

**PENGUNAAN HIPNOTERAPI TEKNIK *OBJECT IMAGERY* UNTUK
MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH
MENENGAH PERTAMA NEGERI 1 CIWARINGIN KABUPATEN
CIREBON
SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



Disusun Oleh:
USWATUN NADIAH
NIM : 1908308168

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYEKH NURJATI CIREBON
TAHUN 1444 H/ 2023 M**

ABSTRAK

“PENGUNAAN HIPNOTERAPI TEKNIK *OBJECT IMAGERY* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 1 CIWARINGIN KABUPATEN CIREBON”

Nama : Uswatun Nadiah

Nim : 1908306168

Kata Kunci : Hipnoterapi, Motivasi Belajar

Peran seorang siswa adalah belajar, perlu kiranya motivasi belajar tercipta. seiring dengan berkembangnya zaman motivasi belajar supaya lebih ditingkatkan. Bermain, keadaan ekonomi orang tua, lingkungan belajar tidak nyaman, Kecanduan bermain game, lingkungan sekitar yang kurang kondusif itu adalah sebagian contoh kecil fenomena yang ada di sekitar kita saat ini. Sehingga mengakibatkan motivasi belajar menurun. Motivasi belajar sangat penting dalam pengembangan diri, sebab pengembangan diri adalah belajar, belajar adalah pengembangan diri. Jika seorang anak ingin lebih sukses dibanding pencapaian keberhasilan anak saat ini, kuncinya ialah jangan pernah berhenti belajar. Salah satu cara yang mungkin dapat digunakan untuk meningkatkan Motivasi Belajar adalah dengan Hipnoterapi.

Hipnoterapi bisa untuk memperbaiki kebiasaan buruk. Malas belajar, kebiasaan buruk dan juga bisa memperkuat memori. Dengan metode hipnoterapi, peran diri anak akan terbantu, sehingga memudahkan proses 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.

Penelitian ini berjudul “Penggunaan Hipnoterapi Teknik *Object imagery* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Ciwaringin”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMP Negeri 1 Ciwaringin.

Dalam penelitian ini menggunakan Metode kualitatif. Metode kualitatif adalah metode yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen), dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif. Teknik pengumpul data adalah observasi, wawancara, Dokumentasi.

Hasil dari penelitian ini siswa merasakan adanya perubahan setelah dilakukan sesi hipnoterapi, siswa menjadi semangat belajar, mendapatkan nilai besar dikelasnya, menjadikan hal yang positif yang bisa dilakukan siswa. Dengan demikian penggunaan Hipnoterapi untuk meningkatkan motivasi belajar benar adanya bisa untuk meningkatkan belajar siswa.

Kata Kunci : Hipnoterapi, Object Imagery, Motivasi Belajar.

ABSTRACT

“THE USE OF OBJECT IMAGERY TECHNICAL HYPNOTHERAPY TO IMPROVE STUDENTS' LEARNING MOTIVATION IN JUNIOR HIGH SCHOOL 1 CIWARINGIN, CIREBON DISTRICT”.

Nama : Uswatun Nadiah

Nim : 1908306168

The role of a student is learning, it is necessary to create learning motivation. along with the development of the era of motivation to learn so that it is further enhanced. Playing, parents' economic condition, uncomfortable learning environment, game addiction, unfavorable surroundings are just a few examples of the phenomena that are around us today. Thus resulting in decreased learning motivation. Learning motivation is very important in self-development, because self-development is learning, learning is self-development. If a child wants to be more successful than their current success, the key is never to stop learning. One way that might be used to increase motivation to learn is with hypnotherapy.

Hypnotherapy can correct bad habits. Lazy to learn, bad habits and can also strengthen memory. With the hypnotherapy method, the child's role will be helped, thus facilitating the learning process. Reading is much faster, while memorizing is much easier, because all access of the mind and brain is set there. Hypnotherapy can arouse students' enthusiasm, and can suggest various positive suggestions aimed at increasing self-confidence, motivation, feeling capable and valuable, and positive self-image in students.

This study entitled "The Use Of Object Imagery Technical Hypnotherapy To Improve Students' Learning Motivation In Junior High School 1 Ciwaringin, Cirebon District". This study aims to determine the effect of hypnotherapy in increasing student motivation at SMP Negeri 1 Ciwaringin.

In this study using qualitative methods. The qualitative method is a method based on the philosophy of postpositivism, used to research on natural object conditions (as opposed to experiments), where the researcher is the key instrument, data collection techniques are carried out in triangulation (combined), data analysis is inductive/qualitative, and the results qualitative research. Data collection techniques are observation, interviews, documentation.







The results of this study students felt a change after the hypnotherapy session was carried out, students became enthusiastic about learning, got great grades in their class, made positive things students could do. Thus the use of Hypnotherapy to increase learning motivation can really improve student learning.

Keywords: Hypnotherapy, Object Imagery, Motivation.

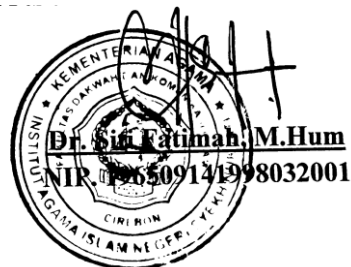
LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul “**Penggunaan Hipnoterapi Teknik *Object imagery* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon**” oleh Uswatun Nadiah, NIM 1908306168, telah dimunaqosahkan pada tanggal 09 Maret 2023, di hadapan dewan penguji dan dinyatakan LULUS.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 196607201999031001	16 Maret 2023	
Sekretaris Jurusan Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 198307052011011014	16 Maret 2023	
Penguji I <u>Herman Beni, M.A</u> NIP. 19780430201101004	16 Maret 2023	
Penguji II Herny Novianti, M.Pd NIP. 320170119811121201	16 Maret 2023	
Pembimbing I Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 196607201999031001	16 Maret 2023	
Pembimbing II H. Syaeful Badar, M.A NIP. 196809222014111001	16 Maret 2023	

Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGUNAAN HIPNOTERAPI TEKNIK *OBJECT IMAGERY* UNTUK
MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA NEGERI 1 CIWARINGIN KABUPATEN CIREBON**

Disusun Oleh:



USWATUN NADIAH

NIM. 1908306168

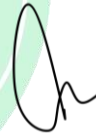
Menyetujui,

Pembimbing I



Drs. H. Muzaki, M.Ag
NIP. 196607201999031001

Pembimbing II



H. Syaeful Badar, M.A
NIP. 196809222014111001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam



Drs. H. Muzaki, M.Ag
NIP. 19660720 199903 1001

NOTA DINAS

Kepada
Yth. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam
IAIN Syekh Nurjati Cirebon
di
Cirebon

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi

Nama : Uswatun Nadiah

NIM : 1908306168

Judul : PENGGUNAAN HIPNOTERAPI TEKNIK *OBJECT IMAGERY* UNTUK
MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH
MENENGAH PERTAMA NEGERI 1 CIWARINGIN KABUPATEN
CIREBON

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan untuk dimunaqosahkan. Atas pertimbangan dan kebijakannya, kami haturkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Cirebon, 16 Maret 2023

Pembimbing I



Dr. H. Muzaki, M.Ag
NIP. 19660720 199903 1 001

Pembimbing II



H. Syaeful Badar, M.A
NIP. 19680922 201411 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN

Bismillahirrahmaanirrahiim

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Uswatun Nadiah

NIM : 1908306168

Fakultas / Jurusan : Dakwah dan Komunikasi Islam/Bimbingan Konseling Islam

Judul : PENGGUNAAN HIPNOTERAPI TEKNIK *OBJECT IMAGERY*
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 1
CIWARINGIN KABUPATEN CIREBON.

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya penulis yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana (S1) di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
2. Semua sumber yang penulis gunakan dalam penulisan skripsi ini telah dicantumkan sesuai ketentuan atau pedoman karya tulis ilmiah.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini sebagian maupun keseluruhan isinya merupakan karya plagiat, penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN Syekh Nurjati Cirebon

Cirebon, 16 Maret 2023



buat Pernyataan,

Uswatun Nadiah

NIM. 1908306168

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Uswatun Nadiah
Tempat/ Tanggal Lahir : Majalengka, 05 Juni 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Nama Bapak : M. Irsyad Nawawi
Nama Ibu : Emay Maryam
Telp./ HP : 085710206702
e-mail : Uswatunnadiah06@gmail.com

Alamat : Dusun Lebak Arum RT/RW 01/01 Desa Karamat, Kecamatan Palsah, Kabupaten Majalengka, Jawa Barat.

Riwayat Pendidikan:

1. SD Negeri Karamat II, Lulus pada tahun 2013
2. SMP Negeri 1 Ciwaringin, Lulus pada tahun 2016
3. MA Negeri 2 Cirebon, Lulus pada tahun 2019
4. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Lulus pada Tahun 2023

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dan mengambil judul Skripsi “**PENGGUNAAN HIPNOTERAPI TEKNIK *OBJECT IMAGERY* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 1 CIWARINGIN KABUPATEN CIREBON**”.

Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Cirebon, 24 Februari 2023

Uswatun Nadiah
NIM 1908306168

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur ku persembahkan kepadamu Tuhan yang Maha Esa Allah SWT. Atas takdirmu telah kau jadikan aku manusia yang senantiasa berpikir, berilmu, beriman, bersyukur dan bersabar dalam menjalani kehidupan ini. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita terbesarku.

Tak terlupakan sholawat berbingkai salam selalu ku curahkan kepada junjungan Nabiullah Muhammad SAW dan para sahabat-sahabatnya serta lantunan Al-Fatihah dalam silahku merintih, menadahkan do'a dalam syukur yang tiada terkira, terimakasihku untukmu. Dengan kerendahan hati yang tulus, bersama keridhoanmu ya Allah, Kupersembahkan karya kecil ini, untuk cahaya hidup dan yang termulia Orangtua saya, Bapak M. Irsyad Nawawi dan Ibu Emay Maryam tercinta yang senantiasa ada saat suka maupun duka, selalu setia mendampingi saat lelah ku tak berdaya. Karena do'amu memberikan keridhoan untukku, petuahmu menuntun jalan ku dan pelukanmu memberberkahi hidupku, diantara perjuangan yang bercucur air mata untuk memperjuangkan atas hidupku, suatu harapan yang dilantunkan pada pengharapan atas kebaikan hidup anaknya.

Kepada kakak-kakakku yang luar biasa dalam memberikan motivasi, kasih sayang, dukungan dan do'a yang tanpa henti. Dien sihabudin, Yusnam dan Andi Ramdhani tiada waktu yang paling berharga dalam hidup selain menghabiskan waktu dengan kalian. Walaupun saat dekat kita sering bertengkar, tetapi saat jauh kita saling merindukan. Terimakasih untuk bantuan kalian atas moral dan materi, semoga awal dari kesuksesan saya ini dapat membanggakan kalian semua.

Untuk seluruh Dosen IAIN Syekh Nurjati terutama Dosen jurusan Bimbingan Konseling Islam yang senantiasa berada pada perjalanan prosesku serta sudah memberikan ilmu dan motivasi sehingga saat ini saya bisa menyelesaikan program study S1 di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

Untuk teman-teman seperjuangan BKI angkatan 2019 terimakasih untuk kesolidan kalian semua serta suka duka telah kita lalui bersama.

Hanya sebuah karya kecil dan untaian kata-kata ini yang dapat kupersembahkan kepada kalian semua, terimakasih beribu terimakasih ku haturkan atas segala kekhilafan salah, kekurangan, kurendahkan hati mohon maaf sebesar-besarnya.



MOTTO HIDUP

“Do The Best, God The Rest”

-Uswatun Nadiah-



KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat hidayah-Nya terutama nikmat kesempatan dan kesehatan, sehingga penyusunan dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “PENGUNAAN HIPNOTERAPI TEKNIK *OBJECT IMAGERY* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 1 CIWARINGIN KABUPATEN CIREBON”. Sholawat beserta salam selalu tucurahkan kepada junjungan kita Nabiullah Muhammad SAW, keluarga, sahabat dan para tabi'in tabi'at, semoga sampai kepada kita sebagai umatnya. Aamiin

Dalam penulisan skripsi ini penulis mendapat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materi. Untuk itu, penulis ucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Aan Jaelani, M. Ag, Rektor IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
1. Ibu Dr. Siti Fatimah, M.Hum selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Ciebong.
2. Bapak Drs. H. Muzaki, M.Ag Ketua jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Syekh Nurjati Cirebon yang telah menyetujui pemilihan judul skripsi ini.
3. Bapak Drs. H. Muzaki, M.Ag , selaku Dosen pembimbing I, terima kasih atas kesediaannya dalam membimbing dan memberi arahan, kritik dan saran serta kesabar dan keikhlasan hatinya telah memberikan banyak masukan dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Semoga apa yang telah Bapak dan Ibu ajarkan dan arahan mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT.
4. Bapak H. Syaeful Badar, M.A selaku Dosen Pembimbing II yang dengan sabar dan keikhlasan hatinya telah memberikan banyak masukan dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Semoga apa yang telah Bapak dan Ibu ajarkan dan arahan mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT.

5. Segenap Dosen jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Syekh Nurjati yang telah memberikan ilmunya dengan ikhlas selama penulis menempuh studi. Semoga segala ilmu yang diberikan dapat bermanfaat.
6. Staff jurusan BKI, Ibu Tiwi Nur Apriani yang selalu memberikan motivasi dan memberikan pelayanan yang baik.
7. Seluruh Staf TU Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam yang telah membantu selama penelitian.
8. Seluruh jajaran kepengurusan Komunitas Hipnosis Cirebon, yang sudah membantu proses dari penelitianku dan dukungan motivasi.
9. Keluarga tercinta Ayahanda Bapak M.Irsyad Nawawi dan Ibu Emay Maryam, serta kakak-kakaku Dien Syihabudin, Yusnam, dan Andi Ramdhani serta semua keluarga yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan do'a, motivasi, semangat dan kasih sayang.
10. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu penulis selama proses penyelesaian skripsi.

Dengan segala kerendahan dan bantuannya hati penulis menyadari bahwa skripsi ini banyak kekurangan dan jauh dari sempurna oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Namun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca serta dapat menjadi kontribusi bagi para terapis.

Wa'alaikumussalam. Wr. Wb

Cirebon, 24 Februari 2023



Uswatun Nadiah

NIM 1908306168

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
NOTA DINAS.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
G. Penelitian Terdahulu.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Hipnoterapi.....	12
1. Pengertian Hipnoterapi	12
2. Sejarah Hipnoterapi	13
3. Teknik <i>Object imagery</i> Hipnoterapi	15
4. Cara Hipnoterapi Teknik <i>Object Imagery</i> Bekerja	18
5. Manfaat dan Pengaruh Hipnoterapi	19
7. Bahasa dan Sugesti	20
B. Motivasi Belajar.....	23
1. Pengertian Motivasi Belajar	23

2.	Faktor Motivasi Belajar Siswa	24
3.	Jenis-Jenis Motivasi	26
4.	Fungsi Motivasi.....	26
C.	Siswa dan Remaja	27
1.	Definisi Siswa	27
2.	Definisi Remaja.....	27
D.	Hubungan Hipnoterapi Dengan Motivasi Belajar	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		30
A.	Metodologi Penelitian	30
1.	Metodologi Penelitian.....	30
2.	Pendekatan Penelitian	30
3.	Sumber Data	31
4.	Teknik Pengumpulan Data	31
5.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
B.	Profil Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin	38
1.	Profil Sekolah.....	38
2.	Peserta Didik	38
3.	Pendidik Dan Tenaga Pendidik	39
4.	Sarana Dan Prasarana Pendidikan	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		43
A.	Hasil Pembahasan	43
1.	Faktor Penyebab Menurunnya Motivasi Belajar Siswa di SMP Negeri 1 Ciwaringin	43
2.	Penggunaan Hipnoterapi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar	45
B.	Hasil Penelitian Penggunaan Hipnoterapi Teknik <i>Object Imagery</i> Untuk Meningkatkan Motivasi	59
1.	Hasil Wawancara Penggunaan Hipnoterapi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar	60
2.	Evaluasi dan Tindak Lanjut Hasil Terapi	61
3.	Kebermanfaatan Hipnoterapi Untuk meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		68
A.	Kesimpulan	68
B.	Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA		70

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Pedoman Observasi	33
Tabel 3. 2 Pedoman Wawancara Kisi-Kisi.....	34
Tabel 3. 3 Pedoman Study Dokumentasi.....	35
Tabel 3. 4 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	37
Tabel 3. 5 Data Peserta Didik SMPN 1 Ciwaringin	38
Tabel 3. 6 Data Pendidik dan Tenaga Kependidikan SMP Negeri 1 Ciwaringin	39
Tabel 3. 7 Data Kelas Sekolah SMP Negeri 1 Ciwaringin.....	39
Tabel 3. 8 Data Ruangan Sekolah SMP Negeri 1 Ciwaringin	40
Tabel 3. 9 Data siswa-siswi VIII G	41
Tabel 4. 1 Data Siswa Tahun Ajaran 2023 SMP Negeri 1 Ciwaringin	44
Tabel 4. 2 Pre-Test Skala Motivasi Siswa Putri Azahra	47
Tabel 4. 3 Pre-Test Skala Motivasi Siswa Laelatus Sifah	47
Tabel 4. 4 Hasil Pre-Test Skala Motivasi Siswa Putri Azahra dan Laelatus Sifah.....	48
Tabel 4. 5 Rekapitulasi Nilai VIII G	48
Tabel 4. 6 Hasil Pengukuran Skala Penerapan Hipnoterapi	59
Tabel 4.8 Hasil Penelitian Penggunaan Hipnoterapi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMPN 1 Ciwaringin.....	64