

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa puncak ketika individu mengalami konflik dan perubahan suasana hati, sehingga pandangan, tindakan, dan emosi mudah berubah-ubah. Remaja pada tahap tersebut mengalami perubahan banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja. Masa remaja disebut sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 1999 : 26).

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. Masalah 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, 1980 : 203).

Menurut analisis peneliti dari beberapa definisi remaja di atas dapat dikatakan bahwa masa remaja di sebut sebagai masa transisi perkembangan atau perubahan dari masa kanak-kanak ke remaja diantaranya yaitu melibatkan perubahan dari segi biologis, psikologis, kognitif, perilaku, emosi, tubuh, perubahan fisik, sosial dan minat. Hal ini disebabkan karena adanya gangguan psikologis dimana mereka memiliki perasaan malu, merasa gelisah, merasa cemas, bahkan takut gagal sebelum mencoba sehingga remaja tersebut kehilangan rasa kepercayaan diri dan membuat mental blok yang merugikan dirinya dimasa depan.

Banyaknya permasalahan yang terjadi pada remaja tersebut salah satunya yaitu mental blok yang merupakan salah satu gangguan mental, sehingga dalam hidup bersosial masalah tersebut timbul dalam diri remaja, karena adanya faktor trauma dimasa lalu. Pikiran adalah alat untuk memahami segala sesuatu yang ada di muka bumi ini dan dapat meraih kebahagiaan dan kesuksesan serta mempertahankan kesempurnaannya sesuai dengan esensi penciptaan manusia itu sendiri (Ronodirjo, 2016 : 8).

Mental blok juga merupakan salah satu hambatan remaja untuk menyampaikan perasaan, kemampuan serta hal-hal lain yang menyangkup pesan verbal. “Bencana/malapetaka selalu datang” yaitu mental blok rentan terhadap kritik atau terhadap situasi emosional atau mudah merasa terancam (mudah panik, ketakutan tak beralasan baik terhadap kesehatan, hal-hal yang dipandang berbahaya, kemiskinan ataupun terhadap ketidakmampuan untuk mengontrol situasi atau diri sendiri, menganggap dunia bukan tempat yang aman).

Seseorang bisa menerima adanya mental blok sehingga dijadikan motivasi untuk dirinya bangkit, akan tetapi ada juga yang tidak bisa lepas dari mental blok sehingga menghambat proses dan kemajuan, pada akhirnya tidak bisa mencapai kesuksesan. Mental blok bisa sejauh itu mempengaruhi kehidupan seseorang, jadi kesuksesan dalam segi apapun, bisa saja terhalang karena faktor-faktor pengalaman masa lalu baik dari orang tua, lingkungan serta orang lain (Antonius, 2012 : 12). Akan tetapi, banyak tidak tahu cara melakukan pengendalian diri dan manajemen pikiran untuk bisa mendobrak mental blok tersebut sesuai yang di ungkapkan oleh pak Nurkholis seorang psikoterapis kota Cirebon “remaja kota Cirebon umumnya seputar tidak percaya diri, cemas, takut, malu dan sebagainya. Sebenarnya remaja yang memiliki mental blok tidak menyadari adanya mental blok, tetapi menyadari bahwa kepercayaan diri dan perkembangannya terhambat, dan beberapa penyebabnya karena perkataan dan kegagalan yang dialami oleh remaja” (Nurkholis, wawancara pribadi, 28 November, 2022).

Menurut analisis peneliti dari beberapa definisi mental blok di atas dapat dikatakan bahwa, permasalahan mental blok tersebut seakan terjadi begitu saja

kepada remaja, bahkan sebagian remaja tidak menyadari adanya mental blok yang dibuat oleh pikiran dan dirinya sendiri dimasa lalu. Siapapun pernah mengalaminya bahkan ada yang sudah melewatinya, akan tetapi hanya sebagian orang menyadari adanya mental blok.

Menurut Hunter (2015 : 17), hipnosis membantu mengubah bawah sadar adalah alasan mengapa ada profesi secara utuh di dedikasikan kepada penggunaan hipnoterapi untuk membantu orang-orang mengubah hidupnya, hipnoterapi merupakan teknik terapi menggunakan metode hipnosis yang dilakukan dengan memberikan sugesti positif kealam bawah sadar seseorang sehingga dapat membantu mengubah perilaku individu.

Hal di atas sesuai yang diungkapkan oleh Erickson (1979 : 31), yang 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.

Hipnoterapi dapat membantu untuk menyembuhkan dan membuka ingatan yang dianggap telah menyebabkan mereka memengaruhi keadaan mereka saat ini. Hipnoterapi adalah hipnosis yang di gunakan sebagai sarana untuk penyembuhan masalah mental dan fisik (Gunawan, 2005 : 23).

Penelitian yang dilakukan oleh Marpuah (2009 : 87) dirangkum dalam penelitiannya yang berjudul “Metode Hipnoterapi Untuk Mengatasi Anak Fobia di Tranzcare Mampang Prapatan, Jakarta Selatan” menyimpulkan bahwa “kelebihan hipnoterapi adalah efektif serta efisien. Terlihat dari tanpa penggunaan obat yang dapat menimbulkan efeknya, namun perlu dipahami bahwa cara ini hanya alat bantu jika hipnoterapi tersebut berhasil. Hipnoterapi merupakan salah satu metode pengobatan yang cukup efektif diterapkan untuk permasalahan psikologis maupun psikosomatis.

Berdasarkan hasil analisis peneliti mengenai pengertian hipnoterapi di atas dapat dikatakan bahwa hipnoterapi adalah salah satu cara yang mudah, cepat, efektif dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar dan membantu

menyembukan masalah pikiran yang terganggu. Hipnoterapi memiliki begitu banyak bukti dan manfaat yang dapat diperoleh, dari mulai dari masalah kejiwaan hingga gangguan kesehatan.

Menurut Setiawan hipnoterapis di Kota Cirebon yang mengatakan bahwa hipnoterapi adalah salah satu metode penyembuhan yang luar biasa, selama 10 tahun mempelajari dan melakukan hipnoterapi banyak sekali keajaiban yang terjadi, salah satunya klien yang memiliki penyakit *stroke* yang mendapatkan kesembuhan dari Allah melalui ikhtiar hipnoterapi (Setiawan, wawancara pribadi, 27 November, 2022).

Teknik *parts therapy* adalah salah satu teknik dalam hipnoterapi dimana seseorang berkomunikasi dengan “bagian” (*parts*) dari diri orang tersebut yang selama ini menghambat kemajuannya. Di dalam dirinya ada banyak “bagian”. Setiap bagian ini menyerupai “seseorang” dengan kepribadian, karakter, memori, rule, belief, value, dan tujuan masing-masing. *Parts therapy* digunakan untuk masalah dengan konflik internal yang terjadi dalam diri seseorang karena terdapat sisi-sisi kepribadian yang saling bertolak belakang kedua sisi tersebut memiliki tujuan baik menurut sudut pandang masing-masing bagian (*parts*) sehingga menimbulkan pertentangan yang terus-menerus untuk memenangkan salah satu bagian tersebut perlu pelemahan salah satu bagian, agar bisa dapat membantu seseorang untuk mencapai langkah yang diinginkan (Hunter, 2005 : 37).

Menurut hasil analisis peneliti dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan generasi masa depan selaku penerus bangsa yang menjadi sesuatu harapan serta kebanggaan tertentu untuk orang tuanya apabila anak-anaknya sehat serta baik, sehat secara jasmaniah serta rohaninya, dan sanggup untuk bisa aktif meningkatkan kemampuan yang dimilikinya. Akan tetapi, setiap perkembangan yang dialami oleh masing-masing remaja berbeda dan pada kenyataannya ada yang memiliki mental blok, sehingga menghambat untuk perkembangan. Penerapan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi merupakan salah satu teknik yang cukup efisien dikarenakan dalam penerapannya dapat membantu menyelesaikan

permasalahan internal dan yang timbul dari konflik antara "bagian" diri mereka sendiri.

Kegiatan hipnoterapi di daerah kota, makin dirasakan oleh masyarakat sebagai tuntunan hidup untuk memperoleh kondisi sehat mental, karena melalui pelayanan hipnoterapi dapat membantu mengatasi problema yang dihadapi, terutama dalam membantu mengatasi permasalahan mental blok pada remaja.

Hipnoterapis bekerja di lingkungan yang kompleks, kepekaan dan empati adalah persyaratan yang sangat penting ketika berhadapan dengan gangguan mental, karena setiap orang secara fisik dan mental berbeda. Dalam hal ini hipnoterapis bertanggung jawab memberikan cara terbaik untuk mengatasi mental blok kepada klien yang datang untuk menyembuhkan permasalahan mental blok. Namun sayangnya, kebanyakan pengobatan atau terapi sulit menjangkau masalah fikiran atau lebih tepatnya fikiran bawah sadar, sedangkan saat ini metode yang menggunakan alam bawah sadar adalah hipnoterapi.

Dalam hal ini masyarakat Kota Cirebon membutuhkan tempat pelayanan hipnoterapi untuk mengatasi permasalahan psikologis terutama mental blok dan salah satu tempat yang memberikan layanan hipnoterapi di Kota Cirebon adalah Komunitas Hipnosis Cirebon yang berlokasi di Jl. Perjuangan BTN PDK B.49 Kelurahan Sunyaragi, Kecamatan Kesambi, Kabupaten Cirebon, Jawa Barat.

Berkaitan dengan permasalahan di atas, peneliti ingin mengeksplorasi metode penyembuhan yang dapat mengatasi permasalahan hidup khususnya mental blok pada remaja Kota Cirebon yaitu menggunakan metode hipnoterapi dengan teknik *parts therapy*. Selama ini banyak masyarakat yang menganggap bahwa hipnosis merupakan suatu kegiatan klenik, magic, atau gaib. Karena masyarakat awam menganggap dan memengatakan hipnosis merupakan metode untuk memperdaya orang. Namun pada kaitannya hipnosis merupakan metode untuk digunakan sebagai fasilitas pengobatan (hipnoterapi).

Oleh karena itu, penelitian mengenai penerapan hipnoterapi dengan menggunakan teknik *parts therapy* untuk mengatasi mental blok pada remaja di Kota Cirebon jadi hal yang menarik untuk dipelajari secara mendalam. Peneliti bermaksud untuk mengambil judul dalam karya ilmiah (skripsi) **“Penerapan *Parts therapy* dalam Hipnoterapi untuk Menangani Mental blok pada Remaja di Kota Cirebon”**.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Banyaknya dampak negatif karena adanya mental blok di dalam diri yang menghambat perkembangan remaja.
2. Penggunaan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi merupakan untuk membantu mengatasi Mental blok pada remaja.
3. Kurangnya praktisi hipnoterapi untuk membantu remaja dalam menangani mental blok.

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 masalah mental blok yang terjadi pada remaja Kota Cirebon
2. Penerapan metode hipnoterapi dengan menggunakan teknik *parts therapy* untuk menangani permasalahan mental blok yang terjadi pada remaja di Kota Cirebon.

Berdasarkan permasalahan diatas maka permasalahan dapat dirumuskan yaitu penerapan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk menangani mental blok pada remaja di Kota Cirebon.

D. Rumusan Masalah

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

1. Bagaimana kondisi mental blok remaja Kota Cirebon?
2. Bagaimana cara penerapan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk mengatasi mental blok yang terjadi pada remaja di Kota Cirebon?
3. Bagaimana memanfaatkan faktor-faktor pendukung teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk menangani mental blok pada remaja di Kota Cirebon?
4. Bagaimana hasil setelah melakukan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi pada remaja yang memiliki mental blok?

E. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui kondisi mental blok remaja Kota Cirebon
2. Untuk mengetahui penerapan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi pada klien remaja Kota Cirebon khususnya yang memiliki mental blok.
3. Untuk dapat mengetahui yang menjadi faktor pendukung dalam mengatasi klien remaja Kota Cirebon khususnya yang memiliki mental blok.
4. Untuk mengetahui hasil penerapan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk menangani klien remaja Kota Cirebon yang memiliki mental blok.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan masukan akademik kepada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon, khususnya mengenai penerapan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk menangani Mental blok pada remaja.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan pedoman masyarakat atau yang mengkaji metode hipnoterapi terutama dalam mengatasi mental blok.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat merubah persepsi masyarakat awam mengenai hipnoterapi.

2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi serta edukasi kepada pembaca dan diharapkan menjadi pedoman bagi pembaca yang mengkaji hipnoterapi terutama tentang penerapan hipnoterapi terhadap mental blok.

Hasil dari ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Komunitas Hipnosis Cirebon
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada Komunitas terkait penerapan hipnoterapi untuk menangani mental blok yang menghambat perkembangan belajar remaja.
- b. Guru Bimbingan Konseling atau Konselor
Penelitian ini di harapkan dapat memberi manfaat dan informasi untuk guru bimbingan konseling atau konselor agar memberikan perhatian kepada remaja yang memiliki permasalahan mental blok sehingga menghambat perkembangan dengan menggunakan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi.
- c. Remaja
Penelitian ini diharapkan bisa membantu dan memberikan informasi kepada remaja mengenai mental blok yang terjadi dalam diri serta pengetahuan teknik *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk meangani Mental blok.
- d. Hipnoterapis
Penelitian ini diharapkan bisa membantu memberikan informasi kepada Hipnoterapis dalam membantu menangani permasalahan mental blok yang terjadi pada diri klien menggunakan teknik *parts therapy*.

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Marpuah (2009)

Dirangkum dalam skripsi “Metode Hipnoterapi Untuk Mengatasi Anak Fobia di Tranzcare Mampang Prapatan, Jakarta Selatan”.

a. Latar Belakang Penelitian:

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 penanggulangan permasalahan phobia terutama ketika menghadapi klien anak.

c. Metode Penelitian:

Metode 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.

e. Perbedaan Penelitian

Perbedaan dengan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah:

1) Penelitian di atas menggunakan metode hipnoterapi untuk mengatasi phobia, sedangkan penelitian ini adalah penerapan hipnoterapi untuk mengatasi mental blok

2) Penelitian di atas bertujuan untuk mengetahui bagaimana bentuk metode hipnoterapi secara langsung terhadap penanggulangan permasalahan phobia terutama ketika menghadapi klien anak, sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik

parts therapi dalam hipnoterapi untuk mengatasi mental blok yang terjadi pada remaja di Kota Cirebon

- 3) Penelitian ini menggunakan tehnik *parts therapi* sebagai tehnik yang digunakan dalam melakukan proses hipnoterapi
- 4) Tempat penelitian yang di teliti berbeda dari penelitian sebelumnya
- 5) Subjek yang di teliti berbeda dari penelitian sebelumnya
- 6) Metode penelitian in di atas adalah kulitatif deskriptif sedangkan penelitian ini menggunakan kulitatif studi kasus

2. Mawaddah Ramadhana (2020)

Skripsi berjudul “Mental Blok Sebagai Faktor Penghambat Komunikasi Verbal Terhadap Masyarakat Kecamatan Kota Gajah Kabupaten Lampung Tengah”.

a. Latar Belakang Penelitian:

Penelitian ini diungkapkan karena banyak orang-orang yang menganggap bahwa karakter menutup diri berdasarkan watak asalnya padahal sejatinya karakter dapat dirubah dengan cara mengubah sudut pandang berpikir seseorang terhadap sesuatu dimana mengidentifikasi dan menganalisa faktor psikologis yang ada didalam diri seseorang tersebut.

Faktor psikologis yang dimaksud adalah Mental Block dimana Mental Block merupakan hambatan secara psikologis tertanam dalam pikiran seseorang yang mempengaruhi pengambilan keputusan yang pada akhirnya akan merubah perilaku kearah yang lebih negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses Mental Block yang terjadi dalam diri dan juga pengaruh Mental Block terhadap citra komunikasi.

b. Tujuan Penelitian:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses Mental Block yang terjadi dalam diri dan juga pengaruh Mental Block terhadap citra komunikasi.

c. Metode Penelitian:

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif lapangan (*field research*) dengan menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi.

Penelitian ini menggunakan Teknik *Purposive Sampling* dimana peneliti menggunakan sampel berdasarkan ciri dan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian.

d. Hasil Penelitian:

1) Mental blok

Hambatan psikologis yang tertanam dalam pikiran, dapat membuat pengambilan tindakan sehingga kehidupan memiliki perubahan perilaku menjadi lebih negatif. Mental blok diawali karena beberapa faktor trauma, tanggapan negatif serta pengalaman masa lampau yang buruk.

2) Jenis Mental blok

Mental blok terjadi pada masalah hanya pada saat itu saja. Dan Mental blok yang terjadi di masa lampau akan tetapi masih tersimpan saat ini. Untuk mengatasi mental blok dengan terapi dan proses konsep diri, terapi bisa membantu psikologis, spiritual dan juga secara proses konsep diri saat seseorang merasa dapat mengenal dirinya.

3) Wanita tidak mudah yang orang pikirkan,

RA berhipotesis bahwa pengetahuan yang diperoleh tidak mempengaruhi pencarian kerja seseorang, dan IR menyatakan bahwa merokok dapat mempengaruhi keadaan fisik dan emosional seseorang. tidak ada keinginan untuk mengubah perilaku dan asumsi.

e. Perbedaan Penelitian

Perbedaan dengan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah:

- 1) Penelitian di atas meneliti tentang permasalahan mental blok sebagai faktor penghambat komunikasi, sedangkan penelitian ini menggunakan metode hipnoterapi menggunakan tehnik *parts therapy* untuk mengatasi mental blok
- 2) Penelitian di atas bertujuan untuk mengetahui proses Mental Block yang terjadi dalam diri dan juga pengaruh Mental Block terhadap citra komunikasi, sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan tehnik *parts therapy* dalam hipnoterapi untuk mengatasi mental blok yang terjadi pada remaja di Kota Cirebon

- 3) Tempat penelitian yang di teliti berbeda dari penelitian sebelumnya
- 4) Subjek yang di teliti berbeda dari penelitian sebelumnya
- 5) Metode penelitian ini di atas adalah kualitatif lapangan (*field research*) sedangkan penelitian ini menggunakan kualitatif studi kasus

3. Rahmaditta Kurniawati (2017)

Selanjutnya, penelitian ketiga yang relevan “Hipnoterapi Dalam Menangani Istri Stres Akibat Perselingkuhan di Lembaga Ztrongmind Karang Anyar”.

a. Latar Belakang Penelitian:

Emosi menjadi salah satu aspek yang memiliki pengaruh besar atas reaksi manusia terhadap situasi tertentu, dan rasa takut merupakan salah satu dari emosi yang dimiliki oleh manusia. Perselingkuhan merupakan tindakan yang tidak dibenarkan, akan tetapi banyak sekali terjadi perselingkuhan. Akibatnya bukan hanya perempuan yang menjadi korban akibat perselingkuhan tetapi lelaki pun bisa menjadi korban.

Korban perselingkuhan memiliki tingkat stress yang sangat berat sehingga mental dan emosinya terganggu, maka dari itu perlu adanya bantuan yang dapat menghilangkan stress. Hipnoterapi merupakan salah satu pengobatan yang dapat membantu mengurangi tingkat stress terutama dalam kasus stress akibat perselingkuhan.

b. Tujuan Penelitian:

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran tentang bagaimana pelaksanaan hipnoterapi dalam mengatasi istri stress akibat perselingkuhan

c. Metode Penelitian:

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif, pengumpulan data penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara.

d. Hasil Penelitian:

Berdasarkan hasil penelitian ini adalah pelaksanaan hipnoterapi di lembaga Ztrongmind terdapat beberapa proses antara lain: (1). Pre-

Induction; (2). Induction; (3). Deepening; (4). Quantum; (5). Sugestion; (6). Termination.

e. Perbedaan Penelitian

Perbedaan dengan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah:

- 1) Penelitian di atas menggunakan metode hipnoterapi untuk mengatasi istri stres akibat perselingkuhan, sedangkan penelitian ini adalah penerapan hipnoterapi untuk mengatasi mental blok
- 2) Penelitian di atas bertujuan untuk memberikan gambaran tentang bagaimana pelaksanaan hipnoterapi dalam mengatasi istri stress akibat perselingkuhan, sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan tehnik *parts therapi* dalam hipnoterapi untuk mengatasi mental blok yang terjadi pada remaja di Kota Cirebon
- 3) Penelitian ini menggunakan tehnik *parts therapi* sebagai tehnik yang digunakan dalam melakukan proses hipnoterapi
- 4) Tempat penelitian yang di teliti berbeda dari penelitian sebelumnya
- 5) Subjek yang di teliti berbeda dari penelitian sebelumnya
- 6) Metode penelitian in di atas adalah kullitatif deskriptif sedangkan penelitian ini menggunakan kullitatif studi kasus

Dari beberapa penelitian di atas terdapat kesamaan dari segi argumentasi dan penjelasan awal namun pembahasan hanya berkaitan dengan variabel hipnoterapi dan mental blok secara terpisah.

