

**PENGALAMAN MAHASISWA YANG MENGIKUTI PROGRAM
PELATIHAN HIPNOTERAPI**

SKRIPSI



Di Susun Oleh :
ROBBECHA LOURRANNEZHA
NIM : 16.0482.817.01

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN & SAINS WIYATA HUSADA
SAMARINDA**

2020

**PENGALAMAN MAHASISWA YANG MENGIKUTI PROGRAM
PELATIHAN HIPNOTERAPI**

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana (S.Kep)



ITKES WHS

Di Susun Oleh :

ROBBECHA LOURRANNEZHA

NIM : 16.0482.817.01

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN & SAINS WIYATA HUSADA
SAMARINDA**

2020

HALAMAN PENGESAHAN
PENGALAMAN MAHASISWA YANG MENGIKUTI
PROGRAM PELATIHAN HIPNOTERAPI

SKRIPSI

Disusun Oleh:

Robbecha Lourranneza

16048281701

Telah dipertahankan didepan dewan penguji
Pada tanggal 30 Agustus 2020

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

1. Ns. Aries Abiyoga, S.Kep,M.Kep
NIDN. 812118602



2. Ns. Wahyu Dewi Sulistyarini, M.S
NIDN. 1102170288



3. Ns. Hamka, S.Kep., M.Kep., RN., WOC(ET)N
NIK. 1986051201111101



4. Ns. Suwanto, S.Kep., M.Adm.Kes
NIDN. 8810490019



Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
ITKES Wiyata Husada Samarinda



Ns. Kiki Hardiansyah Safitri, M.Kep., Sp.Kep.M.B
NIDN. 1128058801

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Robbecha Lourrannezha

NIM : 16.0482.817.01

Program Studi : S1 – Ilmu Keperawatan

Judul Laporan Tugas Akhir : PENGALAMAN MAHASISWA YANG MENGIKUTI PROGRAM PELATIHAN HIPNOTERAPI

Menyatakan bahwa proposal ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun yang di rujuk telah saya nyatakan dengan benar adanya.

Samarinda, 30 April 2020
Yang membuat pernyataan,

Robbecha Lourrannezha
NIM 16.0482.817.01

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat ALLAH SWT, yang mana atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi” dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Dalam pembuatan skripsi ini, saya sangat menyadari bahwa saya tidak dapat melakukannya sendiri tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak H. Mujito Hadi, S.Pd., MM selaku Ketua Yayasan ITKES Wiyata Husada Samarinda.
2. Bapak Dr. Eka Ananta Sidharta, SE., MM., AK., CA., CSPR., CSRA., CFrA., selaku Rektor ITKES Wiyata Husada Samarinda.
3. Ibu Ns. Kiki Hardiansyah Safitri., S.Kep.,M.Kep.,Sp K.MB selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
4. Bapak Ns.Hamka S.Kp., M.Kep.,RN.,WOC(ET)N selaku Pembimbing I, atas bimbingan serta masukannya dalam berbagi ilmu maupun pengalaman yang sangat bermanfaat, sekalilagi terimakasih yang sangat saya ucapkan kepada bapak karena telah sabar dengan saya.
5. Bapak Ns. Suwanto.,S.Kep.,M.Kep selaku Pembimbing II, atas bimbingan serta masukannya dalam berbagi ilmu yang bermanfaat.
6. Kedua orang tua saya, Ayah saya Robbi Salvia, dan Ibu Saya Marlina telah menjadi pendukung saya, motivasi saya dalam menyelesaikan studi ini yang selalu memberikan dukungan baik bersifat moral maupun material selama saya menjalankan studi di ITKES Wiyata Husada Samarinda.
7. Kepada kedua adik Saya, fanny Maharani, Rindu Azima Silvia menjadi penyemangat saya.
8. Rekan-rekan satu bimbingan yang saling bertukar informasi, saling memberi saran dan masukan dalam penyusunan proposal ini.
9. Kepada teman-teman sekelas saya kelas B, yang sudah mau berbagi informasi dan berbagi ilmu.

Semoga ALLAH SWT senantiasa membalas kebaikan kita semua dan skripsi ini dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam dunia keperawatan.

Samarinda, 30 April 2020
Yang membuat pernyataan,

Robbecha Lourrannezha
NIM 16.0482.817.01



ABSTRACT

Background: Hypnotherapy of a branch of psychology that studies the benefits of suggestion to overcome problems of cognition (thought), affection (feeling), and behavior. Hypnotherapy training programs are designed and held to improve the performance of someone who has not previously been maximized, or even to acquire new skills that someone has never previously had. Hypnotherapy training programs can also be followed by students. Students are a group of individuals who are carrying out educational programs to a higher level, or undergraduate equivalent. Students take part in training programs to discover new skills. The training begins with the identification of the participants' needs. **Objective:** Exploring the experience of doing hypnotherapy for the first time for students who have attended a hypnotherapy training program. **Methods:** Qualitative with a phenomenological approach. There were 3 participants, the sampling technique used was purposive sampling. This study used semi-structured interview guidelines with 6 questions. **Results:** The results of the first 2 themes, the psychological aspects of learning hypnotherapy for students and beginner hypnotherapy techniques for students. **Conclusion:** phenomenological studies produce two themes that answer the objectives of the research, namely; 1) psychological aspects when learning hypnotherapy where participants feel interested and learn hypnotherapy. 2) beginner hypnotherapy techniques for students where participants are doing hypnotherapy for the first time and know how to do hypnotherapy.

Keywords: *Student experience, hypnotherapy training program*

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipnoterapi merupakan salah satu cabang dari ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah kognisi (pikiran), afeksi (perasaan), dan perilaku. Program pelatihan hipnoterapi dirancang dan diadakan untuk meningkatkan kinerja seseorang yang sebelumnya belum maksimal, atau bahkan mengadakan keterampilan baru yang sebelumnya belum pernah dimiliki seseorang. Program pelatihan hipnoterapi juga bisa diikuti oleh mahasiswa. Mahasiswa merupakan sekelompok individual yang sedang menjalankan program pendidikan ke jenjang lebih tinggi, atau setara serjana. Mahasiswa mengikuti program pelatihan untuk menemukan keterampilan yang baru. Pelatihan diawali dengan identifikasi kebutuhan peserta. **Tujuan :** Mengeksplorasi Pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi. **Metode :** Kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan berjumlah 3 orang, teknik sampling yang digunakan purposive sampling. Penelitian ini menggunakan pedoman wawancara semi struktur dengan 6 pertanyaan. **Hasil :** Didapatkan hasil 2 tema yang pertama, aspek psikologis belajar hipnoterapi pada mahasiswa dan teknik hipnoterapi pemula pada mahasiswa. **Kesimpulan:** studi fenomenologi menghasilkan dua tema yang menjawab tujuan dari penelitian, yaitu; 1) aspek psikologis saat belajar hipnoterapi dimana partisipan merasa tertarik dan mempelajari hipnoterapi. 2) teknik hipnoterapi pemula pada mahasiswa dimana partisipan yang baru pertama kali melakukan terapi hipnoterapi dan mengetahui cara melakukan hipnoterapinya.

Kata Kunci : *Pengalaman mahasiswa, program pelatihan hipnoterapi*

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Persetujuan	ii
Lembar Pernyataan Keaslian	iii
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi	vii
Daftar Tabel	viii
Daftar Skema	xi
Daftar Lampiran	x
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Penelitian Terkait	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Telaah Pustaka	8
1. Konsep Hipnoterapi	8
2. Pelatihan Hipnoterapi Pada Mahasiswa Keperawatan	14
3. Teori Keperawatan Calista Roy	18
4. Kerangka Teori Calista Roy	20
BAB 3 METODE PENELITIAN	21
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Partisipan	22
D. Instrumen Penelitian	23
E. Teknik Pengumpulan Data	23
F. Prosedur Pengumpulan Data	24
G. Analisa Data	25

H. Keabsahan Data.....	27
I. Etika Penelitian	28
J. Alur Penelitian	30
BAB 4 HASIL PENELITIAN	31
A. Hasil Penelitian	31
B. Gambaran Lokasi Dan Objek Penelitian.....	31
C. Karakteristik Partisipan.....	33
D. Tema-Tema Yang Didapatkan	34
E. Pembahasan Hasil Penelitian	39
F. Keterbatasan Penelitian.....	44
BAB 5 PENUTUP.....	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data Demografi Karakteristik Partisipan.....32



DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Manusia Sebagai Sistem Adaptif.....	20
Skema 4.1 Tema 1 : Aspek Psikologis Belajar Hipnoterapi Pada Mahasiswa.....	35
Skema 4.2 Tema 2 : Teknik Hipnpterapi Pemula Pada Mahasiswa.....	37.



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Pedoman Wawancara

Lampiran 2 : Lembar Penjelasan Penelitian

Lampiran 3 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 4 : Verbatim Partisipan Pada Setiap Tema

Lampiran 5 : Manuskrip

Lampiran 6 : Biodata Peneliti



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipnoterapi merupakan salah satu cabang dari ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah kognisi (pikiran), afeksi (perasaan), dan perilaku. Selain itu, hipnoterapi juga dikatakan sebagai suatu teknik terapi pikiran dan penyembuhan yang menggunakan metode hipnosis untuk memberi sugesti atau perintah positif kepada pikiran bawah sadar untuk penyembuhan suatu gangguan psikologis atau untuk mengubah pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang agar menjadi lebih baik. Orang yang ahli dalam menggunakan hipnosis untuk terapi disebut "hypnotherapist". Hipnoterapi menggunakan pengaruh kata-kata yang disampaikan dengan teknik-teknik tertentu. Satu-satunya kekuatan dalam hipnoterapi adalah komunikasi (Kahija, 2007)

Dalam aktivitas keseharian manusia banyak dipengaruhi oleh pikiran. Pikiran manusia terbagi atas dua, yaitu : pikiran jama sadar dan pikiran alam bawah sadar. Menurut vinath (2010) menuturkan bahwa pikiran bawah sadar memiliki kekuatan 70% di dibandingkan dengan pikiran sadar yang hanya memiliki kekuatan 30%. Pikiran bawah sadar manusia menyimpan misteri yang luar biasa. Banyak hal yang menyangkut manusia bersumber dari berbagai data dan nilai yang tersimpan di pikiran bawah sadar. Pikiran bawah sadar tidak saja terkait dengan perilaku dan mental, tetapi lebih jauh lagi pikiran bawah sadar dapat merubah metabolisme, mempercepat penyembuhan, atau bahkan memperburuk suatu kondisi penyakit.

Menurut Gunawan, (2012). Hipnosis juga disebut sebagai seni eksplorasi alam bawah sadar, kesadaran yang meningkat, suatu kondisi pikiran yang dihasilkan oleh sugesti pasien apapun bisa menerapkan terapi pikiran, terutama pasien penyakit kronis, atau menahun. Hampir 60-70 % penyakit menahun memiliki aspek psikologis yang besar, sehingga aspek sugestif sangat diperlukan dalam terapi. Terapi pikiran ini pada umumnya

menggunakan pendekatan pyhpnotherapy, dengan memanfaatkan kondisi hypnosis seseorang (state hypnpsis).

Manfaat hipnoterapi menekankan kebutuhan agar pasien dapat menopang dirinya secara emosional. Dengan menggunakan teknik transferensi untuk mengimbangi pasien (Caprio, 2007). Beberapa manfaat hipnoterapi yang bisa digunakan seperti mengurangi rasa nyeri, dan menurunkan rasa cemas yang berlebihan. Penerapan hipnotherapy dengan metode anchor terhadap perubahan perilaku merokok remaja. Perubahan yang dimaksudkan adalah mengarah pada perilaku yang lebih baik yakni, orang yang diterapi dengan menggunakan hipnoterapi dengan metode anchor orang tersebut berhenti merokok dibuktikan dengan penelitian yang berjudul “Efektivitas hypnotherapy dengan teknik anchor terhadap perubahan perilaku merokok remaja Budiman (2016).

Ada beberapa terapis yang tersebar diprovinsi di Indonesia seperti di Jakarta, Jawa tengah, Jawa Timur, Bali, Yogyakarta, Nusa Tenggara Barat, dan Kalimantan Selatan. terapis menurut sumber dari Himpunan Perawat Holistik Indonesia (HPHI). Dari data tersebut telah terkordinasi jumlah terapis diIndonesia dalam bentuk himpunan.

Program pelatihan hipnoterapi dirancang dan diadakan untuk meningkatkan kinerja seseorang yang sebelumnya belum maksimal, atau bahkan mengadakan keterampilan baru yang sebelumnya belum pernah dimiliki seseorang (Andriyani, 2013). Pelatihan adalah serangkaian aktifitas yang dirancang untuk meningkatkan berbagai keahlian, pengetahuan, pengalaman, yang berarti perubahan sikap. Pelatihan merupakan penciptaan lingkungan tertentu sebagai para pegawai dapat memperoleh atau mempelajari sikap, kemampuan, keahlian, pengetahuan dan prilaku secara spesifik berkaitan dengan pekerjaan. pelatihan berkenaan dengan perolehan keahlian-keahlian tertentu yang diarahkan untuk membantu pegawai-pegawai dalam melaksanakan pekerjaan-pekerjaan mereka pada saat ini dengan lebih baik. Prevelensi di kampus Itkes wiyata husada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi tercatat pada tahun 2019 sebanyak 27 mahasiswa.

Program pelatihan hipnoterapi juga bisa diikuti oleh mahasiswa. Mahasiswa merupakan sekelompok individual yang sedang menjalankan program pendidikan ke jenjang lebih tinggi, atau setara serjana. Mahasiswa mengikuti program pelatihan untuk menemukan keterampilan yang baru. Pelatihan diawali dengan identifikasi kebutuhan peserta. Identifikasi kebutuhan peserta bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat peserta pelatihan terhadap hipnosis selain itu untuk identifikasi kebutuhan bertujuan untuk mengetahui kemampuan dari peserta.

Fenomena hipnosis di Indonesia masih awam, berbeda dengan negara lain yang telah memanfaatkan hipnosis dari berbagai aspek seperti contoh penerapan hipnosis dalam bidang kesehatan, pendidikan sampai dengan produktivitas peningkatan sumber daya manusia. Peserta pelatihan dapat menggunakan hipnosis dalam mengatasi problem pikiran seperti stress, kecemasan berlebih, meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan sehingga dapat memahami fenomena hipnosis dari segi ilmu pengetahuan (science). Pelatihan hypnotherapy fundamental bertujuan untuk menambah keterampilan kepada para peserta mahasiswa sehingga mereka berpeluang untuk dapat menciptakan lapangan kerja baru dan hidup dengan mandiri.

Dalam penggunaan kurikulum VLC menggunakan acuan kurikulum dari Indonesian Board of Hypnotherapy (IBH). Beberapa contoh kegagalan pemula pada saat melakukan hipnoterapi subjek tidak mengerti yang dimaksud kondisi hipnotis, subjek merasa terancam dengan sugesti yang anda berikan, subjek tidak faham dengan sugesti yang anda katakan. Kegagalan yang terdapat pada pre induksi hipnoterapis pemula terpaku pada tipe dan uji sugestibilitas. Dalam dunia hipnoterapi dikenal klien dengan sugestibilitas tinggi dan rendah. Terdapat pengkelompokan sugestibilitas fisik dan emosi (Kappas, 1999). yang dimaksud dengan sugestibilitas fisik adalah perilaku yang bercirikan respon derajat tinggi terhadap sugesti langsung yang memengaruhi tubuh dan respon emosi, terburu-buru mengklaim bahwa subjek tidak bisa di hipnotis atau memiliki sugestibilitas yang rendah, padahal seringkali kondisi ini disebabkan oleh ketidaktahuan subjek terhadap maksud dari test sugestibilitas (Gunawan, 2012).

Sering sekali mahasiswa yang belajar hipnoterapi merasa belum mampu dan percaya diri ketika melakukan hipnoterapi pertama kalinya. Hal ini dibuktikan oleh penelitian Mastuti (2008) mengatakan bahwa individu yang tidak percaya diri biasanya disebabkan karena individu tersebut tidak mendidik diri sendiri, cenderung merasa takut gagal, semakin individu kehilangan percaya diri, maka akan semakin sulit untuk memutuskan yang terbaik apa yang harus dilakukan. Hal inilah yang menyebabkan rasa tidak percaya diri terjadi pada mahasiswa yang belajar hipnoterapi pertama kali.

Studi pendahuluan ini dilakukan di kampus Itkes wiyata husada yang menyatakan bahwa mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi sebanyak 27 mahasiswa sepanjang tahun 2019. Hasil wawancara dengan 3 peserta mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi. Wawancara pertama dengan Nn. E mengatakan bahwa setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi bahwa merasa senang, Nn E merasa bahwa setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi membuatnya ingin mempelajari lebih dalam masalah hipnoterapi, Nn E mengatakan merasa sedikit takut untuk melakukan hipnoterapi takut gagal, kesusahan menentukan konsentrasi dari orang yang berbeda-beda. Nn S mengatakan merasa senang mengikuti hipnoterapi merupakan pengalaman yang menarik bisa menambah wawasan, dan punya pengetahuan yang lebih luas lagi. Nn S merasa kesusahan untuk menerapkan hipnoterapi karena klien yang terkadang susah percaya pada terapis dan menolak untuk dilakukannya hipnoterapi, membangun rasa percaya yang sulit. Nn Y mengatakan mengikuti pelatihan hipnoterapi merupakan pengalaman yang tak terlupakan, menambah wawasan tentang hipnoterapi dan mengerti hipnoterapi dan bisa menerapkan pada dirinya sendiri saat sedang cemas. Kesusahan melakukan hipnoterapi adalah pada saat induksi untuk mengatur bahasa yang dipamahi orang yg akan dilakukan hipnoterapi dan membuat prosesnya menjadi lancar, dan sulit membangun rasa percaya.

B. Rumusan Masalah

Untuk melakukan hipnoterapi menurut mahasiswa yang belum mengikuti pelatihan hipnoterapi akan terlihat mudah melakukannya pada orang lain, akan tetapi untuk mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan hipnoterapi akan terasa sulit atau susah melakukan hipnoterapi karena mahasiswa merasa takut tidak dipercaya oleh orang yang diinginkan dilakukan hipnoterapi selain karena takut tidak ada rasa percaya ada ketakutan sendiri dari mahasiswa yang merasa takut tidak berhasil untuk melakukan hipnoterapi, mahasiswa juga merasa kesusahan dalam melakukan teknik hipnoterapi. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengeksplorasi "Bagaimanakah pengalaman hipnoterapi mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi".

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi Pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sesuatu referensi atau informasi bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini hasil yang diperoleh dari peneliti ini dapat dijadikan sebagai referensi baru bagi seorang mahasiswa untuk mengikuti program pelatihan hipnoterapi, dan memperdalam hipnoterapi setelah mengikuti pelatihan.

E. Penelitian Terkait

1. Penelitian Irianto. (2014) tentang “Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang menjalani kemoterapi di RS Telogorejo Semarang” alat ukur yang digunakan adalah state-trait Anxiety Inventory (STAI). Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecemasan sebelum pemberian hipnoterapi terbanyak pada skala sedang sebanyak 23 responden, sedangkan setelah pemberian hipnoterapi didapatkan hasil tingkat kecemasan menurun menjadi skala normal sebanyak 20 responden. Hipnoterapi dilakukan 15 menit sebelum kemoterapi dimulai. Hasil uji statistik dengan wilcoxon hipnoterapi berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan ($p=0,000$). Perbedaan pada penelitian Irianto partisipannya adalah pasien, sedangkan peneliti partisipannya adalah mahasiswa, pada penelitian Irianto perbedaan variabel penelitian yaitu state-trait anxiety inventory dengan metode kuantitatif. Persamaanya penelitian adalah yang diteliti hipnoterapi dengan menggunakan teknik hipnoterapi. Teknik pada penelitian Irianto menggunakan teknik hipnotis yakni memasuki alam bawah sadar atau sugesti, dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti, dan tahap terminasi. Peneliti menggunakan teknik alam bawah sadar atau sugesti, dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti dan terminasi.
2. Penelitian Marthaningtyas (2012) tentang “Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tingkat stres pada penderita gastritis psikosomatis” partisipan pada penelitian ini adalah pasien yang berusia 20-40 tahun. Pengumpulan data menggunakan skala DASS 42, skala keluhan gastritis, buku harian hasil observasi, serta modul hipnoterapi bagi penderita gastritis psikosomatis. Hasil ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan tingkat stres pada penderita gastritis psikosomatis sebelum dan sesudah pemberian perlakuan hipnoterapi. Perbedaan penelitian ini berbeda dari segi metodologi nya kuantitatif sementara peneliti menggunakan metode kualitatif, partisipan pada penelitian ini menggunakan pasien sedang kan peneliti menggunakan hipnoterapis

atau terapis, peneliti menggunakan skala DASS sedangkan peneliti menggunakan teknik kualitatif dengan pedoman wawancara, penelitian Marthaningtyas melihat keefektipan hipnoterapi untuk penurunan tingkat stress sedangkan peneliti bagaimana pengalaman hipnoterapi memberikan terapi hipnoterapi. Persamaan teknik hipnotis yakni memasuki alam bahwa sadar atau sugesti, dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti, dan tahap terminasi. Peneliti menggunakan teknik alam bawah sadar atau sugesti. dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti dan terminasi.

3. Penelitian Wahida & khusniyah (2012) “Pengaruh hipnoterapi terhadap nyeri sendi pada lansia”. Dengan memberikan sugesti positif sampai subjek dalam kondisi relaksasi dan dilakukan uji sugestifitas serta induksi, didapatkan hasil pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan hipnoterapi sebagian responden mengalami nyeri sendi dengan skala sedang dan pada kelompok kontrol mengalami nyeri sedang. Setelah dilakukan hipnoterapi pada kelompok perlakuan terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia. Perbedaan pada penelitian Wahida & Khusniyah menggunakan metode kuantitatif sedangkan peneliti ini menggunakan kualitatif dengan pedoman wawancara, Penelitian ini melihat ke efektifan hipnoterapi pada lansia yang menderita nyeri sendi, sedangkan peneliti melihat pengalaman seorang memberi hipnoterapi. Persamaan teknik hipnotis yakni memasuki alam bahwa sadar atau sugesti, dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti, dan tahap terminasi. Peneliti menggunakan teknik alam bawah sadar atau sugesti. dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti dan terminasi.
4. Penelitian Farida Aini & Erdin Pratidina (2014) “Pengaruh hipnoterapi terhadap intensitas nyeri pada pasien post sectio cesarea” nyeri pada pasien yang melakukan post sc mencapai angka skala 4-6. Untuk mengurangi nyeri pada pasien tidak hanya memberikan pemberian analgetik tetapi dengan memberikan hipnoterapi. Keuntungan dari hipnoterapi adalah tidak ada efek samping kimia. Sebelum diberikan

hipnoterapi intensitas nyeri pasien sebesar 4.00 setelah dilakukan hipnoterapi nilai intensitas menjadi 2.00. Perbedaan metode Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif pedoman wawancara , Penelitian ini melihat ke efektifan hipnoterapi pada intensitas nyeri post sc, sedangkan peneliti melihat pengalaman seorang memberi hipnoterapi. Persamaan teknik hipnotis yakni memasuki alam bawah sadar atau sugesti, dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti, dan tahap terminasi. Peneliti menggunakan teknik alam bawah sadar atau sugesti. dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti dan terminasi.

5. Penelitian Sutrisno, Rahmawati, Haryanto (2014) “Pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi”. Menggunakan metode eksperimen. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa hipnoterapi secara efektif dapat menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolic. Secara fisiologi saat seseorang memasuki alam bawah sadar (relaksasi) tubuh menjadi lebih baik dan bebas dari ketegangan. Perbedaan penelitian menggunakan metode kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan kualitatif, penelitian ini menitik beratkan hipnoterapi sebagai penurunan tekanan nyeri sedangkan peneliti menitik beratkan terapisnya bagaimana melakukan hipnoterapi pertama kali. Persamaan teknik hipnotis yakni memasuki alam bawah sadar atau sugesti, dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti, dan tahap terminasi. Peneliti menggunakan teknik alam bawah sadar atau sugesti. dengan tahapan pre induksi, induksi, sugesti dan terminasi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah pustaka

1. Konsep Hipnoterapi

Hipnoterapi salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku. Hipnosis berasal dari bahasa Yunani, yaitu *hypnos* yang berarti tidur. Hipnoterapi dapat juga dikatakan sebagai salah satu teknik terapi pikiran menggunakan hipnosis. Hipnosis dapat diartikan sebagai ilmu untuk memberi sugesti atau perintah kepada pikiran bawah sadar. Orang yang ahli dalam menggunakan hipnosis untuk terapi disebut “*Hipnoterapist*” (hipnoterapis). Hipnosis di asumsikan sebagai sebuah kondisi mirip tidur atau keadaan saat pikiran berada dalam kondisi relaks, fokus, atau konsentrasi. Hipnosis adalah suatu metode komunikasi yang efektif untuk memasukan informasi atau ide baru kedalam pikiran bawah sadar seseorang (termasuk diri sendiri). Dikatakan komunikasi yang efektif karena tidak semua kegiatan komunikasi yang baik selalu efektif masuk kedalam pikiran bawah sadar seseorang (Adiyanto, 2010)

Hipnoterapi merupakan terapi yang menggunakan teknik-teknik hipnosis. Hipnoterapis adalah seorang terapis yang menggunakan hipnosis sebagai prosedur utama dalam membantu klien untuk mencapai tujuan mereka. Hipnoterapi merupakan terapi yang dilakukan oleh seorang hipnoterapis kepada klien yang berada dalam kondisi hipnosis. Dengan sugesti penyembuhan (*hypno-therapeutic*), hipnoterapi bisa memodifikasi perilaku klien, dari emosional, sikap, hingga berbagai macam kondisi (Fitrial, 2011) hipnoterapi diartikan terapi yang menggunakan hipnosis sebagai sarana untuk menjangkau pikiran bawah sadar alam sadar klien. Karena yang diotak-atik adalah pikiran.

Pikiran bawah sadar tidak saja terkait dengan perilaku dan mental, tetapi lebih jauh lagi pikiran bawah sadar dapat merubah metabolisme, mempercepat penyembuhan, atau bahkan memperburuk suatu kondisi penyakit. Secara konvensional, hipnoterapi dapat diterapkan kepada mereka yang memenuhi persyaratan dasar, yaitu :

1. Bersedia dengan sukarela.
2. Memiliki kemampuan untuk focus.
3. Memahami kondisi verbal.

Dalam melakukan hipnoterapi, terdapat beberapa tahapan atau proses, berikut adalah tahapan proses hipnoterapi (Setiawan, 2009).

- a. Pre-induksi (Pre -induction) (Interview) pada tahap ini merupakan pertama kali terapis bertemu dengan klien. Disini terapis akan mulai membangun hubungan baik (raport) dengan klien, sehingga klien mempercayakan masalahnya pada terapis. Terapis berusaha untuk menghilangkan rasa takut klien pada hipnoterapi, menjelaskan hipnoterapi serta menjawab semua pertanyaan klien. Sebelumnya, terapis harus dapat menggali aspek-aspek psikologis dari klien, antara lain hal yang diminati dan tidak diminati, apa yang diketahui klien tentang hipnoterapi dan sebagainya. Pre induksi dapat berupa percakapan ringan, saling berkenalan, serta hal-hal lain yang bersifat mendekatkan terapis secara mental kepada klien. Terapis juga akan membangun pengharapan mental klien terhadap masalah yang dihadapinya. Pre induksi merupakan tahapan yang sangat penting karena seringkali kegagalan proses hipnoterapi disebabkan oleh proses pre-induksi yang tidak tepat.
- b. Tes sugestibilitas (suggestibility test) maksud dari tes sugestibilitas adalah untuk menentukan apakah klien masuk ke dalam orang yang mudah menerima sugesti atau tidak. Selain itu, tes sugestibilitas juga berfungsi untuk pemanasan dan menghilangkan rasa takut terhadap proses hipnoterapi. Tes sugestibilitas juga membantu terapis dalam menentukan teknik induksi paling baik bagi klien.

- c. Induksi (induction) induksi adalah cara yang digunakan oleh terapis untuk membawa pikiran klien berpindah dari pikiran sadar ke pikiran bawah sadar, dengan menembus apa yang dikatakan dengan critical area. Saat tubuh rileks, pikiran juga menjadi rileks, maka frekuensi gelombang otak klien akan turun dari beta, alfa, kemudian theta. Semakin turun gelombang otak, klien akan semakin rileks hingga berada dalam kondisi trans. Inilah yang dinamakan dengan kondisi terhipnotis. Terapis akan mengetahui kedalaman trans melakukan depthlevel test.
- d. Pendalaman trans (Deepening) jika dianggap perlu, terapis akan membawa klien ke trans yang lebih dalam. Proses ini dinamakan deepening.
- e. Sugesti (Suggestion) terapis disini akan memberikan sugesti-sugesti positif yang bersifat mengobati pada klien. Sugesti-sugesti ini yang diharapkan akan tertanam dalam pikiran bawah sadar klien dan menghasilkan perubahan positif terhadap masalah klien. Pada saat klien masih berada dalam kondisi trans, terapis akan memberikan post hypnotic suggestion. Sugesti ini diberikan kepada klien pada saat proses hipnotis masih berlangsung dan diharapkan terekam terus oleh pikiran bawah sadar klien meskipun telah keluar dari proses hipnotis. Post hypnotic suggestion adalah salah satu unsur terpenting dalam proses hipnoterapi.
- f. Terminasi (Termination) akhirnya dengan teknik yang tepat, terapis secara perlahan-lahan akan membangunkan klien dari “tidur” hipnotisnya dan membawanya keadaan sepenuhnya sadar. Proses atau tahapan hipnoterapi diatas bukanlah menjadi satu-satunya acuan dalam melakukan hipnoterapi. Banyak ahli-ahli lain yang memiliki pendapat berbeda, bahkan dalam praktiknya seorang terapis dapat menggunakan teknik mereka masing-masing sesuai dengan keahliannya. Akan tetapi tidak akan jauh juga dari proses hipnoterapi yang sudah dipaparkan diatas.

Cara kerja hipnoterapi secara umum mekanisme kerja hipnoterapi sangat terkait dengan aktivitas otak manusia. Aktivitas ini sangat beragam pada setiap kondisi yang diindikasikan melalui gelombang otak yang dapat diukur menggunakan alat bantu EEG (Electroencephalograph). Dalam kondisi hipnosis, pikiran bawah sadar manusia dapat diakses karena diri seseorang lebih fokus secara internal dengan gelombang otak yang lebih rendah. Kondisi ini dicapai saat klien berada dalam kondisi lebih rileks (Sugiarso, 2013). Berikut penjabaran pola gelombang otak manusia berdasarkan pengukuran EEG, yaitu (Setiawan, 2009).

Untuk memahami hipnosis atau hipnoterapi secara mudah dan benar, sebelumnya kita harus memahami bahwa aktivitas pikiran manusia secara sederhana dikelompokkan dalam 4 wilayah yang dikenal dengan istilah Brainwave, yaitu beta, alpha, theta, dan delta. Atas dasar itulah didapatkan informasi bahwa gelombang listrik pada otak manusia juga memiliki pembagian kategori dan fungsi yang berbeda-beda (John, 2009)

- 1) Beta adalah kondisi pikiran pada saat seseorang sangat aktif dan waspada. Kondisi ini adalah kondisi umum ketika seseorang tengah beraktivitas normal. Frekuensi pikiran pada kondisi ini sekitar 14-24 Cps (diukur dengan perangkat EEG).
- 2) Alpha adalah kondisi seseorang tengah fokus pada suatu hal (belajar, mengerjakan suatu kegiatan teknis, menonton televisi), atau pada saat seseorang dalam kondisi relaksasi. Frekuensi pikiran pada kondisi sekitar 7- 14 Cps.
- 3) Theta adalah kondisi relaksasi yang sangat ekstrim, sehingga seakan-akan yang bersangkutan merasa “tertidur”, kondisi ini seperti halnya pada saat seseorang melakukan meditasi yang sangat dalam. Theta juga gelombang pikiran ketika seseorang tertidur dengan bermimpi, atau kondisi REM (Rapid Eye Movement). Frekuensi pikiran pada kondisi ini sekitar 3.5-7 Cps
- 4) Delta adalah kondisi tertidur normal (tanpa mimpi). Frekuensi pikiran pada kondisi ini sekitar 0.5-3.5 Cps. Jika dilakukan dengan cara yang benar maka hipnoterapi akan berkerja dengan efektif.

Teknik hipnoterapi berikut ini adalah teknik-teknik yang secara umum dapat digunakan dalam hipnoterapi. Teknik-teknik ini dapat digunakan secara terpisah atau digabung satu sama lain sesuai dengan situasi, kondisi, dan kebutuhan klien (Gunawan, 2006).

- a) Ideomotor response ini adalah cara untuk mendapat jawaban “ya”, “tidak”, “atau tidak tahu” dari klien dengan cara menggerakkan salah satu jari tangan. Teori dibalik teknik ini adalah bahwa orang cenderung memberikan jawaban yang jujur, sesuai dengan jawaban pikiran bawah sadar, melalui respon gerakan fisik (ideomotor response) dari pada dalam bentuk verbal atau ucapan.
- b) Hipnotic regresion teknik regresi adalah teknik yang membawa klien mundur ke masa lampau untuk mencari tahu penyebab suatu masalah. Teknik ini biasanya menggunakan affect bright (jembatan perasaan) atau feeling connection.
- c) Systematic desensitization Sesuai dengan namanya, teknik ini bertujuan untuk mengurangi sensitivitas klien terhadap masalahnya.
- d) Implosive desensitization teknik ini digunakan apabila klien mengalami abreaction. Yakni situasi dalam kedamaian untuk menenangkan dirinya. Tujuannya adalah menurunkan tingkat intensitas emosi secara bertahap. Teknik ini juga disebut circle therapy.
- e) Desensitization by object projection teknik ini meminta klien membayangkan emosi, rasa sakit, atau masalahnya keluar dari tubuh klien dan mengambil suatu bentuk yang mewakili masalahnya itu. Teknik ini hanya bagus pada klien yang visual, untuk yang auditori dan kinestetik digunakan proyeksi dalam bentuk suara atau perasaan.
- f) The informed child technique sama halnya dengan implosive desensitization, namun kali ini terapis mensugesti bahwa klien kembali ke masa lampainya dengan membawa serta semua pengetahuan, pengalaman, kebijaksanaan dan pengetahuan yang dimiliki saat dewasa sekarang.
- g) Gestalt therapy ini adalah teknik terapi yang dilakukan dengan permainan peran atau roleplay. Dalam teknik ini, klien diminta

memainkan peran secara bergantian, baik sebagai dirinya sendiri maupun sebagai orang lain yang menjadi penyebab trauma atau luka batin.

- h) Rewriting history bagian pertama dari teknik ini dilakukan dengan the informed child technique, bagian lanjutannya dilakukan dengan menggunakan gestalt therapy yang memungkinkan klien untuk menyampaikan apa yang ingin ia katakan pada orang yang menyebabkan luka batin.
- i) Open screen imagery teknik ini menggunakan layar bioskop.
- j) Positive programmed imagery teknik ini dapat digunakan sebelum klien dibangunkan dari kondisi trans. Teknik ini hanya efektif bila dilakukan setelah teknik-teknik lainnya digunakan terlebih dahulu. Teknik ini bisa digunakan bersamaan dengan post hypnotic suggestion dan verbalizing.)
- k) Verbalizing dalam teknik ini klien diminta untuk berbicara atau mengucapkan pemahaman baru atau apa yang menurutnya harus dilakukan. Apabila klien yang mengucapkannya, efeknya akan menjadi sangat kuat dari pada bila hal yang sama diucapkan oleh terapis.
- l) Direct suggestion sugesti yang bersifat langsung diberikan berdasarkan apa yang diucapkan oleh klien (verbalizing)
- m) Indirect guided imagery (Ericksonian Metaphors) karena teknik ini menggunakan metafora, terapis perlu membuat script atau cerita yang telah disiapkan sebelumnya. Cerita yang disampaikan sepenuhnya tergantung pada terapis. Namun, penyimpulan makna cerita itu dilakukan klien.
- n) Inner guide yang dimaksud inner guide bisa berupa penasihat spiritual, malikat, mentor, orang atau bagian dari diri klien yang bijaksana. Dalam klien ini, klien dibantu oleh inner guide untuk menyelesaikan masalahnya.

- o) Part therapy teknik ini digunakan untuk membantu klien menyelesaikan inner conflict atau konflik yang timbul dari pertentangan antara “bagian-bagian” dari diri klien.
- p) Dream therapy terapi ini menggunakan mimpi sebagai simbol yang dikomunikasikan oleh pikiran bawah sadar. Mimpi yang digunakan untuk analisis dan terapi adalah mimpi yang terjadi selama kurang lebih sepertiga waktu tidur menjelang bangun.

2. Pelatihan Hipnoterapi Pada Mahasiswa Keperawatan

Pelatihan dirancang dan diadakan untuk meningkatkan kinerja seseorang yang sebelumnya belum maksimal, atau bahkan mengadakan keterampilan baru yang sebelumnya belum pernah dimiliki seseorang. (Andriyani, 2013) mengkaji pelatihan dan menyimpulkannya sebagai berikut:

- (1) pelatihan adalah serangkaian aktivitas yang dirancang untuk meningkatkan berbagai keahlian, pengetahuan, pengalaman, yang berarti perubahan sikap.
- (2) pelatihan merupakan penciptaan lingkungan tertentu sebagai para pegawai dapat memperoleh atau mempelajari sikap, kemampuan, keahlian, pengetahuan dan perilaku secara spesifik berkaitan dengan pekerjaan.
- (3) pelatihan berkenan dengan perolehan keahlian-keahlian tertentu yang diarahkan untuk membantu pegawai-pegawai dalam melaksanakan pekerjaan-pekerjaan mereka pada saat ini dengan lebih baik.

Di Indonesia istilah hypnosis masih dianggap tabu oleh banyak orang, banyak kalangan yang mengidentikkan hypnosis dengan kejahatan. Tidak sedikit orang yang mengaku pernah menjadi korban kejahatan hipnotis. Dalam pengucapan kata pun masih keliru antara hypnosis dengan hipnotis. Istilah hipnotis yang lebih sering kita dengar dari pada hypnosis. Dalam pengucapan pun masih keliru, bagaimana dengan kita bisa memahaminya? “secara umum hypnosis diartikan sebagai kondisi pikiran yang mana fungsi analitis logis pikiran direduksi (mengalami pengurangan) sehingga memungkinkan individu masuk ke dalam kondisi bawah sadar. Sementara

alam bawah sadar sendiri merupakan tempat yang menyimpan beragam potensi internal yang bisa dimanfaatkan untuk lebih meningkatkan kualitas seseorang. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa seseorang yang berada pada kondisi “hypnotic trance” akan menjadi lebih terbuka terhadap sugesti” (Yustisia, N. 2012).

Pengertian pelatihan dalam hubungan mengajar dan belajar menurut Hamalik dalam Lisdiana (2012) adalah suatu tindakan perbuatan pengulangan yang bertujuan untuk lebih memantapkan hasil belajar. Sedangkan menurut Sikula dalam Zakiyah (2010) mengatakan bahwa “pelatihan adalah suatu proses (kegiatan) pendidikan jangka pendek dengan menggunakan prosedur sistematis dan terorganisasi dimana orang-orang selain manajer mempelajari pengetahuan dan keterampilan untuk mencapai tujuan tertentu. (Kamil, 2012) mengemukakan , “The objective of training is to achieve a change in the behavior of those trained” (Tujuan pelatihan adalah untuk memperoleh perubahan dalam tingkah laku mereka yang dilatih). Mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi bertujuan untuk menambah ilmu dan pengalaman melakukan hipnoterapi, maka dari itu mahasiswa mengikuti program pelatihan. Pada saat pelatihan mahasiswa diberikan materi terlebih dahulu mengenai hipnoterapi seperti manfaatnya dan bagaimana melakukan hipnoterapi yang baik dan benar. Setelah diberikannya materi dilanjutkan dengan memperagakan beberapa contoh hipnoterapi seperti membuat nya berada dialam bawah sadar, dan tidak sadar apa yang diperintahkan oleh di pengajar/terapis. Menurut Arter (2014), bahwa definisi hypnosis sendiri berasal dari kata "hypnos" yang merupakan nama dewa tidur orang Yunani. Namun, perlu dipahami bahwa kondisi hipnosis tidaklah sama dengan tidur. Orang yang sedang tidur tidak menyadari dan tidak bisa mendengar suara-suara disekitarnya. Sedangkan orang sedang di hipnosis, meskipun tubuhnya beristirahat (seperti tidur), ia masih bisa mendengar dengan jelas dan merespon informasi yang diterimanya.

Sebagaimana dikemukakan oleh N. Yustisia (2012), bahwa “mekanisme kerja hypnotherapy juga sangat terkait dengan aktivitas seseorang.

Aktivitas ini sangat beragam pada setiap kondisi yang diindikasikan melalui gelombang otak yang bisa diukur menggunakan alat bantu EEG (Electro encephalograph).

Perencanaan pelatihan Hypnotherapy Fundamental di Vigorous Learning Center (VLC) Perencanaan pelatihan diawali dengan identifikasi kebutuhan mahasiswa. Identifikasi kebutuhan mahasiswa bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat mahasiswa pelatihan terhadap hipnosis selain itu untuk identifikasi kebutuhan bertujuan untuk mengetahui kemampuan dari mahasiswa fenomena hipnosis di Indonesia masih awam, berbeda dengan negara lain yang telah memanfaatkan hipnosis dari berbagai aspek seperti contoh penerapan hipnosis dalam bidang kesehatan, pendidikan sampai dengan produktivitas peningkatan sumber daya manusia. Mahasiswa pelatihan dapat menggunakan hipnosis dalam mengatasi problem pikiran seperti stress, kecemasan berlebih, meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan sehingga dapat memahami fenomena hipnosis dari segi ilmu pengetahuan (science). Pelatihan hypnotherapy fundamental bertujuan untuk menambah keterampilan kepada para mahasiswa sehingga mereka berpeluang untuk dapat menciptakan lapangan kerja baru dan hidup dengan mandiri. Dalam penggunaan kurikulum VLC menggunakan acuan kurikulum dari Indonesian Board of Hypnotherapy (IBH). Selain itu pengelola menyusun kurikulum dengan menggunakan analisis kebutuhan. VLC mempunyai sarana dan prasarana yang dapat menunjang pelaksanaan pelatihan yaitu ruangan berkapasitas sepuluh orang. Dalam penetapan sarana dan prasarana pelatihan pengelola melihat dari jumlah mahasiswa dan anggaran biaya. Pihak pengelola bekerjasama dengan beberapa hotel dalam penetapan tempat pelatihan.

Evaluasi Pelatihan Hypnotherapy Fundamental di Vigorous Learning Center (VLC) proses evaluasi yang dilakukan di Vigorous Learning Center (VLC) yaitu evaluasi yang digunakan adalah ujian yang dilakukan selama proses pelatihan hypnotherapy fundamental. Bentuk evaluasi pada pelatihan hypnotherapy fundamental yaitu ujian tertulis dan praktek. Evaluasi dilakukan ketika proses pelatihan berlangsung dan di akhir pelatihan. Pada

akhir penyampaian materi instruktur melakukan evaluasi terhadap materi yang telah disampaikan, kemudian instruktur menilai ketercapaian pemahaman mahasiswa dalam memahami materi pelatihan hypnotherapy fundamental. Dalam pemberian nilai peserta pelatihan, Vigorous Learning Center (VLC) memberikan penilaian lulus atau tidaknya mahasiswa pada pelatihan hypnotherapy fundamental yaitu keterampilan mahasiswa dalam melakukan hypnosis. Jika peserta dapat melakukan hypnosis dengan benar dan aman sesuai standar IBH maka mahasiswa tersebut dapat dikatakan lulus akan tetapi jika peserta masih belum mampu melakukan hypnosis, mahasiswa dapat mengikuti pelatihan sejenis berikutnya.

Manfaat pelatihan beberapa manfaat pelatihan yang diselenggarakan oleh perusahaan yang dikemukakan oleh Noe (2008) yaitu:

- (a). Meningkatkan pengetahuan para karyawan atas budaya dan para pesaing luar.
- (b). Membantu para karyawan yang mempunyai keahlian untuk bekerja dengan teknologi baru.
- (c). Membantu para karyawan untuk memahami bagaimana bekerja secara efektif dalam tim untuk menghasilkan jasa dan produk yang berkualitas.
- (d). Memastikan bahwa budaya perusahaan menekankan pada inovasi, kreativitas dan pembelajaran.
- (e). Menjamin keselamatan dengan memberikan cara-cara baru bagi para karyawan untuk memberikan kontribusi bagi perusahaan pada saat pekerjaan dan kepentingan mereka berubah atau pada saat keahlian mereka menjadi absolut.
- (f). Mempersiapkan para karyawan untuk dapat menerima dan bekerja secara lebih efektif satu sama lainnya, terutama dengan kaum minoritas dan para wanita.

3. Teori Keperawatan Calista Roy

Model Roy berfokus pada konsep adaptasi manusia. Konsep-konsepnya mengenai keperawatan manusia, kesehatan, dan lingkungan saling berhubungan dengan adaptasi sebagai konsep sentralnya. Manusia mengalami stimulus lingkungan secara terus-menerus. Pada akhirnya, manusia memberikan respon dan adaptasi pun terjadi. Respon ini dapat berupa respon adaptif ataupun respon inefektif. Respon adaptif meningkatkan integritas dan membantu manusia dalam mencapai tujuan adaptasi, yaitu, untuk bertahan hidup, tumbuh dan berkembang biak, menguasai, serta transformasi seseorang dan lingkungannya. Respon inefektif gagal meraih tujuan adaptasi tersebut atau bahkan mengancam pencapaian tujuan. Keperawatan memiliki tujuan yang unit untuk membantu upaya adaptasi seseorang dengan mengelola lingkungannya. Hasilnya adalah pencapaian tingkat kesejahteraan optimal seseorang. Sebagai suatu sistem terbuka, manusia menerima input atau stimulus baik dari lingkungan atau dalam diri sendiri. Tingkat adaptasi ditentukan oleh kombinasi efek stimulus fokal, kontekstual, dan residual. Adaptasi terjadi pada saat seseorang berespons secara positif terhadap perubahan lingkungan. Respon adaptif ini meningkatkan integritas seseorang, yang akan membawanya menuju sehat. Di sisi lain, respon inefektif akan mengarah pada gangguan integritas seseorang (Andrews & Roy, 1986; Randell, Tedrow, & Van Landingham, 1982; Roy, 1970, 1971, 1980, 1984; Roy & Roberts, 1981).

Terdapat dua sistem yang saling berhubungan dalam model Roy. Subsistem proses primer, fungsional, atau kontrol terdiri dari regulator dan kognator. Sedangkan subsistem sekunder dan efektor terdiri dari empat mode adaptif berikut: (1) kebutuhan fisiologis, (2) konsep diri, (3) fungsi peran, dan (4) interdependensi (Andrews & Roy, 1986; Randell, Tedrow, & Van Landingham, 1982; Roy, 1970, 1971, 1980, 1984; Roy & Roberts, 1981).

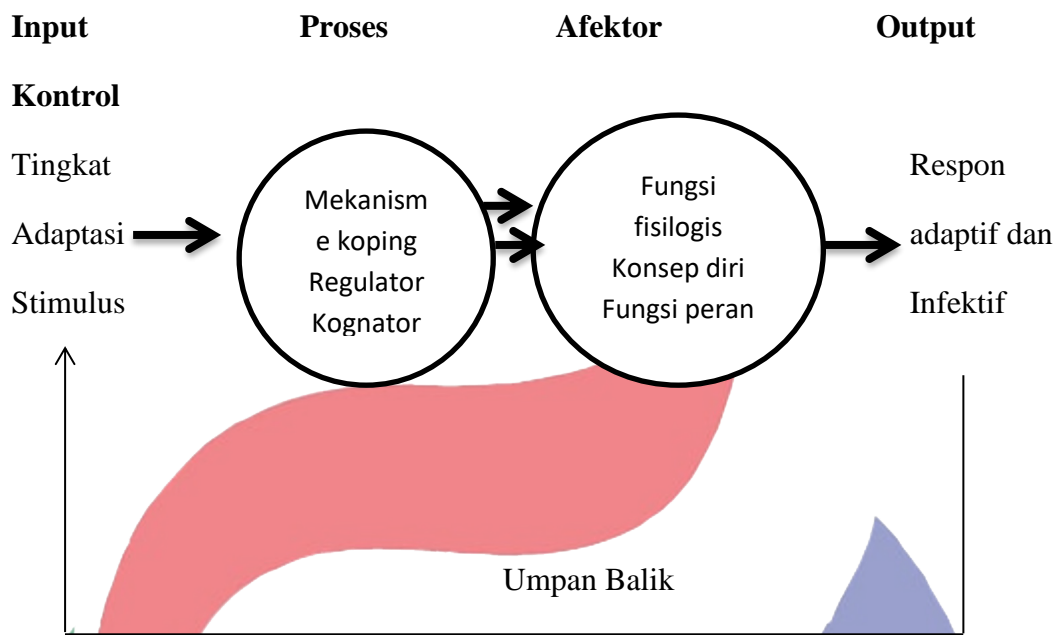
Roy memandang regulator dan kognator sebagai metode koping. Subsistem koping regulator, dengan mode adaptif fisiologis, “berespons, kimiawi, dan

endokrin” (Andrews & Roy, 1991, hal. 14). Subsistem koping kognator, dengan mode adaptif konsep diri, interdependensi dan fungsi peran “berespons melalui empat saluran kognitif-emosi yaitu: pemerosesan informasi yang diterima, pembelajaran, penilaian, dan emosi” (Andrews & Roy, 1991, hal. 14). Persepsi adalah proses dari kognator. Respons-respons yang mengikuti suatu persepsi adalah umpan balik bagi kognator maupun regulator” (Galligan, 1979).

Empat metode adaptif dari dua subsistem dalam model Roy memberikan bentuk atau manifestasi dari aktivitas kognator dan regulator. Respon terhadap stimulus dilakukan melalui empat mode adaptif. Mode adaptif fisiologis fisik berhubungan dengan cara manusia berinteraksi dengan lingkungannya melalui proses-proses fisiologis untuk memenuhi kebutuhan dasar akan oksigenasi, nutrisi, eliminasi, aktivitas dan istirahat, serta perlindungan. Mode adaptif konsep diri-identitas kelompok berhubungan dengan kebutuhan untuk mengetahui siapa diri ini dan bagaimana bertindak dalam masyarakat. Konsep diri individu terdiri atas diri secara fisik (sensasi tubuh dan citra tubuh) serta diri secara personal (konsistensi diri, ideal diri, dan moral-etik-spiritual diri). Mode adaptif fungsi peran digambarkan sebagai peran primer, sekunder, dan tersier yang ditampilkan individu dalam masyarakat. Mode adaptif interdependensi menggambarkan interaksi orang-orang dalam masyarakat. Tugas utama dari mode adaptif interdependensi adalah sebagai seseorang untuk memberi dan menerima cinta, rasa hormat, dan nilai. Komponen yang paling penting dari mode interdependensi adaptif adalah orang terdekat dari individu tersebut (misalnya pasangan, anak, teman, atau Tuhan) serta sistem pendukung sosial yang dimilikinya. Manusia sebagai makhluk yang utuh terdiri dari enam subsistem. Subsistem ini (regulator, kognator, dan empat mode adaptif) saling berhubungan membentuk suatu sistem yang kompleks untuk tujuan adaptasi.

Hubungan antara empat mode adaptif terjadi ketika stimulus fokal, kontekstual, atau residual bagi mode yang lainnya.

4. Kerangka Teori Keperawatan Calista Roy



SKEMA 2.1 Manusia sebagai sistem adaptif. (Diambil dari Roy, C. (1984). Introduction to nursing: An adaptation model (edisi ke-2, hal 30), Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Peneliti ini menggunakan teori calista Roy adaptasi karena mahasiswa yang memiliki pengalaman yang baru pertama kali menggunakan hipnoterapi memerlukan adaptasi terhadap hal yang baru respon adaptif meningkatkan integritas dan membantu manusia dalam mencapai tujuan adaptasi dan untuk bertumbuh.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode kualitatif digunakan untuk mengungkapkan dan memahami apa yang terletak di balik fenomena apa saja yang belum diketahui. Metode kualitatif dapat memberikan secara detail fenomena yang sulit untuk disampaikan dengan metode kuantitatif. Peneliti ini ingin mengeksplorasi pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi.

Rancangan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi. Fenomenologi adalah suatu pendekatan dalam mempelajari makna dari pengalaman manusia menjalani suatu fase dalam kehidupannya. Tujuan penelitian fenomenologi adalah memahami makna dari pengalaman kehidupan yang dialami oleh partisipan dan menjelaskan perspektif filosofi yang mendasari fenomena tersebut. Fenomena pada penelitian ini yaitu pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi. Menurut Polit (2017) ada empat tahapan dalam melaksanakan penelitian dengan fenomenologi sebagai berikut.

1. *Bracketing*, yaitu proses mensupresi, mengurung, atau menyimpan berbagai asumsi, pengetahuan, dan keyakinan yang dimiliki peneliti tentang fenomena yang diteliti. Peneliti mengupayakan mengosongkan pikiran agar mendapatkan pengalaman penuh dari partisipan, mendapatkan pengalaman mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi.
2. *Intuiting*, pada kegiatan ini peneliti secara utuh mengenali dan memahami fenomena yang diteliti. Ketika melakukan *intuiting*, peneliti tidak di bolehkan memberikan kecaman, evaluasi, opini, atau segala hal yang membuat peneliti kehilangan konsentrasi terhadap data informasi

yang sedang di ceritakan para partisipannya. Peneliti menahan diri untuk tidak memberikan opini terkait apa yang disampaikan oleh partisipan.

3. *Analyzing*, peneliti mengidentifikasi dan menganalisis data atau informasi yang ditemukan. Kegiatan analisis ini dibagi menjadi beberapa tahapan yaitu koding, proses kategorisasi, proses tematik, dan menuliskan pola hubungan antara tema tersebut ke dalam narasi sementara untuk divalidasi dan dikenali kepada partisipan, kemudian menuliskan ke dalam narasi akhir (hasil penelitian). Peneliti melakukan analisa data bersama dosen pembimbing.
4. *Describing*, merupakan kegiatan akhir dari pengumpulan dan analisis data, penelitian menuliskan deksripsi atau interprestasinya dalam bentuk hasil-hasil temuan dan pembahasannya dari fenomena yang di teliti untuk mengkomunikasikan hasil akhir penelitiannya kepada pembaca dengan memberikan gambaran tertulis secara utuh dari fenomena yang di teliti.

B. Tempat dan waktu penelitan

Penelitian ini akan dilakukan yaitu di rumah partisipan namun 3 partisipan lainnya dilakukan dengan melalui via daring video call. sumber informasi berasal diklat NCI center Kalimantan yang telah melaksanakan pelatihan hipnoterapi. Alasan memilih tempat ini di karenakan mahasiswa Itkes Wiyata Husada telah mengikuti pelatihan hipnoterapi.

C. Partisipan

Penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dalam menentukan responden karena menurut Nursalam *criterion sampling* (2015) *purposive sampling* adalah teknik penetapan sampel dapat sesuai dengan kereteria yang peneliti harapkan, sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi dari yang dikenal sebelumnya. Purposive sampling: (patton, 2009) yang di gunakan dalam penelitian ini ialah mahasiswa yang mngikuti pelatihan hipnoterapi yang bersedia untuk menceritakan pengalamannya. Adapun kriteria informan dalam penelitian ini dapat di

lihat sebagai berikut: (1) mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan hipnoterapi (2) aktif sebagai mahasiswa stikes wiyata husada (3) partisipan yang bersedia untuk diwawancarai.

Penelitian ini melibatkan mahasiswa yang pertama kali telah mengikuti pelatihan hipnoterapi. Jumlah partisipan dalam peneleitian fenomenologi adalah 6 orang telah tercapai saturasi data.

D. Instrument Penelitian

Penelitian kualitatif sebagai human instrument, yaitu berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, analisa data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan dari semua dating yang telah di peroleh (Sugiono, 2014). Penelitian ini menggunakan pedoman wawancara semi struktur dengan 6 pertanyaan utama: (1) Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi? (2) Bagaimana pengalaman pertama kali melakukan hipnoterapi kepada orang lain?; (3) Bagaimana harapan anda setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi?; (4) Apakah yang melatarbelakangi anda mengikuti pelatihan hipnoterapi?; (5) Apakah ekspetasi anda sebelum mengikuti pelatihan hipnoterapi?; (6) Apakah ekspetasi tersebut sama atau berbeda ketika selesai mengikuti program pelatihan?;.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian kualitatif di fokuskan pada jenis data dan prosedur untuk mengumpulkan data tersebut. Data yang di kumpulkan pada penelitian ini di lakukan dengan cara wawancara secara mendalam (in-depth interview). Hasil pengumpulan data ini berupa traskip wawancara. Adapun langkah-langkah dalam proses pengumpulan data sebagai berikut; (1) menentukan pertanyaan riset yang akan di jawab dalam wawancara tersebut, pertanyaan-pertanyaan ini bersifat terbuka, umum, dan bertujuan untuk memahami fenomena sentral dalam penelitian ; (2) mengidentifikasi mereka yang akan di wawancarai ; (3) menentukan tipe wawancara yang

terapis dan dapat menghasilkan informasi yang paling berguna untuk menjawab pertanyaan riset ; (4) menggunakan prosedur perekaman yang memadai ketika melaksanakan wawancara satu lawan satu wawancara kelompok dan alat yang di rekomendasikan seperti alat perekam suara ; (5) merancang dan menggunakan protokol wawancara, atau panduan wawancara (Creswell, 2014).

Penelitian ini pengumpulan data di lakukan dengan wawancara. Wawancara merupakan metode yang bisa di gunakan dalam penelitian kualitatif. Pendekatan studi fenomenologi, proses penelitian, pengumpulan informasi pasti menggunakan wawancara yang mendalam dengan cara menjawab pertanyaan dengan tatap muka langsung antara partisipan dengan pewawancara dan menggunakan pedoman (*guide*) wawancara dimana peneliti terlibat dalam kehidupan sosial yang lumayan lama. Wawancara dalam penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi.

F. Prosedur Pengumpulan Data

Dalam prosedur pengumpulan data terdapat 3 tahap yaitu; (1) Tahap persiapan, (2) tahap pelaksanaan, (3) tahap terminasi. Pada tahap persiapan peneliti memberika surat ijin permohonan penelitian dari ITKES WHS peneliti di beri kemudahan dalam melakukan proses pengambilan partisipan. Peneliti menghubungi partisipan dan menjelaskan tujuan penelitian beserta kontrak waktu dengan partisipan, dengan terlebih dahulu menyerahkan lembar info consent dan e-form info consent.

Pada tahap pelaksanaan peneliti menjelaskan bahwa dalam proses wawancara ini akan direkam dan tidak akan di publikasikan tanpa ijin dari partisipan setelah partisipan mengerti maka proses wawancara di mulai. Sebelum itu peneliti memberikan info consent kepada partisipan untuk mengetahui kesediaan partisipan. Peneliti mengajukan pertanyaan terbuka sesuai pedoman wawancara dengan melakukan bahasa yang mudah di pahami oleh partisipan kemudian peneliti melakukan wawancara

mendalam mengenai pertanyaan yang di berikan partisipan yang kurang di pahami oleh peneliti. Waktu dan tempat pengambilan data di lakukan sesuai dengan kesepakatan dari partisipan.

- P1 info consent dan langsung melakukan wawancara tatap muka.
- P2 info consent dan langsung melakukan wawancara via video call.
- P3 info consent dan langsung melakukan wawancara tatap muka.

Penelitian ini telah dilakukan kepada 3 partisipan dengan sebelumnya telah dilakukan uji kreabilitas pada 3 partisipan lainnya.

Tahap terminasi dilakukan dengan mengklarifikasi dari seluruh pernyataan yang telah di sampaikan partisipan dan memberikan kesempatan kepada partisipan untuk menyampaikan hal –hal yang ini di sampaikan lagi sebelum wawancara diakhiri, kemudian peneliti mengucapkan terimakasih kepada pasrtisipan yang telah bersedia berpartisipasi dan bekerjasama dalam penelitian ini.

G. Analisa Data

Analisis tematik merupakan proses mengkode informasi yang dapat menghasilkan daftar tema, model, atau indikator yang kompleks, kualifikasi yang biasanya terkait dengan tema, atau hal-hal diantara atau gabungan dari yang telah disebutkan. Tema-tema tersebut memungkinkan interpretasi fenomena. Suatu tema dapat diidentifikasi pada tingkat termanifestasi, yakni secara langsung dapat terlihat. Suatu tema juga dapat ditemukan pada tingkat laten, tidak secara eksplisit terlihat tetapi mendasari atau membayangi. Tema-tema dapat memperoleh secara induktif dari informasi mentah atau diperoleh secara deduktif dari teori atau penelitian-penelitian sebelumnya (Afiyanti, 2014).

Tahapan proses analisis data kualitatif terhadap beberapa model analisis. Salah satunya menggunakan model Colaizzi. Alasan pemilihan metode analisa ini didasarkan pada kesesuaian dengan filosofi Husserl, yaitu suatu penampakan fenomena partisipan realitas itu sendiri tampak. Fenomena ini tentang pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali

pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi. Langkah-langkah analisis data kualitatif dari Colaizzi, (1978) adalah sebagai berikut

1. Mendeskripsikan fenomena yang diteliti, peneliti mencoba memahami fenomena gambaran konsep penelitiannya dengan cara memperkaya informasi melalui studi literature.
2. Mengumpulkan deskripsi fenomena melalui pendapat atau pernyataan dan partisipan. Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara dan menuliskannya dalam bentuk naskah transkrip untuk dapat mendeskripsikan gambaran konsep penelitian.
3. Membaca seluruh deskripsi fenomena yang telah disampaikan oleh semua partisipan.
4. Membaca kembali transkrip hasil wawancara dan mengutip pernyataan-pernyataan yang bermakna dari semua partisipan. Setelah mampu memahami pengalaman partisipan, peneliti membaca kembali transkrip hasil wawancara, memilih pernyataan-pernyataan dalam naskah transkrip yang signifikan dan sesuai dengan tujuan penelitian untuk menemukan unit analisis yang mengandung pernyataan-pernyataan signifikan.
5. Menguraikan arti yang ada dalam pernyataan-pernyataan signifikan. Peneliti membaca kembali unit analisis yang telah diidentifikasi dan mencoba menemukan esensi atau makna dari koding untuk membentuk kategori.
6. Mengorganisir kumpulan-kumpulan makna yang terumuskan kedalam kelompok tema. Peneliti membaca seluruh kategori yang ada membandingkan dan mencari persamaan diantara kategori tersebut, dan pada akhirnya mengelompokkan kategori-kategori yang serupa kedalam sub tema dan tema.
7. Menuliskan deskripsi yang lengkap. Peneliti merangkai tema yang ditemukan selama proses analisis data dan menuliskannya menjadi sebuah deskripsi dalam bentuk penelitian.
8. Menemui partisipan untuk melakukan validasi deskripsi hasil analisis. Peneliti kembali kepada partisipan dan membacakan kisi-kisi hasil

analisis tema. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah gambaran tema yang diperoleh sebagai hasil penelitian sesuai dengan keadaan yang dialami partisipan

9. Mengabungkan data hasil validasi ke deskripsi hasil analisis. Peneliti menganalisis kembali data yang diperoleh selama melakukan validasi kepada partisipan peneliti menyampaikan via telpon hasil deskripsi pada penelitian ini yaitu, aspek psikologis belajar hipnoterapi pada mahasiswa dan teknik hipnoterapi pemula pada mahasiswa. Peneliti telah melakukan member check in kepada partisipan dan partisipan telah menyetujuinya.

H. Keabsahan Data

Penelitian metode kualitatif verifikasi/konfirmasi data dilakukan kepada partisipan merupakan salah satu cara untuk memvalidasi dan memperoleh keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi *Credibility, transferability, dependability, confirmability*.

1. *Credibility* merupakan berbagai aktifitas yang dapat meningkatkan kepercayaan terhadap penemuan yang dicapai, *credibility* hasil penelitian ini dapat dicapai melalui upaya penelitian dalam mengklarifikasi hasil-hasil temuan dari partisipan. Peneliti dalam penelitian ini melakukan dengan cara merekam hasil wawancara dan mendengar secara berulang kali hasil wawancara tersebut. Hasil rekaman menjadi bukti keabsahan data yang diteliti dan bukan merupakan hasil rekayasa peneliti. Peneliti juga melakukan pendalaman kemampuan wawancara menggunakan 3 partisipan sebagai uji coba wawancara dengan expert. Peneliti juga melakukan pendalaman kemampuan wawancara menggunakan 3 partisipan sebagai uji coba wawancara dengan expert.
2. *Transferability* merupakan cara membangun keteralihan untuk menilai keabsahan data peneliti kualitatif. Dalam penelitian ini peneliti menguraikan secara rinci hasil temuan yang didapatkan dan kemudian dibuat penjelasan tentang hasil wawancara dalam bentuk naratif yang

menceritakan rekaman wawancara. Peneliti melakukan uji creabilitas melalui 2 tahap uji creabilitas yaitu setelah P1 dan setelah P2 dan P3.

3. *Dependability* merupakan suatu kestabilan data atau proses penelitian dari waktu ke waktu, untuk menjalin keabsahan hasil penelitian. Dalam hal ini peneliti melakukan auditing (pemeriksaan) dengan melibatkan seseorang yang kompeten dibidangnya. Pada penelitian ini peneliti melakukan kegiatan auditing (pemeriksaan) dengan expert.
4. *Confirmability* merupakan uji objektivitas dari hasil suatu penelitian. Objektif atau tidak tergantung pada persetujuan beberapa orang terhadap pandangan, pendapat dan penemuan seseorang. Dapat dikatakan bahwa pengalaman seseorang itu subjektif sedangkan jika disepakati oleh beberapa orang dapat dikatakan objektif. Jadi objektivitas-subjektivitasnya suatu hal tergantung pada seseorang. Member check in dilakukan kepada 6 partisipan pada tanggal 27 agustus 2020.

I. Etika Penelitian

Etika dalam penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam pelaksanaan sebuah penelitian mengingat penelitian keperawatan akan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan karena manusia mempunyai hak asasi dalam kegiatan penelitian.

1. *Benefience*

Prinsip etik beneficence merupakan standar etik yang mengutamakan kesejahteraan bagi partisipan. Penelitian bertujuan untuk memberikan manfaat bagi partisipan penelitian, dimana penjelasan lengkap tentang manfaat dan tujuan penelitian untuk menggali pengalaman mahasiswa mengikuti program pelatihan hipnoterapi, harus merasa nyaman dan bebas dari kerugian fisik, psikologis, social dan financial (haem and discomfort), misalnya tidak memaksakan kehendak peneliti terkait dengan tempat dan waktu wawancara akan dilakukan. Peneliti harus meminimalkan dampak

yang dapat merugikan subjek dalam penelitian (nonmaleficence), Ketika partisipan melakukan kontrak waktu peneliti memberikan kesempatan pada partisipan untuk menentukan tempat dan waktu dilakukannya wawancara, sekali lagi hal ini dilakukan untuk memberikan rasa nyaman dan bebas dari kerugian fisik, psikologis, social, maupun finansial. Dalam hal ini partisipan mendapatkan alat tulis (puplen, isi binder).

2. *Respect of human dignity*

Prinsip etik respect for human dignity meliputi hak otonomi (autonomy) seorang partisipan untuk menentukan sikap dan pilihan dalam menyampaikan pendapat dan partisipasinya dalam penelitian. Peneliti meminta kesediaan partisipan untuk ikut serta dalam penelitian dan mau mengungkapkan seluruh fenomena yang dialaminya tanpa ada unsur keterpaksaan. Persetujuan partisipan dalam penelitian ini dinyatakan secara tertulis berupa informed consent, yaitu lembar yang menerangkan dengan singkat proses pelaksanaan penelitian, lamanya keterlibatan partisipan, dan hak partisipan dalam penelitian yang telah lebih dulu diberikan pada partisipan sebelum penelitian dilakukan.

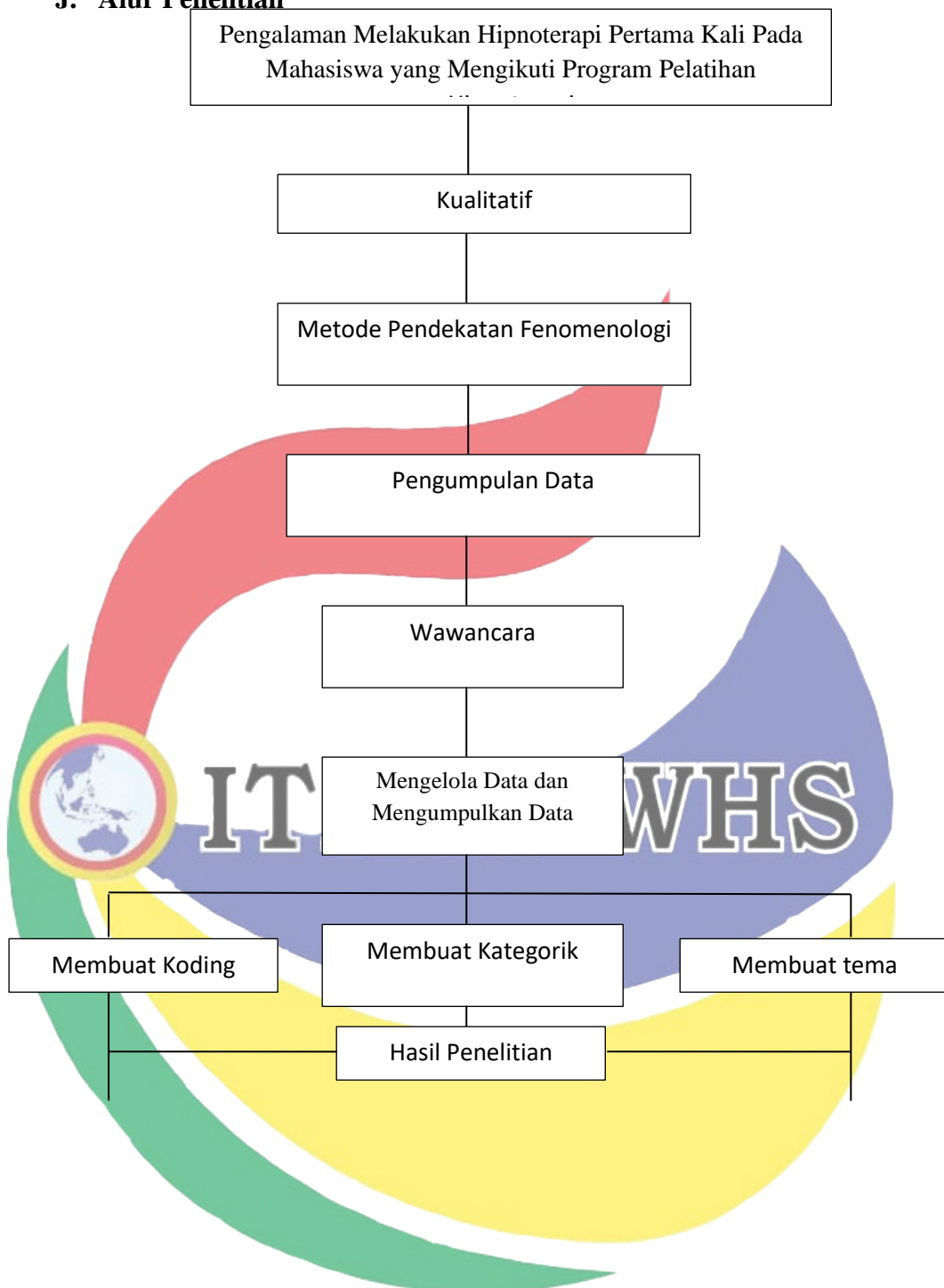
3. *Justice*

Dalam prinsip ini partisipan diperlakukan sama, tanpa membedakan satu dengan yang lainnya, baik strata social, etnis, budaya, suku dan agama. partisipan harus diperlakukan adil baik sebelum, selama, dan sesudah keikutsertaannya dalam penelitian tanpa adanya diskriminasi apabila mereka tidak bersedia atau dikeluarkan dari proses penelitian

4. *Confidentiality*

Dalam prinsip ini, peneliti harus menjamin kerahasiaan data dari partisipan yang telah disampaikan dalam proses penelitian. Dalam penelitian ini, data akan dimusnahkan sesuai kesepakatan dengan partisipan. Kemudian bukti dokumentasi tidak akan menjadi konsumsi publish (P.D, 2014).

J. Alur Penelitian



BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian menjelaskan pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi. Hasil penelitian dibagi menjadi dua bagian yaitu menjelaskan secara gambaran karakteristik partisipan dan pembahasan dari penelitian.

B. Gambaran Lokasi Dan Objek Penelitian

Pengumpulan data pada penelitian ini dilaksanakan pada mahasiswa Itkes Wiyata Husada Samarinda. Wawancara mendalam dilakukan menggunakan 2 cara. 2 partisipan menggunakan video call sedang kan 1 partisipn melakukan dengan tataap muka dikos partisipan. Dalam penelitian ini partisipan hanya sebatas memberi gambaran yang bisa dieksplorasi oleh peneliti tentang pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi.

C. Karakteristik Partisipan

Partisipan yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah enam orang yaitu masing-masing partisipan diberikan kode P disertai urutan waktu dilakukan proses wawancara. Karakteristik partisipan akan dijelaskan pada data demografi dalam tabel 4.1

Tabel 4.1 Data Demografi Karakteristik Partisipan

N o	Kode partisip an	Usia	Jenis kelamin	Pendidikan	Pekerjaan
1	P ₁	21 Tahun	Perempuan	SMA	Mahasiswa
2	P ₂	23 Tahun	Perempuan	SMA	Mahasiswa
3	P ₃	23 Tahun	Perempuan	SMA	Mahasiswa

Penelitian diawali informasi terkait kegiatan penelitian dan prosedur yang akan dilakukan oleh partisipan dalam mengikuti proses kegiatan penelitian. Didapatkan enam calon partisipan dimana partisipan di jadikan sebagai partisipan uji coba untuk mendapatkan *credibility* penelitian dalam melakukan proses wawancara secara mendalam dan 3 orang dapat diambil sebagai partisipan dan di beri label P, kemudian peneliti melakukan proses verbatim sampai pada transkrip wawancara. Transkrip wawancara tersebut dilakukan dengan pendampingan oleh expert (dosen pembimbing) untuk mendapatkan masukan terkait kemampuan peneliti dalam mengeksplor informasi untuk mendapatkan data dan meningkatkan kemampuan teknik wawancara mendalam. Setelah itu maka peneliti melanjutkan proses wawancara kepada partisipan 1, 2, 3 partisipan dengan memberi label sebagai P1, P2, P3, kemudian peneliti melakukan proses verbatim sampai pada transkrip wawancara. Transkrip wawancara tersebut dilakukan dengan pendampingan oleh expert (dosen pembimbing) untuk mendapatkan masukan terkait kemampuan peneliti dalam mengeksplor informasi untuk mendapatkan data dan meningkatkan kemampuan teknik wawancara mendalam. Peneliti mempelajari semua masukan-masukan yang telah diberikan oleh expert (dosen pembimbing) dan melanjutkan wawancara pada P6.

Hasil transkrip yang masuk pada analisa data kemudian dilakukan koding, membuat kategori sampai dengan penentuan tema. Setelah tema dari 3 partisipan di peroleh, proses analisis ini dikonsultasikan kembali kepada penentuan tema. Setelah di dapatkan tema dari ke 3 partisipan, proses analisis dikonsultasikan kembali kepada expert (dosen pembimbing). Dari hasil analisis data diperoleh saturasi data atau tidak di temukan data baru pada P3 sehingga untuk proses pengambilan data diakhiri pada partisipan ke P3.

D. Tema-Tema Yang Didapatkan

Penelitian ini menggunakan metode Colaizzi untuk melakukan analisis tematik, yaitu unit analisis yang diperoleh atau ditemukan pada transkrip wawancara sampai dengan penemuan tema. Hasil setiap perekaman didengarkan berulang-ulang agar mendapatkan tema yang tepat. Ada dua tema yang diperoleh dari beberapa kategori ditemukan melalui proses coding. Proses analisa diawali dengan mendengar hasil wawancara secara rinci dan berulang agar mendapatkan tema.

Tema yang diperoleh melalui proses analisis dari unit analisis, kemudian penemuan coding secara rinci agar peneliti mendapatkan makna yang menjadi dasar pembentukan kategori, kemudian kategori yang ada dikelompokkan pada tema, tema yang diperoleh penelitian yaitu : (1) Aspek psikologi belajar hipnoterapi pada mahasiswa, (2) Teknik hipnoterapi pemula pada mahasiswa. Kedua tema yang akan diperoleh akan dibahasakan satu persatu untuk mengungkapkan makna esensi dari berbagai pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi.

1.1 Tema 1 : Aspek psikologi belajar hipnoterapi pada mahasiswa,

Aspek psikologi belajar hipnoterapi pada mahasiswa merupakan ungkapan yang diperoleh dari partisipan dimulai dari sumber minat belajar hipnoterapi salah persepsi dan motivasi partisipan merasa perlu mempelajari hipnoterapi saat ini, merupakan kesatuan dari ungkapan yang diperoleh dari partisipan dimulai dari beberapa ungkapan mengenai hipnoterapi.

Tema ini muncul pada dari 2 kategori yaitu ; (1) minat belajar hipnoterapi;; (2) motivasi. Pernyataan dari kategori-kategori ini diperoleh dari pernyataan “ tertarik untuk hipnoterapi kemudia mendapat persepsi yang salah sehingga memotivasi untuk mempelajari hipnoterapi” untuk memperoleh tema pada bagian 4.1.

Pada kategorik 1 sumber minat belajar hipnoterapi pernyataan berikut ini dieksprol dari pertanyaan “apa yang melatarbelakangi anda mengikuti pelatihan hipnoterapi” katagorik ini di peroleh dari 2 koding yaitu penasaran dan tertarik, hal ini terlihat dari ungkapan partisipan sebagai berikut.

“...saya memilih hipnoterapi karna awalnya saya penasaran juga sih ee sama hipnoterapi (p2, line 12).

“...awalnya kana da kewajiban dari kampus untuk mengikuti pelatihan hipnoterapi gitu kan ee terus yang menarik perhatian saya kemarin itu ya hipnoterapi (p1, line 9).

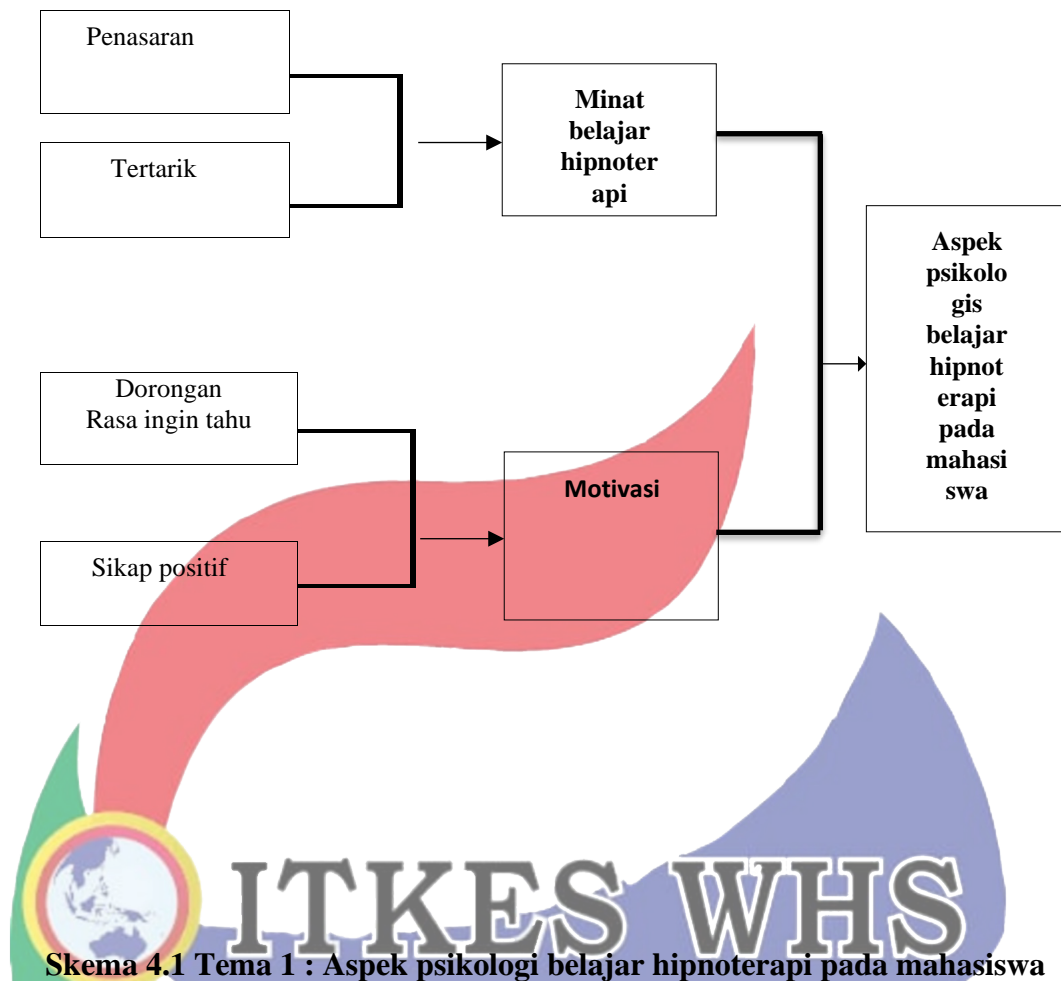
Ungkapan yang sama juga diutarakan oleh P3 bahwa merasa penasaran dan tertarik untuk mengikuti pelatihan hipnoterapi.

Pada katagorik 2 pernyataan sumber motivasi, pernyataan berikut ini dieksprol dari pertanyaan “bagaimana harapan anda setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi” katagorik ini di peroleh dari 2 koding yaitu dorongan rasa ingin tahu dan sikap positif, hal ini terlihat dari ungkapan partisipan sebagai berikut.

“...saya ingin sekali sangat ingin mengetahui apa itu hipnoterapi dan kembali memperdalam ilmunya (p1, line 56).

“...harapan ee aku makin bisa melakukan hipnoterapi ee bertambah juga pengetahuannya tentang hipnoterapi dan semakin ingin mempelajarinya (p2, line 65)

“...setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi ini saya merasa senang sih dan mendapat pengalaman yang positif (p3, line 59).



1.2 Tema 2 : Teknik Hipnoterapi Pemula Pada Mahasiswa,

Partisipan menjelaskan tentang beberapa teknik yang didapatkan setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi dan partisipan mengetahui beberapa teknik hipnoterapi.

Tema ini muncul dari 5 katagori yaitu ; (1) pre induksi ; (2) induksi ; (3) sugesti ; (4) self hipnoterapi ; (5) hambatan hipnoterapi ; katagori-katagori ini diperoleh dari pertanyaan “ apakah anda mengetahui cara melakukan sugesti hipnoterapi” secara rinci untuk memperoleh tema pada bagian 4.2

Pada kategori 1 pernyataan teknik pre induksi hipnoterapi pernyataan berikut ini dieksprol dari pertanyaan “apakah anda mengetahui cara melakukan sugesti hipnoterapi” dari ungkapan partisipan sebagai berikut:

“...saya mengetahui cara sugesti seperti apa ee tapi saya masih sedikit sih cara melakukan ee sugesti (P1, line 58).

“...jadi saya akan melakukan sugesti yang pertama itu ee saya akan merileksasikan diri saya ee seperti membuat saya merasa nyaman dulu (P2, line 23).

”... teknik sugesti ya eee caranya ya ee pertama itu kita harus mengetahui kesukaan orang tersebut apakah lebih suka mendengarkan ee atau lebih ke suka membaca begitu kan P3, line 42).

Pada katagori 2 pernyataan induksi pernyataan berikut ini di eksprol dari pertanyaan “untuk fobia dilakukan dengan sugesti ya menurut anda sugesti yang bagaimana bisa anda jelaskan” dari ungkapan partisipan sebagai berikut :

“...”sugesti ini ee yang saya maksud seperti melakukan atau ee memasuki alam bawah sadar seseorang (p1, line 52)”

“...terus saya membuat posisi saya nyaman dulu kan ee terus saya memejamkan mata saya e dan saya akan membuat diri saya semakin rileks dan semakin nyaman (P2, line 24).

“...setelah itu kita lihat lagi ke fokus si orang ini ee apakah dia bisa fokus atau tidak terus kita lihat situasi kenyamanan saat mau dilakukan sugesti (P3, line 43).

Pada katagori 3 pernyataan sugesti pernyataan ini dieksprol dari pertanyaan “setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi kan apakah M mengetahui cara sugesti itu seperti apa” dari ungkapan partisipan sebagai berikut :

“...ketika akan dilakukan sugesti ee terus setelah kita berhasil memasuki alam bawah sadarnya kita bisa membuatnya bercerita tentang keluh kesahnya (P1,ine 63).

“...sudah merasa saya sangat nyaman dan ee sangat rileks misalnya ee saya akan mensugestikan saya sendiri dengan melakukan komunikasi (P2, line 25).

“...dilakukan sugesti kan ee terus kita perlahan membawanya ke alam bawah sadar (P3, line 42-43).

Pada katagori 4 pernyataan self hipnoterapi ini dieksprol dari pertanyaan “apakah menerapkan hipnoterapi pada diri anda sendiri” dari ungkapan partisipan sebagai berikut:

“...untuk diri saya sendiri saya menerapkan misalnya ee saya dalam keadaan cemas atau merasakan lelah biasa saya akan melakukan ee rileksasi diri saya sendiri (P1, line 66)

”... saya akan merileksasikan diri saya ee seperti membuat saya merasa nyaman (P2, line 23).

“...”jadi saya ee melakukan rileksasi seperti membuat saya merasa tenang (P3, line 51).

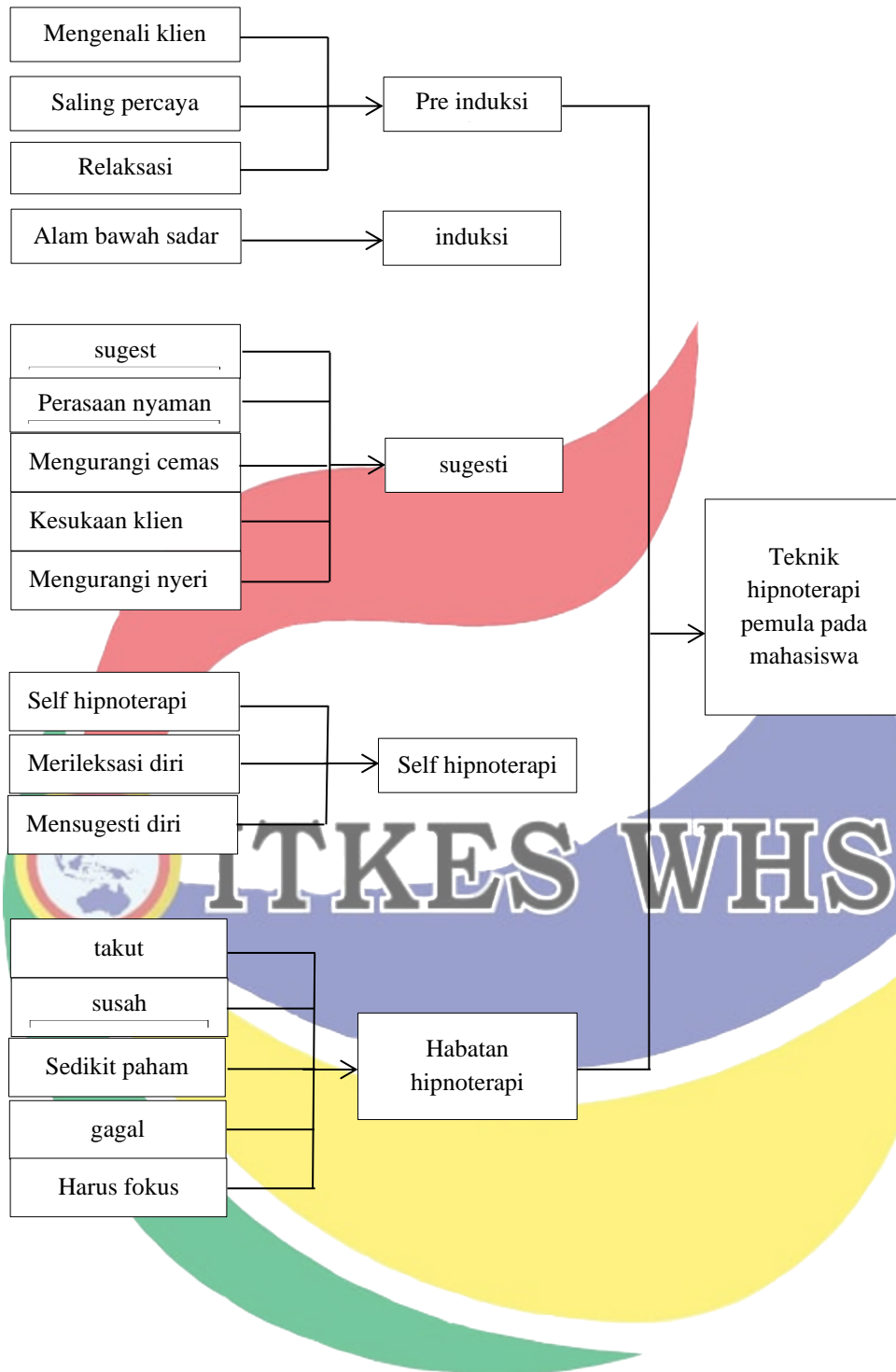
Pada katagori 5 pernyataan hambatan hipnoterapi ini dieksprol dari pertanyaan “bagaimana pengalaman pertama kali melakukan hipnoterapi” dari ungkapan partisipan sebagai berikut:

“...pertama kali saya melakukannya gagal sih ee karna masih pertama kali juga (P1, line 75).

“...pertamanya itu saya gagal sih melakukannya ee mungkin kerna pertama kal (P2, line 64).

“...pertama kali itu ee saya gagal sih melakukan hipnoterapi nya karna pertama kali kan (P3, line 66).





Skema 4.2 Tema 2 : Tehnik hipnoterapi pemula pada mahasiswa

E. Pembahasan Hasil Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara mendalam kepada partisipan yang mengikuti pelatihan hipnoterapi, sehingga di peroleh pemahaman mengenai esensi atau makna pengalaman tersebut dari sudut pandang setiap partisipan. Hasil penelitian ini diperoleh dari dua tema yang merupakan esensi dari pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi. Kedua tema tersebut adalah : aspek psikologi belajar hipnoterapi pada mahasiswa dan tehnik hipnoterapi pemula pada mahasiswa. Interpretasi hasil penelitian diperoleh melalui telaah teori terkait dan studi penelitian terdahulu sehingga didapatkan interpretasi yang akurat.

1. Tema 1 : Aspek Psikologis Belajar Hipnoterapi Pada Mahasiswa

Hasil wawancara pada saat yang dilakukannya penelitian ada 3 partisipan yang diwawancarai mengenai melatar belakang untuk mempelajari hipnoterapi. Pada hasil penelitian ini didapatkan adanya minat belajar mahasiswa untuk mempelajari hipnoterapi. Mahasiswa yang setelah mengikuti pelatihan mendapatkan kebenaran tentang hipnoterapi dimana sebelum mengikuti pelatihan hipnoterapi mahasiswa mengatakan salah beranggapan bahwa hipnoterapi dilakukan untuk kejahatan. Partisipan mengungkapkan setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi merasakan motivasi lebih untuk mempelajari hipnoterapi dan menamban ilmu.

Mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi memiliki aspek psikologis yang dimana setiap individu berbeda-beda tergantung nilai yang dianggap penting oleh tiap-tiap individu. Menurut Muhibbin (2011) faktor yang mempengaruhi belajar dari internal adalah aspek fisiologis, dan psikologis, kemudian faktor eksternal adalah lingkungan sosial dan lingkungan nonsosial, menyebutkan aspek psikologis yang mempengaruhi dari kuantitas dan kualitas perolehan dari belajar mahasiswa terdiri dari (1) Tingkat kecerdasan / Inteligensi Mahasiswa, (2) Sikap Mahasiswa, (3) Bakat mahasiswa, (4) Minat Mahasiswa, (5) Motivasi Mahasiswa.

Selvia (2017) menyatakan bahwa minat adalah kecenderungan yang menetap dalam diri subjek untuk merasa tertarik pada bagian atau hal tertentu dan merasa senang berkecimpung pada bidang itu. Mahasiswa memiliki minat belajar yang tinggi terhadap hipnoterapi. Minat berarti kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu, minat tidak kalah pentingnya dengan faktor-faktor yang lain karena ia juga mempengaruhi kualitas pencapaian hasil belajar siswa dalam bidang-bidang syidu tertentu (Ratnawati, 2017). Minat yang tinggi akan membuat mahasiswa merasa bergairah terhadap hipnoterapi dan tertarik untuk mempelajari ilmu hipnoterapi.

Motivasi belajar adalah proses aktualisasi sumber penggerak dan pendorong tingkah laku individu memenuhi kebutuhan untuk mencapai tujuan tertentu". Motivasi belajar sebagai daya dorong yang memungkinkan seseorang berhasil mencapai apa yang diidamkan. Seseorang yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung untuk selalu berusaha mencapai apa yang diinginkan walaupun mengalami hambatan dan kesulitan dalam meraihnya Ratnawati (2017).

Hasil wawancara menunjukkan beberapa partisipan memiliki rasa penasaran terhadap hipnoterapi sehingga merasa tertarik untuk mengikuti pelatihan hipnoterapi yang dimana partisipan mengungkapkan bahwa sebelum mempelajari hipnterapi merasakan salah paham terhadap hipnoterapi dan setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi partisipan tidak lagi salah mengartikan hipnterapi dan partisipan mengungkapkan bahwa menjadi termotivasi untuk terus mempelajari ilmu hipnoterapi. Dalam hal ini motivasi terbesar dari mahasiswa adalah berkeinginan untuk mempelajari hipnoterapi.

2. Tema 2 : Teknik Hipnoterapi Pemula Pada Mahasiswa

Hasil wawancara yang dilakukan pada partisipan dari 3 partisipan didapatkan bahwa partisipan mendapat pengetahuan terkait dengan teknik hipnoterapi dimulai dari pre induksi dan diakhiri sampai tahap terminasi, partisipan mengungkapkan bahwa merasa ragu dan merasa tidak percaya diri

saat akan melakukan hipnoterapi kepada orang dan partisipan merasa takut untuk melakukannya karena takut orang tersebut tidak mempercayainya. Salah satu hambatan partisipan terletak pada rasa percaya diri bahwa partisipan bisa melakukan hipnoterapi, dan jika partisipan mulai sukses melakukan hipnoterapi partisipan cenderung tidak melakukan tahap terminasi.

Menurut Setiawan (2009) melakukan hipnoterapi, terdapat beberapa tahapan atau proses, berikut adalah tahapan proses hipnoterapi : Pre-induksi (Pre -induction) (Interview) pada tahap ini merupakan pertama kali terapis bertemu dengan klien. Disini terapis akan mulai membangun hubungan baik (raport) dengan klien, sehingga klien mempercayakan masalahnya pada terapis. Tes sugestibilitas (suggestibility test) maksud dari tes sugestibilitas adalah untuk menentukan apakah klien masuk ke dalam orang yang mudah menerima sugesti atau tidak. Induksi (induction) induksi adalah cara yang digunakan oleh terapis untuk membawa pikiran klien berpindah dari pikiran sadar ke pikiran bawah sadar, dengan menembus apa yang dikatakan dengan critical area. Pendalaman trans (Deepening) jika dianggap perlu, terapis akan membawa klien ke trans yang lebih dalam. Proses ini dinamakan deepening. Sugesti (Suggestion) terapis disini akan memberikan sugesti-sugesti positif yang bersifat mengobati pada klien. Terminasi (Termination) akhirnya dengan teknik yang tepat, terapis secara perlahan-lahan akan membangunkan klien dari “tidur” hipnotisnya dan membawanya keadaan sepenuhnya sadar. Dalam hal ini mahasiswa tidak melakukan tahap terminasi yang baik hal ini dikarenakan kegagalan yang terjadi pada saat melakukan hipnoterapi pada orang lain.

Self hipnoterapi adalah upaya seseorang untuk menggunakan keilmuan hipnoterapinya untuk merileksasi dan mensugesti diri sendiri, hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan Nurindra (2008) self-hypnosis berarti menghipnosis diri sendiri. Self-hypnosis merupakan suatu teknik yang sederhana yang dapat membantu kita untuk mengenali pikiran bawah sadar, sekaligus melakukan pemberdayaan diri melalui pemrograman ulang terhadap pikiran bawah sadar tersebut. Pemahaman mengenai Self hypnosis

diharapkan juga dapat menjadi jembatan bagi pemahaman terhadap dunia hipnosis & hipnoterapi secara utuh, karena sesungguhnya semua peristiwa hipnosis pada dasarnya adalah peristiwa self hypnosis. Mahasiswa lebih cenderung melakukan keilmuan hipnoterapinya untuk diri mereka sendiri, mereka merileksasi diri ketika mereka sedang stress mereka mencoba mensugesti diri sendiri ketika menghadapi masalah. Hal ini terjadi karena mereka merasa belum kurang mampu melakukan hipnoterapi kepada orang lain.

Hambatan hipnoterapi adalah segala sesuatu yang didapatkan oleh mahasiswa ketika mereka mempraktikkan teknik hipnoterapi dan faktor-faktor inilah yang menyebabkan hipnoterapi kepada orang lain mengalami kegagalan. Diantaranya yaitu merasa kesusahan dalam mengatur bahasa atau berucap komunikasi, merasa kurang mendapatkan fokus dan rasa percaya. Hal ini dibuktikan oleh peneliti yang dilakukan Ariko (2018) hambatan terbesar yang dapat menyebabkan kegagalan dalam melakukan hipnoterapi adalah klien tidak mengerti dengan kondisi hipnotis sugesti, klien merasa terancam atau kurangnya rasa percaya terhadap klien dengan terapis dan klien yang kurang memahami dengan sugesti yang diberikan atau yang diucapkan. Pada penelitian ini didapatkan mahasiswa merasa bahwa kurang mampu fokus, susah untuk melakukan tehnik hipnoterapi merasa kurang dalam berkomunikasi dan perasaan gagal menjadi hambatan mahasiswa melakukan hipnoterapi kepada orang lain.

F. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan pada penelitian ini adalah saat melakukan pengambilan data wawancara melalui via daring video call, karena pada saat melakukan wawancara terkadang telponya terputus atau mengalami gangguan signal pada saat wawancara dilakukan. Jika signal telpon terputus mata peneliti harus mengulang lagi untuk melakukan wawancara, dan memakan waktu yang lama jika telpon kembali terputus.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Wawancara peneliti pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi : studi fenomenologi menghasilkan dua tema yang menjawab tujuan dari penelitian, yaitu; 1) aspek psikologis saat belajar hipnoterapi dimana partisipan merasa tertarik dan mempelajari hipnoterapi. 2) teknik hipnoterapi pemula pada mahasiswa dimana partisipan yang baru pertama kali melakukan terapi hipnoterapi dan mengetahui cara melakukan hipnoterapinya.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Untuk mahasiswa kedepannya lebih banyak yang lagi yang berminat untuk mengikuti pelatihan hipnoterapi agar hipnoterapi semakin berkembang dan semakin diketahui oleh bukan hanya mahasiswa tetapi juga masyarakat lain.

2. Bagi Institusi dan Tenaga Kesehatan

Institusi Pendidikan dan kesehatan yang hendaknya dapat berpartisipasi dalam hal memberikan pasilitas untuk memberikan pelatihan hipnoterapi.

3. Bagi Peneiti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut yang masih berkaitan dengan penelitian ini pengalaman mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi

- Adiyanto, Lelik (2010). *Smart Birthing Edisi 1*. Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Afiyanti, Yati & Rachmawati, Imami Nur (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Andriyani, W. (2013). *Pengelolaan Pelatihan Tata Rias Pengantin Di Lembaga Kursus dan Pelatihan (LKP) Inge Kabupaten Sumedang*. Skripsi PLS UPI
- Afiyanti, Yati & Rachmawati, Imami Nur (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Bernadin HJ, Russel. (2010). *Human Resuorce Management*. Singapore : Mc Graw Hill, INC.
- Creswell, Jhon W. (2014). *Penelitian kualitatif & desain riset*. Edisi 3 Yogyakarta; pustaka pelajar
- Creswell, Jhon W. (2014). *Penelitian kualitatif & desain riset*. Edisi 3 Yogyakarta; pustaka pelajar
- Dessler, Gary. 2015. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Salemba Empat.
- Fitrial, B. H. (2011). *Pengaruh Hipnotrapi Terhadap Tingkat Sters Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Uiversitas Padjadjaran Angkatan 2011* .
- Gunawan AW (2012), *Hipnoterapy: The Art Subconscious Restructuring*, h. 11
- John Af.(2009). *Hipnotis Modern*. Tjap Djempol.
- Noe, R.A., Hollenbeck, J.R., Gerhart, B. and Wright, P.M. (2008). *Human Resource Management: Gaining a competitive advantage*, New York: McGraw Hill.
- Nursalam, (2015) *konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*, Jakarta: Balemba Medika.

Patton, Michael Quinn. Terj (Budi Puspo Priyadi). (2009). *Metode Evaluasi Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Polit, B (2017). *Canadian essential of nursing research*. Wother Kluwer Health

Ratnawati (2017). *Signifikasi Penguasaan Guru Terhadap Psikologis Siswa Dalam Proses Belajar Mengajar*.

Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup Edisi 13 Jilid 1, Penerjemah: Widiasinta,B)*. Jakarta: Erlangga

Silvia Erika (2017). *Aspek-Aspek Psikologis Dala Pembelajaran*.

Sugiyono,(2009), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta.

Sugiyono, (2014). *Teknik Pengumpulan Data. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. <https://doi.org/10.3354/dao02420>



PEDOMAN WAWANCARA

1. Aspek yang diteliti : Mahasiswa yang mengikuti pelatihan hipnoterapi
2. Focus wawancara : pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi.
3. Nama inisial :
4. Jenis Kelamin :
5. Usia :
6. Waktu wawancara :
 - a. Tanggal :
 - b. Jam :

NO

PERTANYAAN

1. Apa yang melatarbelakangi anda mengikuti pelatihan hipnoterapi?

2. Apa ekspektasi anda sebelum mengikuti pelatihan hipnoterapi?

3. Apakah ekspektasi tersebut sama atau berbeda ketika selesai mengikuti pelatihan hipnoterapi?

4. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi?

5. Bagaimana pengalaman pertama kali melakukan hipnoterapi kepada orang lain?

6. Bagaimana harapan anda setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi?

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth,

Calon Responden

Di-

Tempat Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Robbecha Lourranneza

NIM : 16.0482.817. 01

No.Hp : 081250822382

Judul Skripsi : Pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi.

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Institut Teknologi & Sains Wiyata Husada Samarinda yang sedang melakukan penelitian yang bertujuan untuk Mengeksplorasi pengalaman melakukan hipnoterapi pertama kali pada mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi. Berikut ini peneliti akan menjelaskan Jalan proses penelitian.

Jika Saudara/i bersedia ikut serta dalam penelitian ini. Pertama-tama peneliti akan memulai dengan kontak awal dilakukan penelitian dengan mengunjungi partisipan untuk membangun bina hubungan saling percaya. Peneliti menjelaskan tentang tujuan dan menanyakan kesediaan partisipan untuk mengikuti penelitian ini. kontrak waktu serta menyiapkan informed consent. Penelitian ini tidak akan menimbulkan resiko apapun dan peneliti berjanjani menjunjung tinggi serta menghargai hak saudara/i dengan cara menjaga kerahasiaan identitas selama pengumpulan data, pengolahan data dan penyajian laporan penelitian.

Jika ada suatu yang ingin ditanyakan, mohon menghubungi nama-nama berikut : 1.

Robbecha Lourrannezha (Selaku Peneliti)

2. Ns. Hamka, S.Kep.,M.Kep.,RN.,WOC(ET)N (Dosen Pembimbing)

3. Ns. Suwanto, S.Kep.,M.Kep. (Dosen Pembimbing)

Demikian surat penjelasan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Samarinda, 30 April 2020

Peneliti

Robbecha Lourrannezha

NIM : 16048281701



**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORM CONSENT) KESEDIAAN MENGIKUTI PENELITIAN**

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti, maka saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Pendidikan :

Bersedia untuk ikut serta sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Pengalaman mahasiswa yang mengikuti program pelatihan hipnoterapi”.

Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak berdampak negatif dan membahayakan bagi saya dan keikutsertaan saya dalam penelitian ini sangat besar manfaatnya bagi saya.

Dengan menandatangani surat persetujuan ini, maka saya menyatakan bahwa saya akan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Mengetahui

Peneliti

ITKES WHS

Samarinda, _____ 2020

Responden

Robbecha Lourranneza

(.....)



A. Biodata Pribadi

1. Nama : Robbecha Lourrannezhah
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat, tanggal, lahir : Hambau 11 juni 1997
4. Agama : Islam
5. Alamat : Hambau jl mulawarman rt 09
6. Email : Robbechalourannezha@gmail.com
7. Nomor handphone : 081250822382
8. NIM : 16.0482.817.01
9. Program studi : Si Ilmu-Keperawatan
10. Judul Skripsi : Pengalaman Mahasiswa Yang Mengikuti Program Pelatihan Hipnoterapi
11. Dosen pembimbing : 1. Ns. Hamka., S.Kep., M., Kep., RN., WOC(ET)N
2. Ns. Suwanto., M.Kep., Adm.Kes.

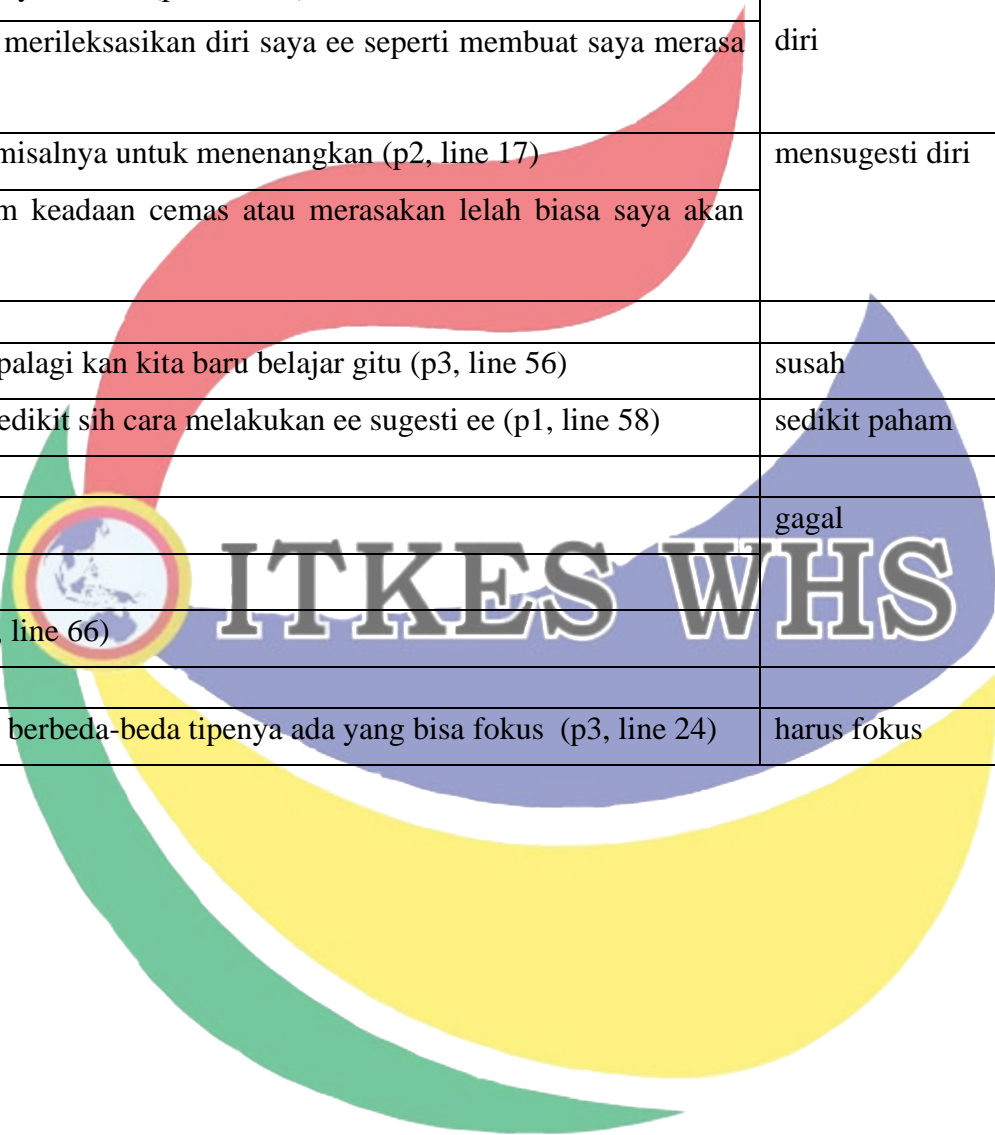
B. Riwayat Pendidikan

- TK : TK MELATI HAMBAU
SD : SDN 009 HAMBAU
SMP : SMP NEGRI 1 KEMBANG JANGGUT
SMA : SMA NEGRI 1 KEMBANG JANGGUT

UNIT ANALISIS	KODING	KATEGORI	TEMA
"saya memilih hipnoterapi karna awalnya saya penasaran juga sih ee sama hipnoterapi kan karna dulu saya ee sering mendengar berita tentang kejahatan (p2, line 12)	penasaran	Minat belajar hipnoterapi	aspek psikologi belajar hipnoterapi pada mahasiswa
awalnya kana da kewajiban dari kampus untuk mengikuti pelatihan hipnoterapi gitu kan ee terus yang menarik perhatian saya kemarin itu ya hipnoterapi (p1, line 9).	tertarik		
"mengikuti pelatihan hipnoterapi karna ee pihak kampus mewajibkan setidaknya 1 kali melakukan pelatihan jadi saya ee mengambil ee pelatihan tapi saya juga tertarik (p3,line 11)			
"harapan ee aku makin bisa melakukan hipnoterapi ee bertambah pengetahuannya tentang hipnoterapi (p2, line 65)"	dorongan rasa	Motivasi	
"saya ingin sekali saya sangat ingin mengetahui apa itu hipnoterapi kembali memperdalam kembali (p1, line 56)"	ingin tahu		
" harapan saya sendiri ee saya berharap untuk diri sendiri tu bisa lebih fokus lagi ataupun lebih giat lagi dalam mempelajari ilmu hipnoterapi (p1, line 62)			
"bertambah ilmu saya tentang terapi hipnoterapi ini dan juga ee saya jadi bertambah (p2, line 56)			
"setelah mengikuti pelatihan hipnoterapi ini saya merasa senang sih dan mendapat pengalaman yang positif (p3, line 59).	sikap positif		
"harus paham sekali orangnya seperti apa ee orang nya apakah fokus (p1, line 34)	mengenali klien	pre induksi	teknik hipnoterapi pemula pada mahasiswa
"kita harus membangun rasa percaya orang pada kita (p2, line 47-48)	saling percaya		
"kita itu bisa dipercaya juga ee jadi orang yang akan diterapi akan merasa aman (p3, line 73)			
"jadi agar kita tidak kesusahan kita harus ee bisa membangun rasa percaya pada ee orang (p1, line 39)			
"kita harus bisa juga ee membangun rasa percaya seseorang pada kita (p1, line 59)			
"cerita ke orang yang melakukan ee hipnoterapi bisa nyaman gitu cerita yang ee tadinya dia gak bisa menceritakan			

keorang lain (p1, line 45)			
"kita lihat situasi kenyamanan saat mau dilakukan sugesti kan ee (p3, line 43)	kenyamanan lingkungan		
"melakukan terapi rileksasi seperti membuat saya merasa tenang begitu ee (p3, line 51)	rileksasi		
"saya dalam keadaan cemas atau merasakan lelah biasa saya akan melakukan ee rileksasi diri saya s (p1, line 66)			
"terus saya membuat posisi saya nyaman dulu kan ee terus saya memejamkan mata saya (p2, line 24)			
"sugesti ini ee yang saya maksud seperti melakukan atau ee memasuki alam bawah sadar seseorang (p1, line 52)	alam bawah sadar	induksi	
"dengan sugesti terus ee membuat nya berada dialam bawah sadar (p3, line 37)			
"saya mengetahui cara sugesti seperti apa ee tapi saya masih sedikit sih cara melakukan ee sugesti ee pertama kita harus tau dulu apakah ee orang ini siap e (p1, line 58)	sugesti	sugesti	
"merileksasi ini ee seperti membuat seseorang merasa nyaman terus merasa lega bisa menceritakan misalnya ee keluhan kesah (p1, line 48)	mengurangi cemas		
"mengurangi kecemasan stres ataupun ee dalam seseorang mengungkapkan sesuatu dengan perasaan yang tenang (p1, line 16)"	perasaan nyaman		
"hipnoterapi untuk bisa menghilangkan fobianya (p4, line 44)	menghilangkan		
"bisa juga hipnoterapi ini untuk menghilangkan fobia atau ee ketakutan seperti itu (p5, line 31)	fobia		
"teknik sugesti ya eee caranya ya ee pertama itu kita harus mengetahui kesukaan orang tersebut apakah lebih suka mendengarkan ee atau lebih ke suka membaca (p6, line 42)	kesukaan klien		
"saya baru tau bahwa hipnoterapi dalam keperawatan ini sangat baik mamfaat nya dalam penyembuhan contohnya dalam pengobatan nyeri (p1, line 15)"	mengurangi nyeri		
"hipnoterapi dalam pengurangan nyeri contohnya relaksasi napas dalam (p1, line 19-20)"			

"saya akan melakukan sugesti yang pertama itu ee saya akan merileksasikan diri saya (p2, line 23)	Self hipnoterapi	self hipnoterapi	
"merasakan lelah biasa saya akan melakukan ee rileksasi diri saya sendiri (p1, line 66)	merileksasikan diri		
"saya akan melakukan sugesti yang pertama itu ee saya akan merileksasikan diri saya ee seperti membuat saya merasa nyaman dulu (p2, line 23)			
"terus juga kan terapi hipnoterapi ini bagus untuk diri sendiri misalnya untuk menenangkan (p2, line 17)	mensugesti diri		
" diri saya sendiri saya menerapkan misalnya ee saya dalam keadaan cemas atau merasakan lelah biasa saya akan melakukan ee rileksasi diri saya sendiri (p1, line 66)			
"setelah saya mengikuti ternyata susah gitu e melakukannya apalagi kan kita baru belajar gitu (p3, line 56)	susah	hambatan	
"saya mengetahui cara sugesti seperti apa ee tapi saya masih sedikit sih cara melakukan ee sugesti ee (p1, line 58)	sedikit paham	hipnoterapi	
"pertama kali saya melakukannya gagal sih (p1, line 75)	gagal		
"pertamanya itu saya gagal sih melakukannya (p2, line 64)			
"pertama kali itu ee saya gagal sih melakukan hipnoterapi (p3, line 66)			
"melakukan hipnoterapi pada orang lain ee tapi kan tiap orang berbeda-beda tipenya ada yang bisa fokus (p3, line 24)	harus fokus		





ITKES WHS