

**PENERAPAN *PARTS THERAPY* DALAM HIPNOTERAPI UNTUK
MENANGANI MENTAL BLOK PADA REMAJA DI KOTA CIREBON**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM (BKI)

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)

SYEKH NURJATI CIREBON

TAHUN 1444 H/ 2023 M

ABSTRAK

“PENERAPAN *PARTS THERAPY* DALAM HIPNOTERAPI UNTUK MENANGANI MENTAL BLOK PADA REMAJA DI KOTA CIREBON”

Nama : Dimas Agus Darmawan

Nim : 1908306123

Kata Kunci : Hipnoterapi, Parts Therapy, Mental Blok

Remaja seringkali mengalami banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah terutama mental blok yang merupakan salah satu gangguan mental, sehingga dalam hidup bersosial masalah tersebut timbul dalam diri remaja, karena adanya faktor trauma dimasa lalu. Hipnoterapi adalah salah satu cara yang efektif dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar dan membantu menangani masalah pikiran. Teknik *parts therapy* adalah salah satu teknik dalam hipnoterapi dimana seseorang berkomunikasi dengan “bagian” (*parts*) dari diri orang tersebut yang selama ini menghambat kemajuannya. Dengan begitu penggunaan *parts therapy* efektif dalam menangani mental blok pada remaja Kota Cirebon.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi mental blok pada remaja Kota Cirebon, untuk mengetahui penerapan *parts therapy* dalam hipnoterapi, untuk mengetahui pemanfaatan faktor pendukung *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk menangani mental blok dan untuk mengetahui bagaimana hasil penerapan *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk menangani mental blok.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif metode studi kasus. Teknik pengumpulan data ada tiga yaitu wawancara, observasi, dokumentasi. Teknik pengambilan sample yang digunakan yaitu *purposive sampling* dan *snowball sampling*. Karena peneliti merasa sample yang diambil mengetahui tentang masalah yang akan diteliti dengan total 6 informan 1 hipnoterapis dan 5 klien.

Hasil dari penelitian ini bahwa mental blok menghambat perkembangan karena perkataan dan kegagalan yang dialami oleh remaja yang sudah terjadi, penerapan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi sesuai dengan prosedur penerapan hipnoterapi pada umumnya dan berhasil menangani mental blok. Adapun pemanfaatan faktor pendukung yang dilakukan hipnoterapis melakukan pendekatan dengan klien sehingga klien mau, percaya, dan mengikuti hipnoterapis. Hasil yang terjadi pada 5 klien diantaranya: Klien merasa lebih percaya diri, Klien merasa lebih berani, Klien lebih bersemangat untuk melakukan semua keinginannya, Klien merasa tenang untuk mengambil keputusan, Memiliki keyakinan kuat untuk bisa menghadapi kehidupannya, Lebih bersabar dan lebih ikhlas menjalani kehidupan, Klien merasa senang setelah di hipnoterapi, Klien merasa dirinya jadi lebih baik, Klien mampu memahami dirinya, Hipnoterapis berhasil menangani mental blok yang di alami oleh klien remaja Kota Cirebon menggunakan teknik *parts therapy*.

Kata Kunci : Hipnoterapi, Parts Therapy, Mental Blok.

ABSTRACT

“IMPLEMENTATION OF *PARTS THERAPY* IN HYPNOTHERAPY TO TREAT MENTAL BLOCK IN ADOLESCENTS IN CIREBON CITY”

Name : Dimas Agus Darmawan
NIM : 1908306168

Adolescents often experience a lot of changes both emotionally, physically, interests, behavior patterns and are also full of problems, especially mental blocks which are a mental disorder, so that in social life these problems arise in adolescents, due to trauma in the past. Hypnotherapy is an effective and efficient way to reach the subconscious mind and help deal with mental problems. The parts therapy technique is one of the techniques in hypnotherapy where a person communicates with the "parts" of that person that have been hindering his progress. That way the use of parts therapy is effective in dealing with mental blocks in adolescents in Cirebon City.

This study aims to determine the condition of mental blocks in adolescents in Cirebon City, to determine the application of parts therapy in hypnotherapy, to determine the use of supporting factors for parts therapy in hypnotherapy to treat mental blocks and to find out how the results of applying parts therapy in hypnotherapy to treat mental blocks..

This study uses a qualitative descriptive case study method. There are three data collection techniques, namely interviews, observation, documentation. The sampling technique used was side purposive and snowball sampling. Because researchers feel that the sample taken knows about the problem to be studied with a total of 6 informants 1 hypnotherapist and 5 clients.





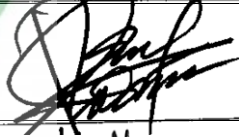

The results of this study are that mental blocks impede development due to words and failures experienced by adolescents that have already occurred, the application of parts therapy techniques in hypnotherapy is in accordance with the procedures for implementing hypnotherapy in general and is successful in dealing with mental blocks. The use of supporting factors by the hypnotherapist approaches the client so that the client wants, believes, and follows the hypnotherapist. The results that happened to 5 clients include: Clients feel more confident, Clients feel braver, Clients are more eager to do all they want, Clients feel calm to make decisions, Have strong confidence to be able to face life, Be more patient and more sincere in living life, Clients feel happy after being hypnotized, Clients feel better, Clients are able to understand themselves, Hypnotherapists have succeeded in handling the mental blocks experienced by teenage clients in Cirebon City using parts therapy techniques.

Keywords: Hypnotherapy, Parts Therapy, Mental Block.

PENGESAHAN

Skripsi berjudul “**Penerapan Parts Therapy Dalam Hipnoterapi Untuk Menangani Mental Blok Pada Remaja Di Kota Cirebon**” oleh Dimas Agus Darmawan, NIM 1908306123, telah dimunaqosahkan pada tanggal 03 April 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 Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan <u>Drs. H. Muzaki, M.Ag</u> NIP. 196607201999031001	06 April 2023	
Sekretaris Jurusan <u>Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I</u> NIP. 198307052011011014	06 April 2023	
Penguji I <u>Dr. Siti Fatimah, M.Hum</u> NIP. 196509141998032001	05 April 2023	
Penguji II <u>Asriyanti Rosmalina, M.Ag</u> NIP.197603312007102004	06 April 2023	
Pembimbing I <u>Drs. Arief Rachman, M.Si</u> NIP. 196607201999031001	05 April 2023	
Pembimbing II <u>Herny Novianti, M.Pd</u> NIP. 320170119811121201	06 April 2023	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



LEMBAR PERSETUJUAN

**PENERAPAN *PARTS THERAPY* DALAM HIPNOTERAPI UNTUK
MENANGANI MENTAL BLOK PADA REMAJA DI KOTA CIREBON**

Disusun Oleh:



DIMAS AGUS DARMAWAN

NIM. 1908306123

Menyetujui,

Pembimbing I



Drs. Arief Rachman, M.Si
NIP. 196607201999031001

Pembimbing II



Herny Novianti, M.Pd
NIP. 320170119811121201

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam



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

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 : Dimas Agus Darmawan

NIM : 1908306123

Judul : Penerapan *Parts therapy* Dalam Hipnoterapi Untuk Menangani Mental Blok Pada Remaja Di Kota Cirebon

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

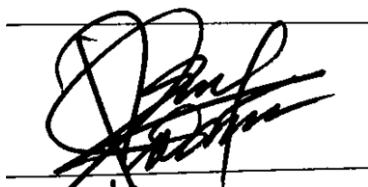
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

IAIN SYEKH NURJATI
CIREBON

Cirebon, 24 Maret 2023

Pembimbing I

Pembimbing II



Drs. Arief Rachman, M.Si
NIP. 196607201999031001



Herny Novianti, M.Pd
NIP. 320170119811121201

PERNYATAAN KEASLIAN

Bismillahirrahmaanirrahiim

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Dimas Agus Darmawan

NIM : 1908306123

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

Judul : Penerapan *Parts therapy* Dalam Hipnoterapi Untuk Menangani Mental Blok Pada Remaja Di Kota 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, 24 Maret 2023

Pembuat Pernyataan,



Dimas Agus Darmawan
NIM.1908306123

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Dimas Agus Darmawan
Tempat/Tanggal Lahir : Subang, 25 Agustus 2000
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Nama Bapak : Hambali
Nama Ibu : Rohanah
Telp./ HP : 089648375686
e-mail : Dimasagusdarmawan@gmail.com

Alamat Lengkap : Dusun Sukamaneuh, Desa Jatireja, RT 01/RW 03 No 12
Kecamatan Compreg, Kabupaten Subang, Jawa Barat

Riwayat Pendidikan:

1. SD Negeri Purnawarman, Lulus pada tahun 2013
2. SMP Negeri 1 Ciwaringin, Lulus pada tahun 2016
3. SMA Negeri 1 Compreg, 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 "**PENERAPAN PARTS THERAPY DALAM HIPNOTERAPI UNTUK MENANGANI MENTAL BLOK PADA REMAJA DI KOTA CIREBON**", dibawah Bimbingan Dr. Arief Rachman, M,Si dan Hery Novianti, M.Pd

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

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.

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 ku, Bapak dan Ibu tercinta (Hambali dan Rohanah) 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 dan adikku yang luar biasa dalam memberikan motivasi, kasih sayang, dukungan dan do'a yang tanpa henti. Samsul Ma Arif dan Nanda Apriyanti Sholeha, 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 dan Bapak Arief Rachman serta Ibu Herny Novianti 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 Master Indra dan Master-master lainnya yang memberikan pengetahuan tentang hipnosis selaku perkumpulan atau Komunitas Hipnosis Cirebon. Terimakasih sudah memfasilitasi akses belajar dan suatu perjalanan prosesku yang amat sangat berharga, Suatu kebaikan yang sangat tak terlupakan dalam perjalanan hidupku, Terimakasih segala kebaikan dan ilmu yang sudah diberikan dibalaskan tiada tara oleh Allah swt.

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

**“BELAJAR DARI IBNU HAJAR, MENTAL BLOK BUKAN SEBUAH
HALANGAN UNTUK MENCAPAI KESUKSESAN”**

-Dimas Agus Darmawan-



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 “Penerapan *Parts therapy* Dalam Hipnoterapi Untuk Menangani Mental Blok Pada Remaja Di Kota 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.
2. Dr. Siti Fatimah, M.Hum selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
3. Bapak Drs. H. Muzaki, M.Ag Ketua jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon yang telah menyetujui pemilihan judul skripsi ini.
4. Bapak Dr.Jaja Suteja, M.Pd.I Sekretaris jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon yang telah membantu mahasiswa dengan kesabaran dan keikhlasan yang luar biasa.
5. Bapak Dr. Arief Rachman, M.Si , 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 ajarkan dan arahan mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT.
6. Ibu Herny Novianti, M.Pd, 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 Ibu ajarkan dan arahan mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT.

7. Ibu Dr. Siti Fatimah, M.Hum dan ibu Asriyanti Rosmalina, M.Ag selaku Dosen Penguji yang dengan kebaikan hatinya telah memberikan banyak masukan dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Segenap Dosen jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati yang telah memberikan ilmunya dengan ikhlas selama penulis menempuh studi. Semoga segala ilmu yang diberikan dapat bermanfaat.
9. Staff jurusan BKI, Ibu Tiwi Nur Apriani yang selalu memberikan motivasi dan memberikan pelayanan yang baik, sehingga setiap kali ketegangan bisa ternetralisir ketika bertemu dengan beliau.
10. Seluruh Staf TU fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang telah membantu selama penelitian.
11. Pembina Komunitas Hipnosis Cirebon, Master Indra Setiawan, C.Ht, CI yang telah memberikan bimbingannya dan mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di Komunitas Hipnosis Cirebon .
12. Seluruh jajaran kepengurusan Komunitas Hipnosis Cirebon, yang sudah membantu proses dari penelitianku dan dukungan motivasi.
13. Keluarga tercinta Ayahanda Bapak Hambali dan Ibu Rohanah, serta kakak dan adikku Samsul Ma Arif, dan Nanda Apriyanti Soleha serta semua keluarga yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan do'a, motivasi, semangat dan kasih sayang.
14. 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 hipnoterapis.

Wa'alaikumussalam. Wr.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
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
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
G. Penelitian Terdahulu.....	9
1. Marpuah (2009).....	9
2. Mawaddah Ramadhana (2020).....	11
3. Rahmaditta Kurniawati (2017).....	13
BAB II. KAJIAN TEORI	15
A. Hipnoterapi.....	15
1. Definisi Hipnoterapi.....	15
2. Sejarah Hipnoterapi.....	17
3. Tahapan Hipnoterapi.....	18
4. Tujuan dan Manfaat Hipnoterapi.....	19

5. Hipnoterapi Dalam Memecahkan Masalah	21
6. Cara Hipnoterapi Bekerja.....	23
7. Dorongan Psikologis dan Fungsi Hipnoterapi.....	27
8. Bahasa dan Sugesti Dalam Hipnoterapi.....	29
B. <i>Parts Therapy</i>	32
1. Sejarah <i>Parts therapy</i>	32
2. Definisi Teknik <i>Parts therapy</i>	33
3. Aspek dan Indikator <i>Parts Therapy</i>	35
4. Tujuan <i>Parts Therapy</i>	35
5. Peran Hipnoterapis.....	36
6. <i>Regression Therapy</i>	36
7. Langkah-langkah Proses <i>Parts therapy</i>	37
8. Faktor Pendukung Penerapan Teknik <i>Parts Therapy</i>	39
C. Mental Blok	40
1. Pengertian Mental Blok	40
2. Faktor Terjadinya Mental Blok	43
3. Jenis-Jenis Mental Blok	44
4. Tingkatan Mental Blok	45
D. Remaja.....	46
1. Definisi Remaja	46
2. Batasan usia Remaja	47
3. Ciri-ciri Masa Remaja.....	47
4. Karakteristik Umum Perkembangan Remaja	49
5. Tugas Perkembangan Remaja	50
E. Menangani Mental Blok pada Remaja Menggunakan <i>Parts Therapy</i> dalam Hipnoterapi.....	51
1. Hipnoterapi.....	53
2. <i>Parts Therapy</i>	53

3. Langkah-Langkah Penerapan <i>Parts therapy</i> Dalam Hipnoterapi.....	54
BAB III. METODE PENELITIAN DAN DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN	57
A. Metode Penelitian	57
1. Metode Penelitian.....	57
2. Pendekatan Penelitian	58
3. Sumber Data.....	58
4. Teknik Pengumpulan Data.....	59
5. Tempat dan Waktu Penelitian	62
B. Profil Komunitas Hipnosis Cirebon	63
1. Sejarah Komunitas Hipnosis Cirebon.....	63
2. Visi dan Misi	64
3. Lingkup Kegiatan	64
4. Bidang Kegiatan Komunitas Hipnosis Cirebon.....	65
BAB IV. PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN	67
A. Profil Informan	67
B. Pembahasan Penelitian Hipnoterapi Teknik <i>Parts Therapy</i> untuk Menangani Mental Blok.....	67
1. Klien Hipnoterapi Remaja Kota Cirebon untuk Menangani Mental Blok	67
2. Pelaksanaan Hipnoterapi Teknik <i>Parts Therapy</i> untuk Menangani Mental Blok	73
3. Hasil Yang Dicapai Dalam Penerapan Hipnoterapi Menggunakan Teknik <i>Parts Therapy</i> Untuk Menangani Mental Blok Pada Remaja Kota Cirebon.....	74
C. Hasil Pembahasan	79
1. Kondisi Mental Blok Remaja Kota Cirebon	79
2. Penerapan <i>Parts therapy</i> dalam Hipnoterapi Untuk Menangani Mental Blok pada Remaja Kota Cirebon.....	80
3. Pemanfaatan Faktor Pendukung Teknik <i>Parts therapy</i> Dalam Hipnoterapi Untuk Menangani Mental Blok.....	89
4. Hasil Penerapan <i>Parts therapy</i> dalam Hipnoterapi untuk Menangani Mental Blok Pada Remaja Kota Cirebon	91

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA.....	98

