

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di dalam hidup sosial, permasalahan yang muncul dalam diri seseorang karena pengaruh lingkungan. Siapapun pernah, sedang, atau akan mengalaminya. Seseorang mungkin merasa nyaman-nyaman saja, namun bagi sebagian orang disadari atau tidak, hal ini menimbulkan masalah psikologis. Sehingga menjadi mudah marah, takut, malu, tidak percaya diri, dan sebagainya. Anehnya, lebih banyak orang yang tidak menyadari hal ini, karena tidak tahu bahwa dirinya merasa memiliki masalah. Sesuai dengan firman Allah swt dalam surat Al-Baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ فَلَئِى
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Terjemahan:

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”(Q.S. Al-Baqarah: 155)¹

Tafsir:

Allah swt. memberitahukan bahwa Dia akan menguji hamba-hamba-Nya.

Sebagaimana yang difirmankan-Nya dalam surat lain yang artinya: “Dan

¹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: Gema Risalah Press, 1989), h. 39

sesungguhnya Kami benar-benar akan mengujimu agar Kami mengetahui orang-orang yang berjihad dan bersabar di antaramu, dan agar Kami menyatakan (baik buruknya) hal ihwalmu.” (QS. Muhammad: 31)

Terkadang Dia memberikan ujian berupa kebahagiaan dan pada saat yang lain Dia juga memberikan ujian berupa kesusahan, seperti rasa takut dan kelaparan. Firman-Nya: *fa adzaaqaHallaaHu libaasal juu’i wal khaufi* (“Oleh karena itu, Allah merasakan kepada mereka pakaian kelaparan dan ketakutan.”)(QS. An-Nahl: 112)

Karena orang yang sedang dalam keadaan lapar dan takut, ujian pada keduanya akan sangat terlihat jelas. Oleh karena itu Dia berfirman, “Pakaian kelaparan dan ketakutan.”

Dalam surat al-Baqarah ini, Allah swt. berfirman: *bi syai-im minal minal khaufi wal juu-’i* (“Dengan sedikit ketakutan dan kelaparan.”) *wa naqshim minal amwaali* (“Dan kekurangan harta.”) Artinya, hilangnya sebagian harta. *Wal anfusi* (“serta jiwa”) misalnya meninggalnya para sahabat, kerabat, dan orang-orang yang dicintai. *Wats-tsamaraaat* (“Dan buah-buahan.”) Yaitu kebun dan sawah tidak dapat diolah sebagaimana mestinya. Sebagaimana ulama mengemukakan: “Di antara pohon kurma ada yang tidak berbuah kecuali hanya satu buah saja.”

Semua hal di atas dan yang semisalnya adalah bagian dari ujian Allah Ta’ala kepada hamba-hamba-Nya. Barangsiapa bersabar, maka Dia akan memberikan pahala baginya, dan barangsiapa berputus asa karenanya maka Dia akan menimpakan siksaan terhadapnya. Oleh karena itu, di sini

Allah Ta'ala berfirman: wa basy-syirish shaabiriin (“Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang yang sabar.”)

Setelah itu Allah menjelaskan tentang orang-orang yang sabar yang dipujinya, dengan firman-Nya: alladziina idzaa ashaabatHum mushiibatun qaalu innaa lillaaHi wa innaa ilaiHi raaji'uun (“Yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah mereka mengucapkan: Innaa lillahi wa innaa ilaihi raaji'un. [Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan hanya kepada-Nya kami kembali].”)

Artinya, mereka menghibur diri dengan ucapan ini atas apa yang menimpa mereka dan mereka mengetahui bahwa diri mereka adalah milik Allah Ta'ala, Ia memperlakukan hamba-Nya sesuai dengan kehendak-Nya. Selain itu, mereka juga mengetahui bahwa Dia tidak akan menyalahkan amalan mereka meski hanya sebesar biji sawi pada hari kiamat kelak. Dan hal itu menjadikan mereka mengakui dirinya hanyalah seorang hamba di hadapan-Nya, dan mereka akan kembali kepada-Nya kelak di akhirat. Oleh karena itu, Allah swt. memberitahukan mengenai apa yang diberikan kepada mereka itu, di mana Dia berfirman: ulaa-ika 'alaiHim shalawaatum mir rabbiHim wa rahmatun (“Mereka itulah yang mendapat keberkahan yang sempurna dan rahmat dari Rabb mereka.”) Artinya, pujian dari Allah Ta'ala atas mereka. Dan menurut Sa'id bin Jubair, “Artinya, keselamatan dari adzab.”²

² <https://alquranmulia.wordpress.com/2015/04/06/tafsir-ibnu-katsir-surat-al-baqarah-ayat-155-157/> diakses pada tanggal 23 Juni 2020 pukul 23.00 wib.

Secara tidak disadari, dapat dikatakan melarikan diri dari masalah yang ada. Sebenarnya orang tersebut ingin mengatasi masalah yang ada agar merasa nyaman, tenang, dan tentram. Namun, orang itu tidak tahu cara melakukannya dan cara mengendalikan diri sendiri agar tetap merasa nyaman dalam menghadapi suatu keadaan. Pilihan pada saat itu mungkin hanya seputar rasa tidak percaya diri, cemas, takut, dan sebagainya. Semakin lama semakin terganggu, hingga seseorang tidak menyadari bahwa cara yang digunakan tidak sesuai dengan dirinya, dan gangguan itu menjadi sangat kompleks, misalnya bisa saja menyangkut masalah fisik.³

Dilihat dari penelitian ditemukan sebuah fakta menarik, 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.⁴

Banyak metode yang dilakukan untuk menangani masalah ini, salah satunya yaitu dengan metode yang menggunakan pikiran alam bawah sadar atau lebih dikenal Hipnoterapi. Hipnoterapi merupakan salah satu cara yang

³ NSK Nugroho, *Transformasi Diri: Memberdayakan Diri Melalui Hipnoterapy*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2008), h. 2-3

⁴ Adi W. Gunawan, *Hipnoterapy: The Art Subconscious Restructuring*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2007), cet. ke-2, h. 11.

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. Hipnoterapi atau hipnosis juga dapat digunakan dalam mengungkapkan masalah apa yang sedang dihadapi oleh klien, dengan menggali masalah yang ada di alam bawah sadar, kita dapat mengungkap masalah yang sebenarnya tidak ingin atau secara tidak sadar telah dilupakan oleh klien.⁵

Hal yang pertama dalam melakukan hipnosis yaitu praktisi hipnosis harus dapat membuat klien mau dihipnosis, cara yang digunakan yaitu jangan langsung mengatakan “anda akan saya hipnosis” tapi gunakanlah cara agar klien dapat rileks dan secara tidak sadar tidak menolak untuk dihipnosis, dengan membuat klien merasa rileks maka dapat diberikan sugesti dengan mudah, yang kedua yaitu dengan memberikan sugesti-sugesti agar orang tersebut dapat memasuki alam bawah sadar mereka, dengan sugesti yang tepat dan intonasi yang tepat maka klien akan mudah masuk ke alam bawah sadar. Setelah mereka masuk kedalam alam bawah sadar, kita dapat mengidentifikasi masalah apa yang sedang terjadi pada

⁵ Hasil wawancara kepada pak Alim pemimpin Pondok Jiwa Raga (PJR) pada tanggal 21 April 2018 jam 22.15 WIB di Pondok Jiwa Raga (PJR)

klien dan menemukan suatu masalah yang sudah lama terpendam. Namun efek yang terjadi bisa saja mengakibatkan trauma mendalam bagi klien dalam mengingat masalah yang sulit diingat atau ingin dilupakan klien. Hipnosis sendiri dapat digunakan dalam menyembuhkan penyakit psikomatis, seperti stress yang berlebihan dapat mengakibatkan nyeri leher, sering sakit kepala/migrain, tangan/kaki basah berkeringat, sering alergi tanpa sebab, dan lain-lain, semua itu dapat disembuhkan dengan melakukan hipnoterapi. Sehingga hipnosis sebenarnya mempunyai manfaat yang sangat banyak dalam menyembuhkan penyakit psikomatis.⁶

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. Namun selama ini hipnosis masih dianggap magic dan gaib, oleh karena persepsi masyarakat yang menilai bahwa hipnosis adalah alat untuk memperdaya orang. Pada kenyataannya hipnosis bisa digunakan untuk penyembuhan. Oleh sebab itu, penelitian

⁶ Hasil wawancara kepada pak Alim pemimpin Pondok Jiwa Raga (PJR) pada tanggal 21 April 2018 jam 22.30 WIB di Pondok Jiwa Raga (PJR)

mengenai metode hipnosis dalam mengidentifikasi permasalahan gangguan mental seseorang menjadi sesuatu yang menarik untuk dikaji secara mendalam, dengan mencari akar masalah gangguan mental, kita dapat melakukan intervensi pada klien dengan menghindari resiko yang tidak diinginkan.⁷

Berkaitan dengan permasalahan di atas, saya ingin melakukan penelitian mengenai **Pendekatan Hipnosis Dalam Mengidentifikasi Masalah Gangguan Mental Di Pondok Jiwa Raga (Desa Karangmangu Kecamatan Susukan Lebak Kabupaten Cirebon)**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan masalah di atas maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut.

1. Bagaimana pelaksanaan metode hipnoterapi atau hipnosis dalam mengungkapkan permasalahan atau alat asesmen di Pondok Jiwa Raga (PJR)?
2. Masalah-masalah apa saja yang menyebabkan gangguan mental pada klien di Pondok Jiwa Raga (PJR)?
3. Apa saja kelemahan dan kelebihan dari teknik hipnoterapi atau hipnosis?

⁷ Hasil wawancara kepada pak Alim pemimpin Pondok Jiwa Raga (PJR) pada tanggal 21 April 2018 jam 22.38 WIB di Pondok Jiwa Raga (PJR)

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut.

- a. Untuk mengetahui metode hipnoterapi atau hipnosis dalam mengungkapkan permasalahan atau alat asesmen di Pondok Jiwa Raga (PJR)
- b. Untuk mengetahui masalah-masalah apa saja yang menyebabkan gangguan mental pada klien di Pondok Jiwa Raga (PJR)
- c. Untuk mengetahui kelemahan dan kelebihan dari teknik hypnosis.

2. Manfaat Penelitian

- a. Teoritis
 - 1) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi keilmuan pada jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, terutama mengenai metode hipnoterapi.
 - 2) Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai informasi bagi masyarakat dan sebagai referensi bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian tentang metode hipnoterapi.

- b. Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman bagi lembaga- lembaga lain yang mengkaji metode hipnoterapi.

D. Tinjauan Pustaka

Penelitian mengenai hipnoterapi sebelumnya sudah pernah ada yang melakukan, namun demikian, penulis tetap melihat fenomena hipnoterapi sebagai bentuk “pencarian masalah” yang berhubungan dengan pikiran manusia dengan menggunakan metode hipnosis. Dan Penulis lebih memfokuskan masalah ini terhadap pencarian masalah atau alat asesmen yang menghadirkan proses hipnoterapi, yang menjadi unik dan menarik dalam penelitian ini adalah ketika objek material yang dikaji oleh perspektif “fungsi” tersebut jarang diangkat sebagai topik penelitian dalam studi kasus hipnoterapi. Namun demikian, pencarian data dalam bentuk tulisan deskriptif tetap dilakukan. Tujuannya, agar penelitian yang dilakukan ini benar-benar murni, valid, dan diakui secara ilmiah.

Tinjauan dari beberapa pustaka lainnya dilakukan untuk melihat secara teoritis mengenai penelitian yang dilakukan, sehingga penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah, melihat relasi antara beberapa penelitian-penelitian yang sudah ada sebelumnya, serta menempatkan letak atau posisi dalam penelitian ini. Adapun tinjauan pustaka yang berhubungan dengan hipnoterapi akan dipaparkan sebagai berikut:

1. Skripsi Marpuah berjudul “Metode Hipnoterapi Pada Penanggulangan Anak Phobia di Tranzcare Mampang Prapatan Jakarta Selatan” (2009). Penelitian ini membahas tentang metode hipnoterapi secara langsung terhadap penanggulangan permasalahan phobia yang

dialami oleh anak-anak. Selain itu, Marpuah juga membahas gejala-gejala phobia pada anak-anak beserta penanggulangannya, yaitu dengan cara hipnoterapi sebagai alternatif terapinya. Secara garis besar, penelitian Marpuah tersebut membahas tentang metode hipnoterapi untuk mengatasi phobia yang dialami oleh anak-anak baik secara teori maupun praktiknya, tetapi dalam penelitian ini tidak ada pembahasan mengenai dzikir dalam konteks hipnoterapi. Atas dasar tersebut, posisi penelitian ini berada di luar wilayah jangkauan penelitian yang telah dilakukan oleh Marpuah.

2. Tesis Septiawan berjudul “Keefektifan Hipnoterapi Terhadap Kual Akibat Kemoterapi dan Pasien Karsinoma Nasofaring: Di Unit Rawat Inap Telinga Hidung Tenggorok-Kepala Leher Rumah Sakit Dokter Moewardi Surakarta” (2010). Dalam tesis ini membahas mengenai efektifnya hipnoterapi terhadap psikosomatis, dan juga terdapat metode-metode dan penanganan terhadap klien/pasien dengan menggunakan hipnoterapi.
3. Tesis Novrizal berjudul “Keefektifan Hipnoterapi Terhadap Penurunan Derajat Kecemasan dan Gatal Pasien Liken Simpleks Kronik di Poliklinik Penyakit Kulit dan Kelamin RSDM Surakarta” (2010). Penelitian ini membahas secara detail tentang gejala-gejala penyakit yang disebabkan oleh pikiran, termasuk penanggulangannya, yaitu dengan cara hipnoterapi yang dijelaskan secara runtut baik secara teori maupun praktik hipnoterapinya.

Namun disini penulis lebih menitikberatkan pencarian masalah penyebab terjadinya gangguan mental atau gejala penyakit yang disebabkan oleh pikiran dengan menggunakan hypnosis.

E. Kerangka Teori

Menurut Milton H. Ericson Hipnosis merupakan suatu metode berkomunikasi, baik verbal maupun nonverbal, yang persuasif dan sugestif kepada seorang klien sehingga dia menjadi kreatif (berimajinasi dengan emosional dan terbuka wawasan internalnya), kemudian bereaksi sesuai dengan sistem nilai dasar spiritual yang dimiliki.⁸

Menurut Ali Akbar Navis hipnosis merupakan kemampuan untuk membawa seseorang ke dalam kondisi *Hypnos*, yaitu suatu kondisi kesadaran yang sangat mudah menerima berbagai saran atau sugesti.⁹ Eric Siregar juga berpendapat bahwa hipnosis merupakan seni komunikasi untuk mengeksplor alam bawah sadar dengan cara menurunkan gelombang otak dari beta menjadi alfa dan teta, sehingga bisa meningkatkan kondisi kesadaran.¹⁰

Dalam buku *The Miracle Conversational Hypnosis* Idrus Perkasa Putra juga berpendapat bahwa hipnosis merupakan sebuah kondisi santai, fokus, atau konsentrasi, sebuah seni komunikasi dengan seseorang maupun sekelompok yang digunakan untuk menyampaikan pesan kepada pikiran bawah sadar manusia.¹¹

⁸ Mohammad Noer, *Hypnoteaching for succes learning*, (Jogyakarta: Pedagogia, 2010) h. 17

⁹ Ali Akbar Navis, *Hypnoteacing* (Jogjakarta: Ar Ruz Media, 2013) h. 129

¹⁰ Eric Siregar, *Dahsatnya Kata-kata* (Jakarta: Salaris Publisher, 2014) h. 3

¹¹ Idrus Perkasa Putra, *The Miracle Conversational Hypnosis*, (Jogjakarta: Pohon Cahaya, 2012) h. 21

Kesehatan mental yang baik adalah ketika batin kita berada dalam keadaan tenang dan tentram, sehingga memungkinkan kita untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar. Sebaiknya orang yang kesehatan mentalnya terganggu akan mengalami gangguan suasana hati, kemampuan berpikir, serta kendali emosi yang pada akhirnya bisa mengarah pada perilaku buruk.¹²

F. Metodologi Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan *cara ilmiah* untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Data yang diperoleh melalui penelitian itu adalah data empiris (teramati) yang mempunyai kriteria tertentu yang valid. Valid menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada obyek dengan data yang dapat dikumpulkan peneliti.¹³

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Seperti yang diungkapkan oleh Mardalis: “Penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan apa-apa yang saat ini berlaku di dalamnya terdapat upaya mendeskripsikan, mencatat analisis, dan menginterpretasikan kondisi-kondisi yang sekarang ini terjadi atau ada. Dengan kata lain, penelitian deskriptif bertujuan memperoleh informasi-informasi mengenai keadaan saat ini tidak

¹² Promkes.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental, diakses pada tanggal 06 Oktober 2019 pukul 15.25 WIB

¹³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2012), cet. Ke-17, h. 2.

menguji hipotesa atau tidak menggunakan hipotesa melainkan hanya mendeskripsikan informasi apa adanya sesuai dengan variabel-variabel yang diteliti.”¹⁴

Sedangkan penelitian kualitatif menurut Bogdan dan Tailor seperti yang dikutip Lexy J. Moleong yaitu sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.¹⁵ Penelitian ini sepenuhnya berdasarkan riset lapangan yang dimaksudkan agar dapat melukiskan kondisi objektif keadaan tersebut. Dalam hal ini yang diteliti adalah Hynosis Sebagai Cara Pencarian Masalah atau alat asesmen di Pondok Jiwa Raga (PJR).

2. Sumber Data

Sumber data adalah unsur utama dalam penelitian. Karena melalui sumber data ini, data-data konkrit dapat diperoleh dan dapat memberikan informasi untuk keperluan penelitian.¹⁶ Data ini ada yang primer dan sekunder. Data primer dapat diperoleh dari hasil observasi dan wawancara pribadi dengan pihak terkait, sedangkan data sekunder dapat diperoleh dari buku-buku, majalah, internet, jurnal, dan sumber-sumber lainnya yang terkait dengan penelitian. Dan di dalamnya peneliti akan menggunakan kualitatif yakni membahas serta menganalisa yang kemudian menyimpulkan sebagai kesimpulan final apabila sudah memenuhi pertimbangannya.

¹⁴ Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2002), cet. Ke-2, h. 7.

¹⁵ Lexy J, Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1999), cet X, h. 3

¹⁶ Masri Singarimbun dan Sofian Effendi, *Metode Penelitian Survey*, (Jakarta: LP3ES, 1999), h. 122.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penulisan proposal ini, penulis menggunakan teknik pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Observasi, yakni pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki. Terkait dengan bagaimana pelaksanaan metode hipnoterapi yang digunakan terapis sebagai pencarian masalah atau alat asesmen dan dengan menambahkan dzikir di Pondok Jiwa Raga (PJR).
- b. Interview (wawancara), yaitu percakapan dengan maksud tertentu. Wawancara ini dilakukan secara mendalam atau terstruktur. Susunan pertanyaan dan kata-kata dalam setiap pertanyaan dapat diperjelas pada saat wawancara berlangsung, disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi lapangan. Peneliti melakukan wawancara kepada terapis, untuk memperoleh kelengkapan data sebelumnya penulis menyusun pertanyaan terlebih dahulu yang berkaitan dengan objek peneliti sebagai pedoman wawancara yang dijadikan acuan pada saat wawancara berlangsung.
- c. Dokumentasi, dimaksudkan untuk mendapatkan data-data yang diperoleh dalam penelitian serta untuk memperkuat hasil penelitian. Dalam hal ini meliputi profil, majalah, internet, dan surat kabar yang berhubungan dengan metode hipnoterapi.

4. Penetapan Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Pondok Jiwa Raga, yang beralamatkan di Blok Pejaten Desa Karangmangu Kec. Susukan Lebak. Adapun

alasan menetapkan tempat ini sebagai sasaran penelitian adalah salah satu metode terapi yang diterapkan bagi klien yang menggunakan metode yang jarang digunakan. Selain itu lokasi yang mudah dijangkau dan strategis, sehingga peneliti tidak mengalami kesulitan dalam menghimpun data dan informasi yang dibutuhkan.

5. Teknik Analisa Data

Yang dimaksud teknik analisa data adalah suatu proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola dan kategori tertentu. Selanjutnya data itu dianalisa secara deskriptif agar mendapatkan hasil yang objektif. Tujuannya itu untuk menggambarkan pelaksanaan metode hipnoterapi yang digunakan oleh terapis dalam mencari penyebab masalah gangguan mental di Pondok Jiwa Raga. Setelah data-data terkumpul, maka langkah-langkah selanjutnya adalah analisa data yang diperoleh melalui metode dan pendekatan deskriptif kualitatif. Dalam hal ini data yang diperoleh akan dianalisis dengan teknik analisa deskriptif, yaitu penulis menganalisa dan mendeskripsikan dalam bentuk pemaparan dengan memberikan penjelasan-penjelasan atau keterangan-keterangan secara logis. Penelitian kualitatif ini menghasilkan transkrip wawancara, catatan lapangan, gambar, tipe rekaman, dan lain sebagainya¹⁷

¹⁷ Situmorang, S. H. *Analisis Data untuk Riset Manajemen dan Bisnis*. (Medan: USU Press, 2010)

G. Sistematika Penulisan

Adapun penulisan skripsi ini dituangkan ke dalam beberapa bab, dan masing-masing dijabarkan ke dalam sub-sub bab. Selengkapnya di susun sebagai berikut:

- BAB I** : Pendahuluan. Meliputi latar belakang masalah, pembatasan dan perumusan masalah, tujuan dan manfaat dan kegunaan penelitian, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.
- BAB II** : Kajian Teoritis. Meliputi pengertian Hipnosis, Pikiran Sadar dan Bawah Sadar, Trance (kondisi Hipnosis), sugesti dan bahasa, teknik-teknik dalam Hipnosis, hypnosis, Pengertian Kesehatan mental dan kriterianya, pengertian gangguan mental.
- BAB III** : Gambaran umum Pondok Jiwa Raga (PJR). Meliputi sejarah berdirinya, visi dan misi, sasaran klien, dan kegiatan serta program kerja.
- BAB IV** : Pendekatan Hipnosis Dalam Mengidentifikasi Masalah Gangguan Mental Di Pondok Jiwa Raga (Desa Karangmangu Kecamatan Susukan Lebak). Meliputi temuan penelitian metode hipnoterapi yang digunakan dalam Pencarian sumber masalah, keefektifan hipnoterapi sebagai alat identifikasi masalah. Analisa mengenai penemuan-penemuan dilapangan dan dibandingkan berdasarkan teori.
- BAB V** : Penutup. Meliputi kesimpulan dan saran.