

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Penggunaan Hipnoterapi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Ciwaringin sesuai dengan prosedur penerapan hipnoterapi pada umumnya dan penambahan teknik *object imagery* dalam sugesti terapeutik yang di berikan berhasil dalam meningkatkan motivasi belajar siswa

1. Faktor penyebab menurunnya motivasi belajar siswa SMP Negeri 1 Ciwaringin ini disebabkan karena kecanggihan teknologi, aplikasi dan game yang membuat siswa malas belajar sehingga prestasinya menurun.
2. Untuk mengetahui deskripsi Penggunaan Hipnoterapi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Ciwaringin. Maka perencanaan yang dilakukan dalam proses penggunaan hipnoterapi menyesuaikan dengan langkah-langkah hipnoterapi, sebagai berikut : *Pre-Induction* (Pra-Induksi), *Induction* (Pra-Induksi), *Deepening* (Pendalaman) dan *Depth Level Test* (Test Kedalaman), *Suggestion* (Sugesti/Saran) Teknik *Object imagery*, *Termination* (Terminasi/Pengakhiran).
3. Kebermanfaat Hipnoterapi ini bisa meningkatkan Motivasi Belajar, Siswa mengikuti pre-tes kuisisioner skala peningkatan, terdeteksi bahwa siswa memiliki peningkatan motivasi dan mendapatkan skor skala peningkatan motivasi dari 4 dan 6 menjadi 10 dan 10 yang termasuk ke dalam kategori baik. Dan dari penelitian yang sudah dilakukan, bahwa ada perubahan pola pikir dan perilaku siswa yang irasional menuju pola pikir yang rasional dan perilaku yang tidak produktif menjadi perilaku yang produktif, setelah melakukan proses hipnoterapi. Berdasarkan hasil observasi akhir atau hasil pengukuran skala yang dialami oleh siswa setelah mengikuti sesi hipnoterapi bahwa siswa mendapatkan peningkatan hasil pengukuran skala yang sangat signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa Penggunaan

Hipnoterapi untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Ciwaringin dapat membantu siswa dalam meningkatkan.

## **B. Saran**

Berdasarkan proses dan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran-saran yang dapat peneliti sampaikan terkait penelitian yang sudah dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa, sebagai berikut :

### **1. Jurusan**

Untuk jurusan terkait harapan yang paling mendalam dari peneliti yaitu jurusan bisa mulai mengadakan kerjasama dengan pihak Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin agar silaturahmi tetap berjalan, dengan mendukung mahasiswa dan mahasiswi BKI sebagai konselor-muda memiliki skill yang dapat membantu proses konseling untuk Belajar lebih mendalam tentang Hipnoterapi dan Mengimplementasikan keilmuannya dalam praktik konseling sebagai teknik penyelesaian masalah konseli.

### **2. Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin**

Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ciwaringin diharapkan dapat menilai lebih baik dalam penggunaan hipnoterapi untuk kebutuhan siswa sehingga dapat dapat membantu menyelesaikan permasalahan psikologis yang dimiliki siswanya.

### **3. Peneliti selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan bisa melakukan pengkajian lebih mendalam berkaitan dengan penerapan hipnoterapi untuk meningkatkan motivasi.

