

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan, serta uraian pada bab-bab sebelumnya akhirnya penulis dapat membuat kesimpulan bahwa:

1. 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.
2. Permasalahan yang dialami klien, Kurangnya Perhatian Orang Tua di Rumah, Pergaulan Buruk, Faktor Kemajuan Teknologi,
3. 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 hypnosis dengan praktek gendam.

#### **B. Saran**

Sehubungan dengan keterbatasan hasil penelitian ini, serta setelah diketahuinya proses dan hasil pelaksanaan metode hipnoterapi, maka ada beberapa saran yang dapat diberikan oleh penulis, yaitu:

1. Untuk Pondok Jiwa Raga perlu adanya pengembangan dan perluasan mengenai metode hipnoterapi ini agar masyarakat tidak salah menilai mengenai praktik hypnosis.

2. Untuk para orang tua diharapkan metode hypnosis ini bisa membantu menangani masalah anaknya.

