

SKRIPSI

PENDEKATAN HIPNOSIS DALAM MENGIDENTIFIKASI MASALAH GANGGUAN MENTAL DI PONDOK JIWA RAGA (DESA KARANGMANGU KECAMATAN SUSUKAN LEBAK KABUPATEN CIREBON)

Diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Disusun Oleh:

MOH FAJRUL FALACH MAULIDI

1413363048

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
CIREBON
2020**

SKRIPSI

PENDEKATAN HIPNOSIS DALAM MENGIDENTIFIKASI MASALAH GANGGUAN MENTAL DI PONDOK JIWA RAGA (DESA KARANGMANGU KECAMATAN SUSUKAN LEBAK KABUPATEN CIREBON)

Diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Disusun Oleh:

MOH FAJRUL FALACH MAULIDI

1413363048

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
CIREBON
2020**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PENDEKATAN HIPNOSIS DALAM MENGIDENTIFIKASI MASALAH
GANGGUAN MENTAL DI PONDOK JIWA RAGA (DESA
KARANGMANGU KECAMATAN SUSUKAN LEBAK KABUPATEN
CIREBON)**



HERMAN BENI, MA
NIP. 1978043 020110 1 1004

ASRIYANTI ROSMALINA, M. Ag
19760331 200710 2 004

NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

IAIN Syekh Nurjati

Di

Cirebon

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah Melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Mohammad Fajrul Falach Maulidi

NIM : 1413363048

Judul "Pendekatan Hipnosis Dalam Mengidentifikasi Masalah Gangguan Mental Di Pondok Jiwa Raga (Desa Karangmangu Kecamatan Susukan Lebak Kabupaten Cirebon"

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN / Syekh Nurjati Cirebon untuk dimunaqosahkan.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

IAIN SYEKH NURJATI
CIREBON

Cirebon, 05 Juni 2020

Pembimbing I

Pembimbing II



HERMAN BENI, MA
NIP. 1978043 020110 1 1004



ASRIYANTI ROSMALINA, M. Ag
19760331 200710 2 004

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmaanirrahiim

Saya yang bertanda tangan dibawah ini.

Nama : **Mohammad Fajrul Falach Maulidi**

NIM : **1413363048**

Judul : **"Pendekatan Hipnosis Dalam Mengidentifikasi Masalah Gangguan Mental Di Pondok Jiwa Raga (Desa Karangmangu Kecamatan Susukan Lebak Kabupaten Cirebon)"**

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya penulis yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana (S-1) di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
2. Semua Sumber yang Penulis gunakan dalam penulisan skripsi ini telah dicantumkan sesuai ketentuan atau pedoman karya tulis ilmiah; dan
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini sebagian maupun seluruh isinya merupakan karya plagiat, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN SYEKH Nurjati Cirebon.

**IAIN SYEKH NURJATI
CIREBON**

Cirebon, 05 Juni 2020

Yang Membuat Pernyataan



Moh Fajrul Falach Maulidi

Nim : 1413363038

PENGESAHAN

Skripsi **PENDEKATAN HIPNOSIS DALAM MENGIDENTIFIKASI MASALAH GANGGUAN MENTAL DI PONDOK JIWA RAGA (DESA KARANGMANGU KECAMATAN SUSUKAN LEBAK KABUPATEN CIREBON)** oleh **Mohammad Fajrul Falach Maulidi, NIM. 1413363048** telah dimunaqosahkan pada Tanggal 19 Juni 2020 dihadapan Dewan Penguji dan Dinyatakan **LULUS**.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Syekh Nurjati.

	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001	03-07-2020	
Sekretaris Jurusan Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	03-07-2020	
Penguji I Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001	03-07-2020	
Penguji II Dr. Arief Rachman, M.Si NIP. 19690927 200003 1 0003	03-07-2020	
Pembimbing I Herman Beni, MA NIP. 1978043 020110 1 10004	03-07-2020	
Pembimbing II Asriyanti Rosmalina, M.Ag NIP. 196760331 200710 2 004	03-07-2020	

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. HAJAM, M.Ag

NIP. 19670721 200312 1 002

**PENDEKATAN HIPNOSIS DALAM MENGIDENTIFIKASI MASALAH
GANGGUAN MENTAL DI PONDOK JIWA RAGA (DESA
KARANGMANGU KECAMATAN SUSUKAN LEBAK KABUPATEN
CIREBON)**

Oleh:

**Mohammad Fajrul Falach Maulidi
1413363048**

Abstrak

Dilihat dari penelitian Adi W. Gunawan, bahwa sekitar 75 % dari semua penyakit fisik yang diderita banyak orang sebenarnya bersumber dari masalah mental dan emosi. Jadi tidak dipungkiri banyak penyakit fisik yang diderita banyak orang sebenarnya bersumber dari masalah mental dan emosi. Salah satu yang menyebabkan penyakit fisik, yaitu trauma terhadap sesuatu diluar batas wajar. Kesehatan mental sangat berpengaruh dalam penyakit fisik yang diderita seseorang. Dan hal ini juga dapat mengakibatkan tumbuh tidak percaya diri, minder, dan tidak berani mengambil resiko. Akibatnya menjadi lambat dalam memperoleh pengalaman baru, atau lambat merespons rangsang pertumbuhan. Salah satu metode yang dilakukan untuk menangani masalah ini yaitu dengan metode yang menggunakan pikiran alam bawah sadar atau lebih dikenal Hipnoterapi. Hipnoterapi merupakan salah satu cara yang sangat mudah, cepat, efektif, dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar, melakukan re-edukasi, dan menyembuhkan pikiran yang sakit. Hipnoterapi adalah suatu aplikasi hipnosis dalam menyembuhkan masalah mental dan fisik. Sedangkan hipnosis adalah suatu metode berkomunikasi verbal atau nonverbal yang persuasif dan sugestif kepada seorang klien sehingga ia menjadi kreatif (berimajinasi dengan emosional dan terbuka wawasan internalnya) kemudian beraksi (baik persetujuan maupun penolakan) sesuai nilai (sistem nilai atau nilai dasar spiritual) yang dimiliki. Pondok Jiwa Raga (PJR) yang bertempat di blok Pejaten Desa Karangmangu Kecamatan Susukan Lebak, merupakan salah satu tempat terapi yang menggunakan dzikir, dan metode hipnoterapi. Pondok Jiwa Raga sendiri sudah banyak melakukan penanganan terapi, mulai dari anak-anak hingga dewasa. Menurut pimpinan Pondok Jiwa Raga (PJR) yang biasa dipanggil Kang Alim, bahwa hipnosis merupakan pemberian sugesti kepada seseorang agar orang tersebut dapat lebih baik dalam menangani masalahnya, dan sama sekali tidak ada mantra-mantra atau hal-hal ghoib, namun di Pondok Jiwa Raga (PJR) ini, sebelum melakukan hipnosis, biasanya ditambahkan dzikir, karena dzikir merupakan upaya mendekatkan diri dengan sang Khalik. Pelaksanaan hipnoterapi dengan pra-induksi terlebih dahulu berupa konsultasi dan tanya jawab pada anak melalui pengenalan mengenai aspek psikologis pada anak; lalu induksi dimana prosesnya si anak dibuat rileks dari beta, alpha, dan teta hingga masuk ke *trance* yang lebih dalam; selanjutnya dept level test dimana si anak diuji tingkat kedalaman *trance* apakah si anak benar-benar dalam keadaan rileks; berikutnya pemberian kalimat sugesti positif dimana inilah inti dari proses terapi; dan terakhir terminasi yakni si anak kembali ke kondisi normal dan tidak mengalami kejutan secara psikologis. Permasalahan yang dialami klien, Kurangnya Perhatian Orang Tua di Rumah, Pergaulan Buruk, Faktor Kemajuan Teknologi, Kelebihan dari metode hipnoterapi adalah metode ini efektif dan efisien, hal ini dilihat dari tidak menggunakan obat-obatan yang dapat menyebabkan efek samping, akan tetapi perlu dilihat bahwa metode ini hanya sebagai alat bantu jika metode tidak tepat maka digunakan metode terapi yang lain. Adapun kelemahannya adalah metode ini masih dipandang sebelah mata, karena masyarakat cenderung menyamakan hipnosis dengan praktek gendam.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Hipnosis

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillahirobil'alamin segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya. Sholawat serta salam senantiasa terlimpahkan kepada baginda besar Nabi Allah Muhammad SAW, keluarga, sahabat, dan pengikut-Nya. Dengan segala kekurangan dan kelebihan yang ada, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "*Pendekatan Hipnosis Dalam Mengidentifikasi Masalah Gangguan Mental Di Pondok Jiwa Raga (Desa Karangmangu Kecamatan Susukan Lebak Kabupaten Cirebon)*".

Penyusunan skripsi ini ditunjukkan untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab Dakwah Institut Agama Islam Negeri Cirebon.

Penulis sadar akan kekurangan dari skripsi ini. Oleh karena itu masukan dan kritik yang membangun sangatlah penulis harapkan. Walaupun demikian, penulis berharap mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan semua pihak yang membaca pada umumnya, serta bagi perkembangan Bimbingan Konseling Islam.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Cirebon, Juni 2020

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan dorongan dari berbagai pihak mulai dari perencanaan sampai pada penyusunan. Atas bimbingan, perhatian, dan bantuannya dalam membuat skripsi ini, penulis menyampaikan rasa hormat dan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada Ibu (Hj. Anisah, S.Pd.I) dan Ayahanda (Drs. Khadzik) tercinta. Tak lupa saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Sumanta., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Cirebon.
2. Bapak Dr. Hajam, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab Dakwah.
3. Bapak Drs. H. Muzaki, M.Ag, selaku Ketua Jurusan Program Studi Bimbingan Konseling Islam.
4. Bapak Herman Beni, MA, selaku dosen pembimbing I.
5. Ibu Asriyanti Rosmalina, M.Ag, selaku dosen pembimbing II.
6. Kang Alim, selaku Pemimpin Pondok Jiwa Raga di Karangmangu Susukan Lebak.
7. Segenap keluarga, yang telah memberikan perhatian, semangat dan dorongan yang dapat memotivasi penulis untuk lebih berkembang.
8. Dewan Guru MTs NU Putra 1 yang telah mendorong dan memberikan motivasi kepada penulis agar lebih semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Guru-guru Enom MTs NU Putra 1 yang selalu mensupport walaupun lebih sering membuat jengkelkannya, haha.
10. Terimakasih juga untuk seseorang.
11. Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulisan skripsi ini berlangsung.

Semoga segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dapat diterima oleh Allah Swt sebagai amal ibadah. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Cirebon, Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PENGESAHAN

NOTA DINAS

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

ABSTRAK

KATA PENGANTAR

UCAPAN TERIMA KASIH

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
D. Tinjauan Pustaka	9
E. Kerangka Teori	11
F. Metode Penelitian	12
G. Sistematika Penulisan	16

BAB II KAJIAN TEORITIS

A. Hipnosis	17
1. Pengertian	17
2. Pikiran Sadar dan Bawah Sadar	19
3. Trance (Kondisi Hipnosis)	24
4. Tahapan dan Teknik Hipnosis	27
5. Sugesti dan Bahasa	28
B. Kesehatan Mental dan Gangguan Mental.....	31
1. Pengertian Kesehatan Mental	32

2. Prinsip Dalam Kesehatan Mental	33
3. Manifestasi Mental yang Sehat	35
4. Gejala Kesehatan Mental yang terganggu	39
5. Faktor-faktor yang memengaruhi Kesehatan Mental	40

BAB III GAMBARAN UMUM PONDOK JIWA RAGA (PJR)

A. Sejarah Berdirinya	44
B. Visi dan Misi	44
C. Sasaran Klien	45
D. Program Kerja	45

BAB IV TEMUAN DAN ANALISA PENELITIAN

A. Identifikasi Klien	47
B. Temuan Penelitian Metode Hipnoterapi	47
C. Penyebab/Masalah Gangguan Mental pada Klien di PJR	56
D. Kelebihan dan Kelemahan Hipnoterapi	57

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	61
B. Saran	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel. 2.1	Fenomena Trance Alamiah	24
------------	-------------------------------	----

