

**PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP MOTIVASI BELAJAR
SISWA KELAS XI PERAWAT DI SMK BHAKTI KENCANA
BANDUNG TAHUN 2018**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mecapai
Gelar Sarjana Keperawatan

Bambang Eka Sukma

AK.1.14.006



PROGRAM STUDI NERS

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI KENCANA
BANDUNG
2018**

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Ini Telah Dipertahankan Dan Telah Diperbaiki Sesuai
Dengan Masukan
Dewan Penguji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Kencana Bandung
Pada Tanggal 28 Agustus 2018

Mengesahkan
Program Studi S1 Keperawatan
STIKes Bhakti Kencana Bandung

Penguji I



Lia Nurlanawati S.Kep.,Ners.,M.Kep

Penguji II



Novita T.S.,S.Kep.,Ners

STIKes Bhakti Kencana Bandung

Ketua

R. Siti Jundiah, S.Kp.,M.Kep

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : PENGARUH HYPNOTHERAPI TERHADAP MOTIVASI
BELAJAR SISWA KELAS XI PERAWAT DI SMK BHAKTI
KENCANA BANDUNG TAHUN 2018

NAMA : BAMBANG EKA SUKMA

NPM : AK.1.14.006

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Sidang Skripsi
Pada Program Studi S1 Keperawatan
STIKes Bhakti Kencana Bandung

Menyetujui :

Pembimbing I



(Efri W. S.Kep.,Ners.,M.Kep.,SP.KepJ)

Pembimbing II



(Yyun Sarinengsih.S.Kep.,Ners.,M.Kep)

Ketua

Program Studi S1 Keperawatan,



(Yyun Sarinengsih, S.Kep.,Ners.,M.Kep)

PERNYATAAN PENULIS

Dengan Ini Saya

Nama : Bambang Eka Sukma
NPM : AK.1.14.006
Program Studi : NERS
Judul Skripsi : PENGARUH HYPNOTHERAPI TERHADAP MOTIVASI
BELAJAR SISWA KELAS XI PERAWAT DI SMK BHAKTI
KENCANA BANDUNG TAHUN 2018

Menyatakan

1. Tugas akhir saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Amd.Keb, Amd.Kep atau S.Kep), baik dari STIKes Bhakti Kencana Bandung maupun di perguruan tinggi lain.
2. Tugas akhir saya ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan tim pembimbing.
3. Dalam penelitian ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai auan dalam naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di STIKes Bhakti Kencana Bandung.

Bandung, 28 Agustus 2018

Yang Membuat Pernyataan


(Bambang Eka Sukma)

ABSTRAK

Motivasi belajar adalah kekuatan atau dorongan dalam melaksanakan kegiatan untuk mencapai tujuan dari dalam diri maupun dari luar diri. Dampak jika motivasi belajar rendah akan mengakibatkan minat belajar rendah, stres dan nilai dalam pelajaran menurun. Hipnoterapi merupakan salah satu metode yang terbukti dan sangat efektif untuk mengatasi motivasi belajar siswa yang rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa di SMK Bhakti Kencana Bandung Tahun 2018.

Metode yang digunakan adalah *Pre-Eksperiment* dengan populasi 120 responden didapatkan sampel yang digunakan dengan teknik *purposive sampling* didapatkan sebanyak 50 responden.

Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner motivasi belajar. Didapatkan data hasil dari sebelum dilakukan hipnoterapi motivasi belajar didapatkan hasil 100% motivasi belajarnya rendah. Sedangkan sesudah dilakukan hipnoterapi motivasi belajar siswa didapatkan hasil signifikan yaitu 100% tinggi.

Terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah dilakukan hipnoterapi dengan *p-value* 0,000.

Dapat dijadikan bahan acuan untuk memotivasi belajar siswa serta mampu menjadi sebuah alternatif yang dapat dilakukan melalui hipnomotivasi khususnya untuk siswa yang bermasalah dalam hal motivasi belajar, dengan membuat program lanjutan atau terjadwal oleh pihak SMK Bhakti Kencana Bandung.

Kata Kunci : Hipnoterapi, Motivasi Belajar, Siswa SMK

Daftar Pustaka : 24 Buku (2007-2014)

: 2 E-Buku (2007-2010)

: 8 Jurnal (2007-2014)

ABSTRACT

Learning motivation is strength or encouragement in carrying out activities to achieve goals from within and from outside. The impact of low learning motivation will result in low interest in learning, stress and decreased learning values. Hypnotherapy is a proven and very effective method for dealing with low student learning. The purpose of this study was to identify the effect of hypnotherapy on student learning motivation in SMK Bhakti Kencana Bandung 2018.

The method used is pre-experiment with a population of 120 respondents obtained samples used with purposive sampling technique obtained 50 respondents.

The questionnaire used was a learning motivation questionnaire. The result of the data obtained from before hypnotherapy was given learning motivation was obtained with the result of 100% low learning motivation. Whereas, given hypnotherapy student learning motivation is found to have significant results that is 100% high.

There is a hypnotherapy effect on students' motivation before and after hypnotherapy is done with p-value 0,000.

Can be used as a reference material to motivate student learning and be able to become an alternative that can be done through hypnomotivation, especially for students who are motivated in terms of motivation to learn, by making an advance program or scheduled by the SMK Bhakti Kencana Bandung.

Keywords : Hypnotherapy, Learning Motivation, SMK Students

Bibliography : 24 Books (2007-2014)

: 2 E-Books (2007-2014)

: 8 Journal (2007-2014)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirobil'alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Karena atas berkat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“PENGARUH HYPNOTHERAPI TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS XI PERAWAT DI SMK BHAKTI KENCANA BANDUNG TAHUN 2018”**, Shalawat serta salam semoga senantiasa dilimpah curahkan kepada junjungan kita Rasullulah Muhammad SAW, beserta keluarganya, dan seluruh umat yang memeluk ajaranya. Dalam penyusunan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. H. Mulyana, SH.,M.Pd.,MH.,Kes. selaku Ketua Yayasan Adhi Guna Kencana.
2. R. Siti Jundiah, S.Kp.,M.Kep. selaku Ketua STIKes Bhakti Kencana Bandung
3. Yuyun Sarinengsih, S.Kep.,Ners.,M.kep. selaku Ketua Program Studi Ners dan selaku pembimbing II yang selalu sabar untuk meluangkan waktunya, membimbing, memberikan masukan dan dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Efri W. S.Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.KepJ selaku pembimbing I yang selalu sabar untuk meluangkan waktunya, membimbing, memberikan masukan dan dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.

5. Imam Abidin, S.Kep.,Ners selaku pembina peneliti yang selalu mengingatkan, memberikan saran dan mendo'akan peneliti.
6. Seluruh Staff Dosen Program Studi Ners STIKes Bhakti Kencana Bandung, yang telah memberi bimbingan dan arahan dalam proses belajar di kuliah ataupun dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Kepala Sekolah dan Staff SMK Bhakti Kencana Bandung yang telah memberikan ijin penelitian dan seluruh siswa yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian.
8. Kedua Orang Tuaku Joni Kurniawan dan Sulastri tersayang yang tiada henti-hentinya selalu mendoakan, memberi dukungan baik moril maupun materil dengan penuh cinta, kasih sayang dan keikhlasan. Terima kasih atas Do'a dan kesabaran selama penulis melanjutkan pendidikan di STIKes Bhakti Kencana Bandung. Skripsi ini saya persembahkan untuk ayah ibu tercinta sebagai tanda ucapan terima kasih, semoga Allah SWT selalu senang tiasa melindungi.
9. Rekan-rekan seperjuangan angkatan 2014 dan Sahabat-sahabatku yaitu Barjen Family, Borneo Squad, Insan Muda, Badan Perwakilan Mahasiswa (BPM), Majelis Ilmu Hypnotherapy (MIH) dan Tim Kesehatan (TIMKES) yang telah memberikan Do'a dan semangatnya.
10. Kepada pendamping peneliti yang selalu menemani, mendoakan dan memberikan semangat.
11. Tak lupa kepada semua pihak yang telah membantu terlaksananya skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Tak ada gading yang tak retak, tak aada yang sempurna di dunia ini. Hanya Dia yang maha sempurna. Begitu pula dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan masukan baik kritik maupun saran yang sifatnya membangun. Penulispun berharap semoga skripsi ini membawa manfaat bagi penulis khususnya dan para pembaca umumnya amin.

Akhir kata semoga Allah SWT senantiasa membalas semua budi baik yang telah diberikan kepada penulis.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandung, Agustus,2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	11
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Remaja.....	13
2.2 Konsep Motivasi	18
2.3 Komplementer Hipnoterapi	22
2.4 Konsep Hipnoterapi	23
2.5 Hubungan Hipnoterapi Dengan Motivasi	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Rancangan Penelitian	37
3.2 Paradigma Penelitian	38
3.3 Hipotesa Penelitian	40
3.4 Variabel Penelitian	40
3.5 Definisi Konseptual dan Operasional Penelitian	41
3.6 Populasi dan Sampel Penelitian.....	44
3.7 Pengumpulan Data	45
3.8 Langkah – Langkah Penelitian.....	52
3.9 Pengolahan Data dan Analisa Data.....	53
3.10 Etika Penelitian.....	58
3.11 Lokasi dan Waktu Penelitian	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	61
4.2 Pembahasan	65
4.3 Keterbatasan Penelitian	74

BAB IV

5.1 Kesimpulan 75

5.2 Saran 76

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Konsep	34
Bagan 3.1 Rancangan Penelitian	38
Bagan 3.2 Kerangka penelitian	40

DAFTAR TABEL

Tabel 2.2 Analisis Jurnal Pendukung Subtema dan Judul	35
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian	43
Tabel 1 skor jawaban item	45
Tabel 4.1 Motivasi Belajar Sebelum Hypnotherapi	62
Tabel 4.2 Motivasi Belajar Sesudah Hypnotherapi.....	63
Tabel 4.3 Pengaruh Sebelum dan Sesudah Hypnotherapi.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 lembar infont concent
- Lampiran 2 lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 3 kuesioner
- Lampiran 4 hasil uji validitas
- Lampiran 5 hasil test pretest dan posttest
- Lampiran 7 surat perijinan setudi pendahuluan
- Lampiran 8 surat perijinan penelitian
- Lampiran 9 berita acara uji coba SOP Hypnotherapi
- Lampiran 10 sertifikat CH.,CHt
- Lampiran 10 foto-foto kegiatan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja disebut sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2007). Masa remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011). Masa remaja disebut juga sebagai masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap, dan perubahan fisik (Pratiwi, 2012). Remaja pada tahap tersebut mengalami perubahan banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock, 2011).

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa masa remaja di sebut sebagai masa transisi perkembangan atau perubahan dari masa kanak-kanak, remaja dan dewasa diantaranya yaitu melibatkan perubahan dari segi biologis, kognitif, perilaku, emosi, tubuh, perubahan fisik, sosial dan minat.

Melihat dari perkembangan akhir-akhir ini masalah yang sering terjadi pada remaja awal (12-15 tahun), remaja pertengahan, (14-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun) yang paling sering

adalah masalah pribadi, yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, kecanduan media sosial, kecanduan pornografi, pergaulan yang tidak kenal batas, pacaran sampai seks bebas, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai (KEMENKES, 2013).

Masalah yang sangat khas untuk remaja akhir (18-21 tahun) adalah terjadi proses peralihan dari masa remaja ke dewasa yang timbul seperti masalah pencapaian kemandirian, kesalahpahaman atau penilaian berdasarkan pemahaman yang keliru, adanya hak-hak yang lebih besar dan masalah terbesarnya ialah dimana mereka masih bingung tentang gambaran dirinya dan masih bingung bagaimana cara untuk memulai beradaptasi dengan masa depan yang akan dilewatinya tersebut (Hurlock, 2011).

Menurut Nurmi (dalam Steinberg, 2009) Orientasi masa depan merupakan gambaran yang dimiliki individu tentang dirinya dalam konteks masa depan. Gambaran ini memungkinkan individu untuk menentukan tujuan-tujuannya, dan mengevaluasi sejauh mana tujuan-tujuan tersebut dapat direalisasikan. Orientasi masa depan merupakan fenomena yang luas yang berhubungan dengan bagaimana seseorang berpikir dan bertindak laku menuju masa depan yang dapat digambarkan dalam proses pembentukan orientasi masa depan, secara umum dibagi menjadi tiga tahap yaitu tahap motivasi, tahap perencanaan dan tahap evaluasi Nurmi (dalam Steinberg, 2009).

Motivasi dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan dalam diri seseorang yang mendorong, mengaktifkan atau menggerakkan dan yang mengarahkan perilaku kearah tujuan. Motivasi dapat diartikan sebagai dorongan internal dan eksternal dalam diri seseorang yang diindikasikan dengan adanya hasrat dan minat untuk melakukan kegiatan, harapan dan cita-cita, penghargaan, dan penghormatan atas diri, lingkungan yang baik, serta kegiatan yang menarik (Nursalam, 2008, Pujadi, 2007).

Menurut Suhardi (2013) motivasi terbagi menjadi 2 (dua) jenis yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi yang datangnya dari dalam diri seseorang. Motivasi ini terkadang muncul tanpa pengaruh apa pun dari luar. Biasanya orang yang termotivasi secara intrinsik lebih mudah terdorong untuk mengambil tindakan. Bahkan, mereka bisa memotivasi dirinya sendiri tanpa perlu dimotivasi orang lain. Semua ini terjadi karena ada prinsip tertentu yang mempengaruhi mereka. Motivasi ekstrinsik adalah kebalikannya motivasi intrinsik, yaitu motivasi yang muncul karena pengaruh lingkungan luar. Motivasi ini menggunakan pemicu untuk membuat seseorang termotivasi. Pemicu ini bisa berupa uang, bonus, insentif, penghargaan, hadiah, gaji besar, jabatan, pujian dan sebagainya. Motivasi ekstrinsik memiliki kekuatan untuk mengubah kemauan seseorang. Seseorang bisa berubah pikiran dari yang tidak mau menjadi mau berbuat sesuatu karena motivasi ini (Suhardi, 2013).

Menurut Sardiman (2007) dan Djamarah (2008) mengemukakan bahwa motivasi dibagi dua yaitu: motivasi kerja dan motivasi belajar, sesuai dengan penelitian dan data yang dihasilkan adalah motivasi belajar yang dimaksud dengan motivasi belajar adalah motivasi yang berasal dari dalam diri pribadi seseorang disebut “motivasi intrinsik”, yaitu motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar. Hal ini dikarenakan di dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sedangkan motivasi yang berasal dari luar diri seseorang disebut “motivasi ekstrinsik”, yaitu motif-motif yang aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar.

Menurut Yusuf (2009) terdapat dua faktor yang mempengaruhi motivasi belajar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Dimana untuk faktor internal sendiri dibagi menjadi 2 yaitu faktor fisiologis dan faktor psikologis untuk faktor fisiologis yaitu meliputi segala hal yang berhubungan dengan keadaan fisik atau jasmani individu seseorang, dan pada umumnya sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar seseorang. Faktor tersebut meliputi kondisi fisik yang normal dan kondisi kesehatan fisik. Sedangkan faktor psikologis yaitu yang disebabkan oleh kondisi kejiwaan individu yang meliputi minat, motivasi, intelegensi, bakat, konsentrasi belajar, kelelahan, kejenuhan dalam belajar, kematangan dan kesepian (Arden N. Frandsen dalam Farozin, 2011).

Untuk faktor eksternal sendiri dibagi menjadi 3 yaitu faktor lingkungan keluarga, faktor lingkungan masyarakat dan faktor lingkungan sekolah. Motivasi belajar pada siswa ditandai oleh adanya kesenjangan yang signifikan antara taraf intelegensi anak dengan kemampuan akademik yang seharusnya sudah dapat dicapai oleh anak seusianya. Hal ini merupakan masalah baik di sekolah maupun di rumah, motivasi belajar yang tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan berbagai bentuk gangguan emosional seperti seseorang yang dalam kondisi tidak tenang, gaduh gelisah, marah, malas misalnya pada psikosis akut sehingga tidak dapat dilakukan kontra psikis dengan subjek (Sunarto, 2008).

Cara mengatasi motivasi belajar pada remaja agar kembali meningkat Pupuh Fathurohman dan M.Sobry Suintikno (2010) menyatakan ada beberapa strategi untuk menumbuhkan motivasi belajar peserta didik, yaitu: menjelaskan tujuan belajar ke peserta didik, memberikan hadiah (reward), memunculkan saingan atau kompetensi, memberikan pujian, memberikan hukuman, membangkitkan dorongan kepada peserta didik untuk belajar, membentuk kebiasaan belajar yang baik, Membantu kesulitan belajar peserta didik, baik secara individual maupun komunal (kelompok), Menggunakan metode yang bervariasi, menggunakan media yang baik serta harus sesuai dengan tujuan pembelajaran.

Menurut UU keperawatan RI No 38 tahun 2014 pasal 30 bahwa ada salah satu terobosan baru sebuah aplikasi pembelajaran tentang terapi komplementer atau non-konvensional yang dapat digunakan sebagai pengembangan dalam keperawatan non-farmakologi diantaranya adalah *hypnosleep*, *hypnotheaching*, NLP (Neurologi Linguistic Programming), terapi muzik mozart, meditasi dan hipnoterapi (IBH (2002), IHA dan NLP societ)

Keunggulan hipnoterapi dibandingkan dengan cara lain adalah dapat menangani beberapa gangguan-gangguan sebagai berikut yaitu gangguan yang mempengaruhi kondisi fisik, sistem kardiovaskuler, pernafasan, sistem saraf pusat seperti nyeri kepala, insomnia, kecemasan, fobia, depresi, meningkatkan motivasi bekerja, motivasi belajar dan kasus-kasus pada bidang lain seperti anestesi, nyeri persalinan, ekstraksi gigi, mengatasi obstipasi atau retensi urin pasca bedah dan hipnoterapi dapat dilakukan kepada siapa saja dari mulai usia 1 bulan contohnya dengan menyanyikan sebuah lagu yang dapat menenangkan tangisannya sampai usia lanjut dengan artian masih dapat mendengar, berkomunikasi dan bergerak (Novrizal, 2010 dan IBH, 2000).

Kontraindikasi atau kekurangan hipnoterapi adalah tidak dapat digunakan pada seseorang dalam kondisi tidak tenang, pada bayi yang baru lahir, gaduh, gelisah, dan pada orang lanjut usia yang kurang pendengarannya. Seseorang dalam keadaan yang tidak mengerti

apa yang akan dilakukan seperti pada orang yang imbesil atau demensia dan pada pasien yang paranoid (IBH, 2002, Novrizal, 2010).

Hipnoterapi adalah sebuah aplikasi hipnotis yang menggunakan gelombang otak yang biasanya untuk kepentingan terapi berbagai macam keluhan yang berkaitan dengan fisiologis dan psikologis, seperti ketakutan, stress, meredakan nyeri, atau insomnia, bisa disembuhkan dengan metode ini. Termasuk semangat belajar juga bisa ditingkatkan dengan hipnotis. Jadi hipnoterapi bisa untuk memperbaiki kebiasaan buruk. Minat belajar yang menurun, kebiasaan buruk dan juga bisa memperkuat memori (Wijaya, 2009)

Dengan metode hipnoterapi, peran diri siswa dapat terbantu, sehingga memudahkan proses minat belajarnya. Membaca jauh lebih cepat, saat menghafal jauh lebih mudah, karena semua akses pikiran dan otak diset kesana. Hipnoterapi bisa membangkitkan semangat siswa, dan dapat mensugestikan berbagai sugesti positif yang bertujuan meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, perasaan diri mampu dan berharga, dan citra diri positif pada siswa (Wijaya, (2009), Novrizal (2010), dalam modul IBH, (2002)).

Hasil penelitian yang mendukung dan menunjukkan adanya pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa antara lain di kutip dari beberapa jurnal yang telah diteliti diantaranya adalah oleh

Afriani, (2015) dengan hasil (p value) dari uji analisis dependent samples test diperoleh nilai Sig 0,000 dimana H_0 ditolak dan mendapatkan hasil dimana adanya perbedaan, dimana siswa yang diberikan hipnoterapi dan hanya di kontrol atau tidak diberikan hipnoterapi.

Hasil penelitian oleh Suzanna, Trilia & Sukron (2014) dengan hasil (p-value) adanya pengaruh yang signifikan antara motivasi masiswa sebelum dan sesudah. Selisih skor rata-rata adalah 15,8 dengan nilai P value 0,000. “Manfaat Hipnoterapi Terhadap Minat Belajar Bagi Siswa Kelas VI SD di Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo 2013”, oleh Lilis Nihayah, M.Si & Retnani dengan hasil (p-value) bahwa manfaat hipnoterapi sangat berguna dan membantu dalam meningkatkan minat belajar siswa. (hasil dari jurnal penelitian yang telah diselesaikan).

Factor-faktor yang mempengaruhi menurunnya motivasi belajar siswa berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan cara wawancara kepada pihak sekolah dan kepada siswa (120). Didapatkan data hasil dari wawancara dengan pihak sekolah mengatakan bahwa untuk motivasi siswa sulit untuk diprediksi karena sifat dan perilaku siswa berbeda-beda, sedangkan untuk nilai rata-rata didapatkan hasil data dari pihak sekolah untuk ajaran tahun 2016/2017 mencapai 80-85 sedangkan untuk tahun sekarang nilai rata-rata mencapai 75-80.

Untuk nilai kehadiran didapatkan data tahun ajaran 2016/2017 mencapai 95% sedangkan untuk tahun sekarang mencapai 90%. Untuk data absensi sendiri didapatkan data pada tahun ajaran 2016/2017 yaitu mencapai 5% sedangkan untuk tahun sekarang mencapai 10%.

Dari pihak sekolah bahwa ada kasus yang sering terjadi saat kenaikan kelas diantaranya yang 5-10% kebanyakan siswa pindah sekolah. Hasil dari wawancara dengan 120 siswa di dapatkan 80 siswa mengatakan bahwa sedang mengalami kurang minat belajar, diantaranya 29 siswa mengatakan bahwa lebih suka bermain dengan teman-temannya saat pulang sekolah, dikelas suka mengobrol, bosan dengan pelajaran dan penyampaian dari guru tertentu, suka mengerjakan tugas sekolah dengan menyontek temanya, dan ketika mau UKK mengeluh sangat tidak bersemangat.

Sedangkan 27 siswa yang paling sering dialami siswa adalah kurangnya minat belajar itu dari diri sendiri, lebih suka bermain game, kurang istirahat, paling suka bermain handphone di bandingkan belajar dan 24 siswa mengatakan suka bolos saat jam belajar, masuk sekolah kesehatan bukan keinginan sendiri, kurangnya perhatian dari keluarga, waktunya belajar dihabiskan dengan menonton tv, broken home, bangun kesiangan dan kurang suka dengan pelajaran tertentu (hasil studi pendahuluan wawancara dengan siswa pada tanggal 10 maret, 27 maret, 20 april, 27 april dan 6 mei).

Maka dari itu penulis sekaligus peneliti sangat tertarik untuk meneliti dan mengkaji secara lebih dalam tentang seberapa besar efektivitas hipnoterapi untuk meningkatkan motivasi belajar pada remaja. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“PENGARUH HIPNOTERAPI TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS XI PERAWAT DI SMK BHAKTI KENCANA BANDUNG TAHUN 2018”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah yang hendak di teliti adalah apakah ada “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Motivasi Belajar Siswa Di SMK Bhakti Kencana Bandung?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk Mengidentifikasi motivasi belajar sebelum diberikan hipnoterapi.
2. Untuk Mengidentifikasi motivasi belajar sesudah diberikan hipnoterapi.
3. Untuk Mengidentifikasi pengaruh motivasi belajar siswa sebelum dan setelah di lakukan intervensi pada siswa kelas XI perawat di SMK Bhakti Kencana Bandung tahun 2018.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi perawat untuk melakukan pelatihan terapi hipnoterapi dalam praktik keperawatan di rumah sakit maupun praktek klinik. Khususnya pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa di SMK Bhakti Kencana Bandung Tahun 2018.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Tempat Penelitian

Memberikan informasi bagi pihak guru dan staf di sekolah. terutama tentang mengenai teknik untuk meningkatkan motivasi siswa, sehingga sebagai bahan acuan untuk melakukan hipnoterapi terhadap tingkat motivasi belajar siswa.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi sumber referensi terutama mengenai cara kerja meningkatkan motivasi belajar siswa maupun mahasiswa, dan menjadi bahan bacaan di perpustakaan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan teknik–teknik peneliti untuk peningkatan motivasi belajar.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Remaja

2.1.1 Pengertian Remaja

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011). Masa remaja disebut juga sebagai masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap, dan perubahan fisik (Pratiwi, 2012). Remaja pada tahap tersebut mengalami perubahan banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock, 2011).

Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya daerah setempat. WHO membagi kurun usia dalam 2 bagian, yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun. Batasan usia remaja Indonesia usia 11-24 tahun dan belum menikah (Sarwono, 2011). Menurut KEMENKES (2013), masa remaja dimulai dengan masa remaja awal (12-15 tahun), kemudian dilanjutkan dengan masa remaja tengah (15-17 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun).

2.1.2 Tahapan Remaja

Menurut Sarwono (2011) dan Hurlock (2011) ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu :

1. Remaja awal (*early adolescence*) usia 11-15 tahun

Seorang remaja pada tahap ini masih heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Remaja mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Pada tahap ini remaja awal sulit untuk mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa. Remaja ingin bebas dan mulai berfikir abstrak.

2. Remaja Madya (*middle adolescence*) 15-17 tahun

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman-teman. Remaja merasa senang jika banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “narcistic”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama pada dirinya. Remaja cenderung berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana. Pada fase remaja madya ini mulai timbul keinginan untuk berkencan dengan lawan jenis dan berkhayal tentang aktivitas seksual sehingga remaja mulai mencoba aktivitas-aktivitas seksual yang mereka inginkan.

3. Remaja akhir (*late adolescence*) 18-21 tahun

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa yang ditandai dengan pencapaian 5 hal, yaitu :

1. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
2. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang dan dalam pengalaman-pengalaman yang baru.
3. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
4. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri).
5. Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan publik.

2.1.3 Perkembangan Remaja

1. Perkembangan fisik

Perubahan fisik terjadi dengan cepat pada remaja. Kematangan seksual sering terjadi seiring dengan perkembangan seksual secara primer dan sekunder. Perubahan secara primer berupa perubahan fisik dan hormon penting untuk reproduksi, perubahan sekunder antara laki-laki dan perempuan berbeda (Potter & Perry, 2009).

Pada anak laki-laki tumbuhnya kumis dan jenggot, jakun dan suara membesar. Puncak kematangan seksual anak laki-laki adalah dalam kemampuan ejakulasi, pada masa ini remaja sudah dapat menghasilkan sperma. Ejakulasi ini biasanya terjadi pada saat tidur dan diawali dengan mimpi basah (Sarwono, 2011).

Pada anak perempuan tampak perubahan pada bentuk tubuh seperti tumbuhnya payudara dan panggul yang membesar. Puncak kematangan pada remaja wanita adalah ketika mendapatkan menstruasi pertama (menarche). Menstruasi pertama menunjukkan bahwa remaja perempuan telah memproduksi sel telur yang tidak dibuahi, sehingga akan keluar bersama darah menstruasi melalui vagina atau alat kelamin wanita (Sarwono, 2011).

2. Perkembangan emosi

Perkembangan emosi sangat berhubungan dengan perkembangan hormon, dapat ditandai dengan emosi yang sangat labil. Remaja belum bisa mengendalikan emosi yang dirasakannya dengan sepenuhnya (Sarwono, 2011).

3. Perkembangan kognitif

Remaja mengembangkan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dengan tindakan yang logis. Remaja dapat berfikir abstrak dan menghadapi masalah

yang sulit secara efektif. Jika terlihat dalam masalah, mempertimbangkan beragam penyebab dan solusi yang sangat banyak (Potter & Perry, 2009). Menurut (Ali, 2011) remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (high curiosity). Karena memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin berpetualang, menjelajahi segala sesuatu, dan ingin mencoba semua hal yang belum pernah dialami sebelumnya.

4. Perkembangan psikososial

Perkembangan psikososial ditandai dengan terikatnya remaja pada kelompok sebaya. Pada masa ini, remaja mulai tertarik dengan lawan jenis. Minat sosialnya bertambah dan penampilannya menjadi lebih penting dibandingkan sebelumnya. Perubahan fisik yang terjadi seperti berat badan dan proporsi tubuh dapat menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan seperti, malu dan tidak percaya diri (Potter & Perry, 2009).

2.2 Konsep Motivasi

2.2.1 Pengertian

Motivasi dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan dalam diri seseorang yang mendorong, mengaktifkan atau menggerakkan dan yang mengarahkan perilaku kearah tujuan Pujadi (2007). Menurut Uno dalam Nursalam (2008) motivasi dapat diartikan sebagai dorongan internal dan eksternal dalam diri seseorang yang diindikasikan dengan adanya hasrat dan minat untuk melakukan kegiatan, harapan dan cita-cita, penghargaan, dan penghormatan atas diri, lingkungan yang baik, serta kegiatan yang menarik.

2.2.2 Jenis-Jenis Motivasi

Menurut Suhardi (2013) motivasi terbagi menjadi 2 (dua) jenis yaitu:

a. Motivasi Instrisik

Motivasi instrisik adalah motivasi yang datang dari dalam diri seseorang. Motivasi ini terkadang muncul tanpa pengaruh apa pun dari luar. Biasanya orang yang termotivasi secara intrisik lebih mudah terdorong untuk mengambil tindakan. Bahkan mereka bisa memotivasi dirinya sendiri tanpa perlu dimotivasi orang lain (Suhardi, 2013).

b. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah kebalikanya motivasi instrinsik, yaitu motivasi yang muncul karena pengaruh lingkungan luar. Motivasi ini menggunakan pemicu untuk membuat seseorang termotivasi. Pemicu ini bisa berupa uang, bonus, insentif, penghargaan, hadiah, gaji besar, jabatan, lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan sebagainya. Motivasi ekstrinsik memiliki kekuatan untuk mengubah kemauan seseorang. Seseorang bisa berubah pikiran dari yang tidak mau menjadi mau berbuat sesuatu karena motivasi tersebut (Suhardi, 2013).

Menurut Sardiman (2007) dan Menurut Djamarah (2008) motivasi dibagi menjadi dua yaitu :

a. Motivasi Bekerja

Motivasi kerja adalah motivasi yang terjadi pada situasi dan lingkungan kerja yang terdapat pada suatu organisasi atau lembaga.

b. Motivasi Belajar

Motivasi belajar adalah suatu motivasi dari keinginan dari dalam diri sendiri sering disebut “motivasi intrinsik”, yaitu motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar.

2.2.3 Cara Memotivasi Belajar

Cara mengatasi motivasi belajar pada remaja agar kembali meningkat Pupuh Fathurohman dan M. Sobry Suntikno (2010) menyatakan ada beberapa strategi untuk menumbuhkan motivasi belajar peserta didik, yaitu: Menjelaskan tujuan belajar ke peserta didik, Memberikan hadiah (reward), Memunculkan saingan atau kompetensi, Memberikan pujian, Memberikan hukuman, Membangkitkan dorongan kepada peserta didik untuk belajar, Membentuk kebiasaan belajar yang baik, Membantu kesulitan belajar peserta didik, baik secara individual maupun komunal (kelompok), Menggunakan metode yang bervariasi, Menggunakan media yang baik serta harus sesuai dengan tujuan pembelajaran.

Menurut UU keperawatan RI No 38 tahun 2014 pasal 30 bahwa ada salah satu terobosan baru sebuah aplikasi pembelajaran tentang terapi komplementer atau non - konvensional yang dapat digunakan sebagai pengembangan dalam keperawatan non farmakologi diantaranya adalah hypnosleep, hypnotheaching, NLP (Neurologi Linguistic Programming), therapy muzik mozart, meditasi dan hypnotherapy. (IBH (2002), IHA dan NLP societ).

2.2.4 Fungsi Motivasi

Ada tiga fungsi motivasi menurut (Sardiman AM, 2014) Adapun fungsi dari motivasi tersebut adalah :

- a. Mendorong manusia untuk berbuat, yaitu sehingga sebagai penggerak yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- b. Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
- c. Menyeleksi perbuatan yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan. Dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut. Seperti halnya seorang santri yang akan menghadapi ujian dengan harapan dapat lulus, tentu akan melakukan kegiatan belajar dan tidak akan menghabiskan waktunya untuk berbuat sesuatu yang tidak ada manfaatnya.

2.3 Komplementer Hipnoterapi

2.3.1 Pengertian

Terapi komplementer merupakan pengobatan yang sudah diakui dan dapat digunakan sebagai pendamping terapi konvensional (Tubagus, 2013).

2.3.2 Kategori

Menurut National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM), terdapat beberapa kategori dalam pengobatan jenis ini, antara lain:

1. *Alternative Medical System/Healing System-nonmedis*, terdiri dari *Homeopathy*, *Naturopathy*, *Ayurveda* dan *Traditional Chinese Medicine (TCM)*.
2. *Mind Body Intervetion*, terdiri dari *Meditasi*, *Autogenic*, *Relaksasi progresif*, *terapi kreatif*, *visualisasi kreatif*, *Hypnotherapy (Hypnosis)*, *Neurolingustik Programming (NLP)*, *Brain Gym*.
3. *Terapi biologis*, terdiri dari *terapi Herbal*, *Terapi Nutrisi*, *Food Combining*, *Terapi Jus*, *Makrobiotik*, *Terapi Urine*, dan *Colon Hypnotherapy*.
4. *Manipulasi anggota tubuh*, terdiri dari *Pijat/Massage*, *Terapi Aroma*, *Hydrotherapi*, *Pilates*, *Chiropractic* dan *Yoga*.

5. Terapi energy, terdiri dari Akupuntur, Akupreasure, Refleksiologi, Chi kung, Tai Chi, Reiki, dan Prana Healing.

(Tubagus Erwin Kusuma, 2013).

2.4 Konsep Hipnoterapi

2.4.1 Pengertian

Hipnoterapi adalah salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku. Hipnoterapi dikatan sebagai suatu teknik terapi pikiran dengan cara memberi sugesti atau perintah kepada pikiran bawah sadar (Setiawan, 2009).

Hipnoterapi adalah terapi yang menggunakan hipnosis sebagai sarana menjangkau pikiran bawah sadar klien hipnoterapi merupakan cara yang mudah, cepat, efektif, dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar, melakukan reduksi, dan penyembuhan pikiran yang sakit (Gunawan, 2007)

2.4.2 Teknik Hipnoterapi

1. Pre Induksi

Pada tahap awal hypnotherapis dan klien untuk pertama kalinya bertemu. Setelah klien mengisi formulir mengenai data dirinya dan terapis

membuka percakapan (rapport) untuk untuk membangun kepercayaan klien, menghilangkan rasa takut terhadap hypnotherapy, menjelaskan mengenai hypnotherapi, dan menjawab semua pertanyaan yang klien ajukan. Sebelumnya terapis harus mengenali aspek-aspek psikologis dari klien, hal yang diminati dan tidak diminati, apa yang diketahui klien terhadap hipnoterapy dan seterusnya. Pre-Induction merupakan tahapan yang sangat penting. Seringkali kegagalan proses hypnotherapi diawali dari proses Pre-Induction yang tidak tepat.

2. Suggestibility Test

Fungsi dari uji suggestibilitas adalah untuk menentukan apakah klien termasuk ke dalam golongan orang yang mudah menerima sugesti atau tidak. Selain itu, uji suggestibilitas juga berfungsi sebagai pemansan dan juga untuk menghilangkan rasa takut terhadap proses hipnoterapi. Uji suggestibilitas juga membantu hipnoterapis untuk menentukan tekkn induksi mana yang terbaik bagi klien.

Beberapa contoh dari suggestibility test adalah (IBH, 2000) ada beberapa jenis tes kedalaman tingkat hypnosis, seperti:

- 1) Locking the hand
- 2) Focus training
- 3) Catalepsy of the eye
- 4) Rigid catalepsy
- 5) Relaksasi training

(Rusli & Wijaya, 2009)

3. Induksi

Induksi adalah cara yang digunakan oleh seorang hypnotherapis untuk membawa pikiran klien berpindah dari pikiran sadar (conscious) menuju pikiran bawah sadar (subconscious), dengan menembus apa yang dikenal dengan Critical Area.

Saat tubuh rileks, pikiran juga menjadi rileks. Maka selanjutnya frekuensi gelombang otak dari klien akan turun dari Beta, Alpha, lalu Theta. Semakin turun gelombang otak, klien akan menjadi semakin rileks, sehingga klien berada dalam kondisi trance. Inilah yang dinamakan dengan kondisi terhipnotis. Hipnoterapis akan mengetahui

kedalaman trance klien dengan melakukan *Depth Level Test* (tingkat kedalaman trance klien).

4. Depth Level Test (Pendalaman Trance)

Bila di perlukan, hypnotherapis akan membawa klien ke trance yang lebih dalam. Proses ini dinamakan deepening. Merupakan test untuk melihat seberapa jauh kesadaran subjek sudah berpindah dari conscious mind ke subconscious mind. Tingkat kedalaman setiap orang berbeda-beda dan sangat tergantung dari kondisi subjek, pemahamannya terhadap hypnotherapi, waktu, lingkungan dan keahlian dari terapisnya tersebut. Berdasarkan Davis-Husband scale, tingkat kedalaman hypnotis dibagi menjadi 30 tingkatan kedalaman (Wong & Hakim, 2009). Sedangkan kebutuhan tingkat kedalaman juga mempunyai maksud dan tujuan yang berbeda-beda dalam proses hypnosis. Menurut referensi lain (Rusli & Wijaya, 2009 dalam Novrizal 2010). Depth level test dapat digunakan untuk mengetahui kedalaman suyet dalam memasuki alam bawah sadarnya. depth level test dapat berupa sugesti sederhana.

5. Post Hypnotic suggestion

Merupakan sugesti yang menjadi nilai baru bagi seorang subjek walaupun telah disadarkan dari tidur hypnosis, tidak akan bertahan lama bilamana tidak sesuai atau bertentangan dengan nilai dasar dari subjek. Dalam hypnotherapy, post hypnotic suggestion merupakan bagian yang sangat penting karena merupakan inti dari tujuan hypnotherapy. Seorang terapis harus di bekali pengetahuan tentang kejiwaan dan psikologi untuk dapat memberikan sugesti yang benar setelah hypnosis.

Berikut ini adalah beberapa contoh post hypnotic suggestion sederhana yang dapat di berikan kepada seorang subjek (Rusli & Wijaya, 2009 dalam Novrijal, 2010):

“Pada saat anda terbangun nanti anda akan merasa lebih sehat, sesehat-sehatnya yang pernah anda rasakan dan anda pun akan lebih bersemangat termotivasi dengan hal-hal yang lebih positif, bermanfaat dan berguna”.

6. Terminasi

Suatu tahapan untuk mengakhiri proses hypnotherapy dengan konsep dasar memberikan

sugesti atau perintah agar seorang subjek tidak mengalami kejutan psikologis ketika terbangun tidur hipnoterapinya. Proses terminasi biasanya dengan membangun sugesti yang positif yang akan membuat tubuh subjek lebih segar dan rileks, kemudian diikuti beberapa regresi beberapa detik untuk membawa subjek ke keadaan normal kembali.

Terminasi adalah proses berpindah kembalinya pikiran bawah sadar (subconscious) ke pikiran sadar (conscious). Proses terminasi dilakukan apabila seorang suyet telah siap untuk dibangunkan dari idur hypnotherapinya. Berikut adalah contoh terminasi secara perlahan yang dapat diberikan kepada seorang suyet.

“Sekarang anda rasakan bahwa anda akan merasa lebih rileks lagi, lebih nyaman, sangat rileks, sangat nyaman. Nanti pada hitungan kelima anda akan terbangun dengan keadaan yang sangat segar, merasa sangat sehat, sangat nyaman, dan lebih termotivasi dengan hal-hal yang positif”.

7. Post Hypnotic

Keadaan setelah proses hipnoterapi selesai seperti pada awal sebelum dilakukan kegiatan hipnoterapi. Pada fase ini diharapkan apa yang menjadi tujuan awal hypnotherapy untuk terapi pada subjek tercapai setelah proses hypnotherapy selesai.

Post hypnotic behaviour adalah perilaku atau nilai baru yang didapatkan oleh seorang suyet setelah terbangun dari “tidur hypnosis”. Agar post hypnotic dapat bertahan lama, sesi hipnoterapi sebaiknya dilakukan secara rutin atau menggunakan Anchor yang sering di sebut simbol tertentu yang tidak bertentangan dengan nilai moral sang suyet. Contohnya, menghentikan kebiasaan merokok, kebiasaan marah-marah, memotivasi, dan sebagainya.

2.4.3 Indikasi Hipnoterapi

Penggunaan hypnotherapy dalam psikiatri khususnya untuk keperluan psikoterapi harus didasarkan lebih dulu pada pengetahuan tentang psikoterapi itu sendiri. Hypnotherapy dapat membantu psikoterapi, dimana hypnotherapy dapat mempercepat pengaruh psikoterapi

sehingga hasilnya tampak nyata (Maramis, 1998 dalam Romy Novrizal, 2010).

Gangguan-gangguan yang dapat ditangani dengan hipnoterapi secara garis besar dibagi dalam tiga kategori (Romy Novrizal, 2010):

1. Gangguan psikomatik, yaitu gangguan yang dialami berupa faktor psikologis yang mempengaruhi kondisi fisik, jadi gejala yang nampak adalah gejala fisik. Gangguan ini meliputi system kardiovaskuler, pernafasan, endokrin, gastrointestinal, dermatologi dan genitourinaria. Hipnoterapi efektif pada beberapa gangguan Sistem Saraf Pusat seperti insomnia, nyeri kepala, gagap dan lain-lain.
2. Gangguan psikiatrik, yaitu gangguan yang dialami faktor psikologis yang gejalanya nampak pada area psikologis. Hipnoterapi digunakan untuk mengatasi beragam neurosis konversi, kecemasan, fobia, obsesi-kompulsif, depresi reaktif atau depresi neurotik, neurotik pasca trauma dan memotivasi.
3. Kasus-kasus pada bidang lain, seperti anestesi, nyeri persalinan, ekstraksi gigi, mengatasi obstipasi atau retensi urin pasca bedah.

2.4.4 Kontraindikasi Hipnoterapi

Menentukan indikasi hipnoterapi menurut para ahli adalah lebih sulit dibandingkan untuk menentukan kontraindikasi hipnoterapi. Secara garis besar kontraindikasi hipnoterapi adalah pada keadaan :

1. Seorang yang dalam kondisi tidak tenang, gaduh gelisah, misalnya pada psikosis akut sehingga tidak dapat dilakukan kontra psikis dengan subjek.
2. Seorang dalam keadaan yang tidak mengerti apa yang akan dilakukan, misalnya pada orang imbesil atau demensia. Pada mereka tidak akan dapat dilakukan hypnotherapy dengan cara apapun.
3. Pada orang yang tidak tahu atau belum mengerti tentang apa yang kita katakan, sugesti verbal tidak akan berpengaruh pada subjek.

Subjek yang memiliki kesulitan dengan kepercayaan dasar seperti pasien paranooid atau yang memiliki masalah pengendalian seperti pasien obssesif-kompulsif adalah bukan calon yang baik untuk dilakukan hipnoterapi (IBH, 2002, Romy Novrizal, 2010).

2.5 Hubungan Hipnoterapi Dengan Motivasi Belajar

Hipnoterapi merupakan pemunculan kondisi rileksasi pikiran, pada saat keadaan rileks otak memproduksi hormon

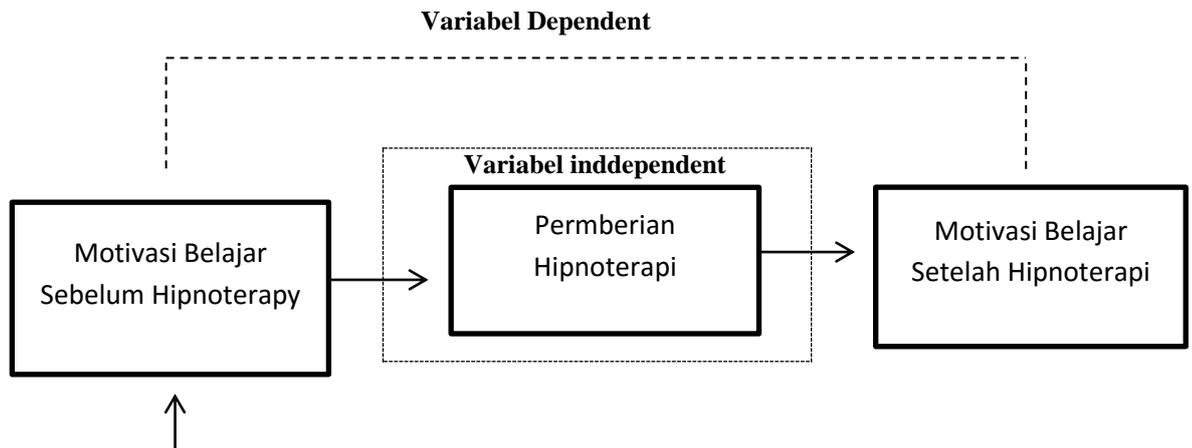
serotonin dan endorphen yang menyebabkan seseorang merasa nyaman, tenang dan bahagia. Hormon tersebut membuat imunitas tubuh meningkat, pembuluh darah terbuka lebar, detak jantung menjadi stabil dan kapasitas indra meningkat. Kondisi ini pun dapat menanamkan niat/memprogram dirinya untuk mengatasi berbagai masalah psikis atau psikologinya, dapat mengatasi kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup. Dengan demikian hipnoterapi sangat efektif untuk mengatasi masalah psikis atau psikologi yang dihadapi oleh klien dan sangat efektif untuk memberikan motivasi atau niat yang lebih baik khususnya untuk motivasi belajar (Tubagus, 2013)

Manfaat ataupun hubungan hipnoterapy dengan motivasi belajar adalah selain untuk membantu mengurangi keluhan yang berkaitan dengan psikis atau psikologi seperti ketakutan, stress, meredakan nyeri, insomnia dan orang yang merokok dalam hal ini semangat belajar siswa pun bisa ditingkatkan dengan metode hipnoterapi. Dimana metode ini dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dan juga bisa memperkuat memori ingatan siswa tersebut seperti menghafal jauh lebih mudah, dapat membantu meningkatkan percaya diri siswa, motivasi, perasaan diri mampu, berharga dan citra diri positif pada siswa (Ali, Akbar Navis, 2014).

Bagan 2.1 Kerangka Konsep

Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI

Perawat Di SMK Bhakti Kencana Bandung Tahun 2018



Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar

1. Faktor internal

➤ Faktor fisiologis

Kondisi fisik yang normal dan kondisi kesehatan fisik

➤ Faktor psikologis

· Minat, motivasi, intelegensi, bakat, konsentrasi belajar, kelelahan, kejenuhan dalam belajar, kematangan dan kesiapan.

2. Faktor eksternal

➤ Lingkungan Masyarakat

➤ Lingkungan Keluarga

➤ Lingkungan Sekolah

Sumber : Dimodifikasi dari Dalimartha (2008), dikutip dalam Ratnaningsih (2011), Tubagus (2013), Endang (2014) & Yusuf, (2009), Anis Afriani, (2014).

Tabel 2.2. Analisis Jurnal Pendukung Subtema dan Judul

No	Peneliti	Judul	Publikasi	Metodologi	Hasil penelitian
1.	Suzanna, Trilia & Sukron	Pengaruh Hypnotherapi Motivasi Terhadap Tingkat Stres Dan Motivasi Belajar Mahasiswa PSIK STIKes Muhamadiyah Palembang 2014	PSIK STIKes Muhammad iyah Palembang 2014	Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian dengan quasi eksperimen dengan one group pretest postes. Sampel yang digunakan adalah purposive sampling dengan perhitungan besar sampel yaitu 30 responden.	Hasil Penelitian: Motivasi belajar mahasiswa STIKes Muhammadiyah sesudah diberikan hypnomotivasi berdasarkan hasil deskriptif didapatkan rata-rata skor motivasi mahasiswa sesudah dilakukan hypnomotivasi adalah 39,03, median 35,00 dengan standar debiasi 13,132, skor motivasi terendah adalah 19 dan skor motivasi tertinggi adalah 65. Dan hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata skor motivasi mahasiswa diantaranya 34,13 sampai dengan 43,94.

2.	Hasbullah & Rahmawati	Pengaruh Penerapan Metode Hypnoteaching Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Universitas Indraprasta PGRI	Universitas Indraprasta PGRI 2015	Metode penelitiannya adalah metode eksperimen semu (Quasi Experiment) dengan rancangan separate sample pretest – posttest	<u>Hasil penelitian:</u> Metode belajar hypnoteaching memiliki pengaruh signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa.
3.	Lilis Hinayah, M.Si	Manfaat Hipnotherapy Terhadap Minat Belajar Bagi Siswa Kelas VI Sekolah Dasar di Kabupaten Sidoarjo	Dipublikasikan di UMSIDA Sidoarjo	Penelitian ini menggunakan metode Pretest – posttest	<u>Hasil Penelitian:</u> Hasil ini disimpulkan bahwa manfaat hipnotherapy berguna membantu alam meningkatkan minat belajar siswa
4.	Anis Afriani	Pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa kelas , SDN purwoyoso 02, ngaliyan semarang 2015	Dipublikasi pada tahun 2015	Penelitian ini menggunakan 3 kategori pra-experimental, true experimental & quai experimental. Exsperiment kontrol dan diberikan treatment	<u>Hasil penelitian:</u> Ada pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar siswa kelas 5 SD di ngaliyan semarang.