

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Melihat perkembangan zaman akhir-akhir ini khususnya dibidang teknologi yang semakin canggih membuat beberapa anak menjadi malas belajar bahkan kehilangan motivasi dan minat dalam belajar. Penyebab anak menjadi malas belajar salah satunya yang paling sering terjadi adalah bermain game, mungkin bukan hal yang aneh lagi jika anak mulai malas belajar dikarenakan terlalu asik bermain atau lainnya. Disinilah para orang tua mulai mengantisipasi anak-anaknya agar tidak membebaskan dalam bermain. Ada beberapa kemungkinan dari anak yang sering bermain game selain malas belajar, diantaranya adalah kurangnya jam istirahat.

Anak yang malas belajar sudah menjadi salah satu keluhan umum para orang tua. Kasus yang biasa terjadi adalah anak lebih suka bermain daripada belajar. Motivasi belajar sangat penting dalam pengembangan diri, belajar adalah perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan potensial yang dilandasi tujuan untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Hakikat motivasi belajar adalah adanya dorongan internal dan eksternal pada siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku (Hamzah, 2008).

Hal ini sesuai yang diungkapkan Menurut Sarwono (2007), Siswa adalah setiap orang yang resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan. Siswa atau anak didik adalah salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar mengajar, dalam proses belajar mengajar siswa sebagai pihak yang ingin meraih cita-cita memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal. Siswa akan menjadi faktor penentu, sehingga dapat mempengaruhi segala sesuatu yang diperlukan untuk mencapai tujuan belajarnya.

Lembaga pendidikan (sekolah) merupakan wadah para siswa dalam menggali ilmu pengetahuan, salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi tingkat hasil belajar siswa adalah motivasi belajar yang ada pada diri siswa. Adanya motivasi belajar yang kuat membuat siswa belajar dengan tekun yang pada akhirnya terwujud

dalam hasil belajar siswa tersebut. Oleh karena itulah motivasi belajar hendaknya ditanamkan pada diri siswa agar dengan demikian ia akan dengan senang hati mengikuti materi pelajaran yang diajarkan oleh guru di sekolah.

Dari beberapa pengertian diatas dapat dikatakan bahwa dengan memiliki motivasi belajar siswa akan fokus dengan pendidikannya, sehingga siswa bisa merubah masa depannya menjadi sukses. Perlu ditanamkan pada diri siswa bahwa dengan belajarlh akan mendapatkan pengetahuan yang baik, siswa akan mempunyai bekal menjalani kehidupannya di kemudian hari. Hal yang dapat meningkatkan motivasi belajar pada diri siswa dapat timbul dari dirinya sendiri, lingkungan sekolah maupun dari lingkungan keluarga. Dari lingkungan sekolah misalnya guru di samping mengajar juga hendaknya menanamkan motivasi belajar kepada siswa yang diajarnya. Banyak siswa yang tidak termotivasi mengakibatkan hasil belajarnya menurun. Oleh karena itu sekolah hendaknya mengkondisikan lingkungannya sedemikian rupa dengan demikian siswa akan termotivasi untuk belajar (Hakim, 2001).

Menurut Bapak Faizal wali kelas dari VIII G Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon, pada tanggal 15 November 2023 beliau mengatakan *"memang benar anak-anak zaman sekarang menurun sekali motivasi belajarnya, salah satu akibatnya adalah anak sesudah pulang sekolah lebih sering bermain game dengan teman-temannya".* Apalagi zaman sekarang banyak kalangan dari orangtua menengah ke atas sudah banyak yang membeli Ipad, tablet, gadget untuk bermain. Hal ini menjadikan anak malas untuk belajar dikarenakan anak sudah asyik bermain dengan elektronik yang canggih yang telah beredar di masyarakat".

Diungkapkan juga siswi kelas VIII G Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon (Putri Azahra), pada tanggal 15 November 2023 mengatakan bahwa *"saya jadi malas belajar karena lebih suka main handphone, bermain tiktok dan bermain bersama teman-teman. Setiap kali saya ingin belajar saya merasa malas. Maka dari itu ketika mendengarkan dan melihat buku saya sudah merasa malas untuk belajar".*

Menurut Raymond J. Wlodkowski (2004), mengatakan tiba masanya mereka harus sekolah. Tepuk tangan dan pujian spontan yang mengiringi anak-anak ketika belajar mulai digantikan oleh peringatan-peringatan keras yang menyuruhnya belajar. Terkadang peringatan yang keras dan kasar seringkali membuat anak malah menjadi malas belajar. Sehingga mengakibatkan nilai rapornya menurun.

Menurut Hurlock dan Elizabeth (1987), masa remaja adalah masa puncak ketika individu mengalami pergolakan karena konflik dan perubahan suasana hati, sehingga pandangan, tindakan, dan emosi mudah berubah-ubah. Masa remaja disebut sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 1999). 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, 1987).

Dari beberapa definisi siswa remaja 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.

Menurut Bradford (2005), hipnoterapi adalah sebuah aplikasi hipnotis untuk kepentingan terapi. Hipnosis adalah penggunaan sugesti, baik secara langsung maupun tak langsung, untuk menginduksi kondisi sugestibilitas yang lebih baik, yang dalam kondisi tersebut ada jalan pintas bagi kemampuan kritis pikiran, serta menciptakan pikiran selektif terhadap sugesti yang diberikan.

Hal ini sesuai yang dikatakan oleh Erickson dan Rossi (1979) mengemukakan bahwa hipnoterapi bermanfaat untuk mengubah fungsi sensori-perseptual (masalah nyeri dan kenyamanan), mampu mengatasi rasa sakit, dan membuat seseorang merasa nyaman, mampu mengatasi penyakit somatik berupa trauma akibat kecelakaan fisik, operasi, kanker dan sebagainya, mampu mengatasi masalah psikosomatik berupa kecemasan, mengatasi masalah trauma dan mengatasi phobia.

Teknik *object imagery* dalam hipnoterapi merupakan pemanfaatan kekuatan imajinasi bahkan mampu diproyeksikan menjadi sebuah benda realitas. Kecemasan, ketakutan, bayangan gagal atau citra diri buruk, rasa malas adalah imajinasi-

imajinasi bermuatan negatif yang bisa merealisasikan menjadi sebuah objek(Nurindra,2014).

Dari pengertian hipnoterapi teknik *object imagery* di atas dapat disimpulkan bahwa hipnoterapi menggunakan teknik object imageri dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit yang berkaitan dengan kejiwaan, seperti ketakutan, stress, insomnia, bisa disembuhkan dengan metode hipnoterapi. Hipnoterapi bisa untuk memperbaiki kebiasaan buruk seperti malas belajar atau kurangnya motivasi dan juga bisa memperkuat memori. dengan metode hipnoterapi, peran diri si anak akan terbantu, sehingga siswa akan semangat belajar. Hipnoterapi bisa membangkitkan semangat anak, dan dapat mensugestikan berbagai sugesti positif yang bertujuan meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, perasaan diri mampu dan berharga, dan citra diri positif pada anak (Bradford, 2005).

Menurut Ibu Marfiah Selaku Guru BK Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin pada Hari Selasa, 09 Januari 2023 mengatakan *“siswa-siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon ada juga yang menjadi seorang santri di masing-masing Pesantren yang ada di Desa Babakan, sehingga mereka diharuskan untuk belajar dari pagi sampai malam. Mereka mudah merasa lelah sehingga dalam kegiatan belajar mengajar disekolah kurang efektif. Hal ini perlu diperhatikan bahwa dengan adanya motivasi semangat belajar siswa sekaligus santri tersebut tetap bisa mengikuti pembelajaran dengan baik.*

Dengan demikian sulitnya anak-anak remaja zaman sekarang dalam menerima informasi atau saran baik dari guru ataupun orang tua sulit untuk diterima, maka dari itu hipnoterapi dapat meningkatkan motivasi belajar, sehingga siswa bisa mengikuti pembelajaran dengan baik. Berdasarkan fenomena yang terdapat di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon, maka peneliti ingin membuktikan pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar.

Dari latar belakang tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti dan mengkaji secara lebih dalam tentang seberapa besar efektivitas hipnoterapi untuk meningkatkan motivasi belajar. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Penggunaan Hipnoterapi Teknik *Object imagery* Untuk**

Meningkatkan Motivasi Belajar Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya motivasi belajar siswa berpengaruh terhadap kegiatan belajar.
2. Penggunaan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk membantu meningkatkan motivasi belajar.
3. Bagaimana kebermanfaatan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

C. Batasan Masalah

Melihat banyak dan luasnya permasalahan psikologis yang mengganggu perkembangan dan kesehatan bagi kehidupan, dan luasnya keilmuan hipnosis maka berdasarkan latar belakang masalah di atas, agar membuat penelitian lebih jelas dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Penelitian fokus terhadap faktor penyebab menurunnya motivasi belajar siswa.
2. Penelitian fokus terhadap faktor penggunaan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.
3. Penelitian fokus terhadap faktor kebermanfaatan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Berdasarkan permasalahan diatas maka permasalahan dapat dirumuskan yaitu Penggunaan Hipnoterapi Teknik *Object imagery* untuk eningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat di rumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu:

1. Apa yang menjadi faktor penyebab menurunnya motivasi belajar siswa Sekolah menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon?

2. Bagaimana cara penggunaan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan Motivasi belajar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin Kabupaten Cirebon?
3. Bagaimana kebermanfaatan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitiannya adalah:

1. Untuk dapat mengetahui yang menjadi faktor penyebab menurunnya motivasi belajar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin. –
2. Untuk mengetahui penggunaan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin.
3. Untuk mengetahui kebermanfaatan setelah melakukan hipnoterapi meningkatkan motivasi belajar siswa

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Praktis

Memberikan informasi serta edukasi kepada pembaca dan diharapkan menjadi pedoman bagi pembaca yang mengkaji Hipnoterapi terutama tentang penggunaan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan motivasi belajar.

a. Peneliti

Penelitian ini diharapkan bisa membantu dan memberikan informasi kepada peneliti mengenai penggunaan hipnoterapi teknik *object imagery* untuk meningkatkan motivasi belajar.

b. Hipnoterapis

Penelitian ini diharapkan bisa membantu memberikan informasi kepada hipnoterapis dalam membantu meningkatkan motivasi belajar yang terjadi pada diri klien.

c. Masyarakat Umum

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi kepada masyarakat umum untuk mengetahui pentingnya menyadari kurangnya motivasi belajar dan sarana penyembuhan hipnoterapi teknik *object imagery*.

2. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan pedoman atau yang mengkaji metode hipnoterapi teknik *object imagery* terutama dalam meningkatkan motivasi.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat merubah persepsi masyarakat awam mengenai hipnoterapi.

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Pertama, oleh Marpuah (2009) dirangkum dalam makalah “Metode Hipnoterapi Untuk Mengatasi Anak Fobia di Tranzcare Mampang Prapatan, Jakarta Selatan”. Penelitian yang dilakukan peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

a. Latar Belakang

Masalah Psikologis membuat seseorang menjadi mudah marah, takut, malu, tidak percaya diri, dan sebagainya. Akan tetapi banyak sekali yang tidak menyadarinya, dan gangguan itu menjadi sangat kompleks sehingga menyangkut masalah fisik. Sekitar 75% penyakit fisik yang diderita sebenarnya bersumber dari masalah mental dan emosi.

Phobia adalah rasa takut yang tidak masuk akal, penderita tidak tahu mengapa dia takut dan tidak bisa menghindari rasa takut itu. Dampak buruk phobia bagi anak, baik dari segi perkembangan sensorik-motorik, perkembangan kognitif, maupun perkembangan sosialnya, anak akan tumbuh tidak percaya diri, minder, dan tidak berani mengambil resiko.

Namun sayangnya, kebanyakan pengobatan atau terapi sulit menjangkau masalah ini yaitu pikiran atau lebih tepatnya pikiran bawah sadar dan metode yang menggunakan pikiran alam bawah sadar adalah hipnoterapi. Hipnoterapi

merupakan salah satu cara yang mudah cepat efektif dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar melakukan reduksi dan menyembuhkan pikiran yang sakit.

b. Tujuan Penelitian

Penelitian ini ingin mengetahui bagaimana bentuk metode hipnoterapi secara langsung terhadap penanganan permasalahan phobia terutama ketika menghadapi klien anak.

c. Metodologi Penelitian

Metodologi penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif melalui wawancara dan observasi.

d. Hasil Penelitian

1) Melakukan pra induksi.

Pertama adalah nasehat dan tanya jawab kepada anak dengan mengenalkan dimensi psikologis pada anak. Kemudian induksi anak untuk rileks dan memasuki keadaan *trance* yang lebih dalam oleh beta, alpha dan theta. Kemudian *depth level test* dimana untuk menguji kedalaman *trance*, apakah benar-benar sudah santai. Berikut adalah beberapa saran positif: Ini adalah inti dari proses terapeutik. Akhirnya berakhir ketika anak kembali normal dan tidak lagi mengalami syok psikologis.

2) Prasyarat untuk metode hipnoterapi

Bahwa subjek bisa berkomunikasi serta mampu berkonsentrasi pada sesi terapi, dan bahwa anak termotivasi dan termotivasi dan, sebaliknya, terhambat.

3) Kelebihan hipnoterapi

Efektif serta efisien. Terlihat dari tanpa penggunaan obat yang dapat menimbulkan efeknya, namun perlu dipahami bahwa cara ini hanya alat bantu jika cara tersebut berhasil. Dalam hal ini, ada perawatan lain yang cocok untuk digunakan.

4) Kelemahan hipnoterapi

Cara ini adanya dipandangan menyamakan hipnosis dengan latihan gendam.

2. Kedua, Penelitian yang di teliti oleh Yusendra (2020) dituangkan pada tesis yang berjudul dalam makalah ``Keampuan hipnoterapi buat Menumbuhkan Rasa Percaya Diri pada Siswa SMAN 1 Kabupaten Pesisir Selatan, Kabupaten Pesisir Barat, Provinsi Lampung". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa hipnoterapi memiliki dampak yang signifikan mengenai pengembangan rasa percaya diri siswa MAN 1 Pesisir.

a. Latar Belakang

Hipnoterapi sangat diperlukan dalam mengatasi permasalahan peserta didik karena cara tercepat dan termudah untuk mengubah pikiran, perasaan, perilaku dan keperibadian

b. Tujuan

Tujuannya adalah agar bisa memegang kendali penuh atas diri sendiri dan dapat mengatasi kurangnya rasa percaya diri peserta didik saat tampil berbicara di depan kelas maupun di tempat umum. Rumusan masalah dalam penelitian ini: Bagaimanakah efektivitas hipnoterapi dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik berbicara di depan kelas maupun di tempat umum di SMAN I Pesisir Selatan?". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hipnoterapi dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik dan untuk mengetahui efektivitas hasil hipnoterapi guru dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik di SMAN I Pesisir Selatan, Kabupaten Pesisir Barat, Provinsi Lampung.

c. Metodologi

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Metode kualitatif adalah penelitian lapangan (field research), yaitu suatu penelitian yang dilakukan di lapangan yang sebenarnya. Dengan jenis dan sumber data menggunakan data primer dan sekunder. Analisis data yang penulis gunakan adalah analisis

kualitatif bersifat induktif yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya di kembangkan pola hubungan tertentu (Sugiyono, 2014)

3. Selanjutnya, penelitian ketiga yang relevan oleh Anis Apriani (2015) berjudul 'Dampak Hipnoterapi untuk Motivasi Belajar Siswa Kelas 5 SDN Purwoyoso, Semarang', Jurusan Ushuruddin, Universitas Islam Nasional Warisongo dan ditulis oleh orang tua Bibin.

Diungkapkan kepada siswa kelas V SDN Purwoyoso. Ia mengatakan: “Sungguh benar anak-anak zaman kini memiliki motivasi belajar yang rendah. Salah satu penyebabnya adalah anak-anak lebih suka bermain bersama teman-temannya sepulang sekolah.” Banyak sekali kaum atas hingga kelas atas membeli dan bermain dengan iPad, tablet, dan gadget (jenis smartphone dengan berbagai game bawaan). Hal ini membuat anak malas karena sudah sibuk bermain dengan perangkat elektronik canggih yang beredar di masyarakat, namun persamaannya sama-sama menggunakan teknik hipnoterapi.

- a. Latar Belakang

Peran seorang siswa adalah belajar, perlu kiranya motivasi belajar tercipta. seiring dengan berkembangnya zaman motivasi belajar supaya lebih ditingkatkan. Bermain, keadaan ekonomi orang tua, orang tua yang *broken home*, lingkungan belajar tidak nyaman, 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.

- b. Tujuan Penelitian

Memberi informasi kepada pembaca tentang ada atau tidak nya pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar.

c. Metodologi Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif eksperimen dengan rancangan eksperimen one group pre-test – posttest design. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala motivasi belajar.

Perbedaan Penelitian

Perbedaan dengan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian di atas bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk metode hipnoterapi massal kepada 35 siswa kelas 5, SDN Purwoyo 02, Semarang, terdiri dari 18 siswa kelompok eksperimen dan 17 siswa kelompok kontrol terutama ketika menghadapi klien anak, sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan hipnoterapi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMP Negeri 1 Ciwaringin secara individu agar lebih terfokuskan dalam meneliti sebuah kasus.
2. Tempat penelitian yang diteliti berbeda dari penelitian sebelumnya
3. Subjek yang diteliti berbeda dari penelitian sebelumnya
4. Metodologi penelitian di atas adalah kuantitatif eksperimen sedangkan penelitian ini menggunakan kualitatif studi kasus

Dari banyaknya penelitian sebelumnya yang ada, menggunakan pembahasan yang mau dieksplorasi pada penelitian ini, masih ada kecenderungan dan disparitas pada hal pembahasan akan namun pembahasan itu hanya dalam satu variabel saja yaitu hipnoterapi. Sementara itu kaitannya menggunakan penelitian ini yang membedakan yaitu tempat penelitian dan subjek penelitian. Dampak dalam proses hipnoterapi mampu membawa perubahan dari segi psikis dan fisik. Klien menjadi lebih tenang, ikhlas, berfikir positif dan lebih bersemangat menjalani kehidupan yang lebih baik.