendukung.

Jadi hipnoterapi merupakan salah satu cara dan sarana untuk membantu meningkatkan minat serta mengembangkan kemampuan subyek

dalam kegiatan belajar. Sebab cara yang digunakan untuk meningkatkan belajar sangatlah banyak.

6. Simpulan

Minat merupakan salah satu aspek afektif, khususnya dalam kehidupan belajar. Apabila seseorang berminat terhadap suatu obyek maka akan mendorong seseorang untuk berhubungan lebih dekat dengan obyek. Dengan minat pula akan menjadi motivasi dalam melakukan sesuatu. Ada banyak cara untuk menumbuhkan minat antara lain membangkitkan suatu kebutuhan, menghubungkan dengan pengalaman lampau, dan memberi kesempatan mendapat hasil yang baik. Banyak faktor yang mendukung kuatnya minat terhadap suatu obyek yaitu faktor dalam diri individu, motivasi sosial, dan emosional.

Sedangkan belajar sendiri merupakan akibat dari pengalaman, latihan dan proses internal. Pelaksanaan hipnoterapi dalam proses belajar ini bertujuan untuk meningkatkan minat. Hal ini dilakukan mengingat bahwa hipnoterapi adalah suatu cara yang mudah, cepat, efektif dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar. Sebab ketika seseorang di pikiran bawah sadar mereka cenderung mudah memberikan sugesti, sehingga dapat menerima saran-saran yang dapat merubah menjadi nilai baru.

Jadi yang dilakukan dalam hipnoterapi ini adalah pemrograman ulang pikiran bawah sadar seseorang untuk bisa lebih fokus, antusias dan kondusif dalam melakukan perubahan. Hasil dari penelitian ini disimpulkan bahwa manfaat hipnoterapi juga berguna membantu dalam meningkatkan minat belajar siswa.

Dan terdapat tipe tiga kelompok antara lain kelompok yang mudah hipnosis 10%, kelompok yang moderat 85% dan yang 5% adalah kelompok orang yang sulit di hipnosis. Keberhasilan pemberian sugesti ditunjukkan dengan kemampuan mengatasi kondisi, perubahan cara belajar siswa baik dengan aktivitas ketika belajar atau kepercayaan diri untuk meningkatkan kemampuan belajar. Sesuai dengan penanaman sugesti yang telah diberikan.

Keberhasilan hipnoterapi lebih didukung akan kepercayaan subyek terhadap hipnoterapi. Hypnotist hanyalah sarana membantu mengarahkan pikiran bawah sadar tentang minat belajar siswa kelas VI. Sebab mereka akan menempuh dan memulai tingkatan belajar yang lebih tinggi.

Hipnoterapi tidak hanya berhubungan dengan dunia kesehatan melainkan juga dapat dimanfaatkan dalam dunia pendidikan;. Jadi hipnoterapi dapat dijadikan salah satu cara untuk meningkatkan minat belajar siswa.

7. Saran

Pemanfaatan hipnoterapi dapat dimanfaatkan dalam bidang kesehatan / penyembuhan penyakit, fobia tapi juga dapat digunakan dalam dunia pendidikan. Khususnya minat belajar pada siswa, sebab banyak sekali kendala dan permasalahan yang disebabkan dari faktor intern dan ekstern yang menyebabkan minat belajar siswa menurun.

Keberhasilan yang terjadi dari pelaksanaan hipnoterapi dalam bidang pendidikan tidak hanya berpatokan dalam nilai akademik saja. Nilai akademik adalah salah satu nilai penguatan perubahan minat belajar

anak. Yang paling utama adalah perubahan kesadaran untuk lebih percaya diri, mandiri serta bertanggung jawab akan tugas sebagai seorang pelajar.

Dengan ini diharapkan para pengajar, atau peneliti lainnya bisa lebih menggali lebih dalam tentang berbagai manfaat hipnoterapi dalam dunia pendidikan. Serta mengungkapkan penemuan-penemuannya yang bisa bermanfaat bagi kelancaran proses pendidikan nasional.

8. Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Maleong, Lexy J. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja.
- Bungan, Burhan. 2008. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Edisi 1 Cetakan 6. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Gunawan, Adi W. 2007. *Hypnotherapy*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, Adi W. 2007. *Hypnosis*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Caprio, Frank S. 2007. *Hipnotis*. Jakarta : Diadit Media.
- Suryabrata, Sumadi, 1995. *Psikologi Pendidikan*. Edisi 1 Cetakan 4. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Syah, Muhibbin. 2005. *Psikologi Belajar*. Edisi Revisi. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Tim Penyusun. 2009. *Pedoman Penyusunan Skripsi*. Sidoarjo: Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Press.
- Dahar, Ratna Wilis. 1989. *Teori-Teori Belajar*. Jakarta: Erlangga.
- Poerwandari, E. Kristi. 2009. *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Edisi 3 Cetakan 3. Depok : LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Cetakan Ketujuh. Bandung : CV. Alfa Beta.