

BAB II
LANDASAN TEORI
(METODE *HYPNOTEACHING* PADA PEMBELAJARAN IPS)

A. Deskripsi Teori

1. Berbagai Pandangan tentang Hypnosis

Hypnosis dapat diartikan sebagai sebuah kondisi relaks, fokus, atau konsentrasi, yang menjadi ciri khas kondisi tersebut, dengan pengertian lain kondisi hypnosis adalah kondisi atau keadaan saat manusia cenderung lebih sugestif dan ada sebuah fenomena trans yang terjadi akibat adanya tidur syaraf atau tidurnya pikiran bawah sadar seseorang. Ada beberapa pandangan mengenai hypnosis, antara lain sebagai berikut:

a. Pandangan tidak tahu menahu tentang hypnosis

Tipe orang yang tidak tahu menahu sering kali terjadi karena tidak adanya sosialisasi hipnosis ke masyarakat. Masyarakat yang jauh dari informasi seperti teknologi internet, perpustakaan internet dan lainnya menyulitkan seseorang untuk mengakses informasi-informasi terkini dan enggan mau tahu tentang hypnosis.

b. Pandangan tidak tahu tetapi menerapkan

Masyarakat yang tidak mengetahui hipnosis mungkin saja telah mempraktekkan konsep hypnosis dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan, mereka sudah bisa

dikatakan sebagai maestronya. Orang-orang tipe seperti ini bisa digambarkan seorang guru yang piawai memberikan motivasi kepada peserta didiknya untuk semangat belajar, mampu mengajar dengan penyampaian yang mampu membuat peserta didik memusatkan perhatiannya kepada guru hingga membuat guru tersebut digandrungi peserta didiknya dan dianggap sebagai guru teladan sebenarnya telah mengaplikasikan teknik-teknik hypnosis dalam kehidupan sehari-hari.

Seorang ibu yang mampu meredam keinginan anaknya untuk berhenti bermain dan mampu membuat anaknya belajar di tengah anaknya sedang asyik bermain, seorang ustad atau ustadzah yang sangat digandrungi oleh jama'ahnya. Teknik yang dilakukan orang-orang yang dijelaskan di atas merupakan bagian dari teknik hypnosis, yaitu bagaimana memberikan informasi yang dapat menggugah dan menenteramkan hati orang lain.

c. Pandangan tidak mau tahu

Tipe ini biasanya berpandangan hypnosis sebagai angin lalu, yang cukup dijadikan sebagai dongeng belaka karena mereka beranggapan bahwa tidak mempelajari hypnosis pun tidak merugikan mereka.

d. Pandangan tahu sedikit tetapi salah tanggap

Sebagian masyarakat menganggap ilmu hypnosis adalah ilmu yang menggunakan kekuatan makhluk halus

yang memang sang penghipnotis untuk mempengaruhi orang lain.

e. Pandangan tahu sedikit tetapi takut mendalaminya

Bagi masyarakat yang sudah terkena dogma atau anjuran-anjuran dari seorang yang memang tahu, tapi salah tanggap, biasanya mereka enggan dengan dan takut untuk mendalaminya. Apalagi hal itu diperkuat dengan alasan-alasan kuat dalam agama tertentu, tradisi, adat istiadat, dan semacamnya. Dengan demikian, mereka menganggap bahwa lebih baik menjauhi hal-hal buruk daripada berkecimpung dengan hal-hal yang bisa membuat dirinya menentang ajaran yang telah ia percaya.

f. Pandangan tahu dan menggunakannya tetapi tidak mengakuinya

Pandangan seperti ini biasanya berlaku pada seorang yang mampu melakukan meditasi hingga menuju kondisi *alpha* dan *tetha* seperti contohnya motivasi diri, merelaksasikan tubuh dan pikiran orang lain, namun orang tersebut tidak mengakui apa yang dilakukan sering dianggap bukan dan bebas dari unsur hipnosis.

g. Penggunaan secara fanatik picik

Sering kali, orang yang telah mempelajari hipnosis dalam kesehariannya dan memperdalam keilmuan hipnosis juga terlalu fanatik terhadap berbagai teknik yang “luar biasa” dan dapat digunakan untuk

menuntaskan berbagai permasalahan, sampai-sampai segala macam penyakit baik fisik maupun non fisik diyakini hanya dapat dituntaskan dengan teknik hipnosis. Padahal setiap memiliki ranahnya masing-masing. Hipnosis merupakan salah satu dari berbagai ragam cara dalam meningkatkan kualitas mental dan spiritual hidup seseorang.

Sebenarnya semua orang bisa melakukan hipnosis, akan tetapi banyak yang tidak menyadari. Hipnosis pada intinya membuat orang lain yakin terhadap apa yang orang katakan, dan orang yang mendengar mampu terbawa pada apa yang dikatakan orang tersebut. Hal itu dikarenakan alam bawah sadar seseorang mampu berada pada kondisi alpha.

2. Pengertian Metode *Hypnoteaching*

Dari istilah bahasa “*hypnoteaching*” berasal dari dua kata yaitu *hypno* dan *teaching*. Elvin Syaputra dalam *Kamus Lengkap 99 Miliar Inggris – Indonesia* ditulis dalam buku *Hypnoteaching for Succes Learning* mengartikan kata *hypnotic* sebagai hal yang menyebabkan tidur. Dan, *hypnotis* berarti ahli hipnosis. Sementara *teaching* bermakna mengajar. dengan pengertian ini *hypnoteaching* berarti mengajar yang dapat menyebabkan tidur. Bila pengertian ini yang dikehendaki, berarti *hypnoteaching* sangat tidak berguna dalam mendukung pengajaran di kelas. Namun, pengertian

seperti inilah yang banyak terjadi di lapangan. Artinya, di saat guru berceramah menyampaikan pelajaran, tidak sedikit peserta didik yang mulai terserang kantuk, menguap, bahkan ada yang sudah tidur saat ditanya.

R. Bakir dan Sigit Suryanto dalam *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia* yang ditulis dalam buku *Hypnoteaching for Succes Learning* mengartikan *hypnosis* di bab – bab awal. *Hypnosis* adalah fenomena mirip tidur, namun bukan tidur. *hypnoteaching* dalam pembahasan di sini dapat diartikan sebagai proses pengajaran yang dapat memberikan sugesti kepada para peserta didik. Adapun makna tidur di sini bukan berarti kondisi tidur secara normal di malam hari, namun menidurkan sejenak aktivitas pikiran sadar dan mengaktifkan pikiran bawah sadar.¹

Menurut *Bobby DePotter* dan *Mike Hernacki* dalam jurnal penelitian yang ditulis oleh Ratnawati menyatakan bahwa eksperimen yang dilakukan oleh *Dr. George Lozanov* yang berkuat pada “*suggestology*” atau “*suggestopedia*” menghasilkan sebuah prinsip bahwa sugesti dapat dan pasti mempengaruhi situasi dan hasil belajar. Dan, setiap detail apapun dapat memberikan sugesti positif maupun negatif.²

¹ Muhammad Noer, *Hypnoteaching for Success Learning*, (Yogyakarta : PT, Bintang Pustaka Abadi), 2010, hlm. 117.

² Ratnawati, “*Aplikasi Quantum Learning, Jurnal Pendidikan Islam*”, (Vol. XIV, No. 1, Mei/2005), hlm.61

“Metode *hypnoteaching* juga dapat didefinisikan sebagai metode pembelajaran yang dalam menyampaikan materi, guru memakai bahasa-bahasa bawah sadar yang bisa menumbuhkan ketertarikan tersendiri kepada peserta didik”.³

Sebagai gambaran banyak masyarakat yang tidak mengetahui hipnosis akan tetapi sebenarnya telah mempraktekkan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satunya seorang guru yang piawai memberikan motivasi kepada anak didiknya untuk belajar. Guru-guru yang digandrungi oleh murid-muridnya dan dianggap sebagai guru teladan, tanpa disadari sebenarnya guru tersebut telah mengaplikasikan tehnik-tehnik hipnosis dalam kehidupan sehari-hari.⁴

Kunci dari metode *hypnoteaching* sebenarnya adalah bagaimana guru bisa menciptakan lingkungan belajar yang nyaman secara intern (psikis) maupun ekstern (fisik). Karena ketika kenyamanan ada dalam pembelajaran, mereka akan merasakan pula proses belajar yang menyenangkan, dan ketika dalam sebuah pembelajaran rasa nyaman dipastikan materi yang disampaikan guru akan mudah sekali diserap oleh peserta didik.⁵ Hal itu bisa terjadi karena kondisi nyaman adalah kondisi yang diciptakan oleh operator hipnotis (guru)

³ N. Yustisia, *Hypnoteaching seni mengeksplorasi otak peserta didik*, (Jogjakarta : Ar-ruzz Media, 2012), hlm. 75

⁴ Andri Hakim, *Hypnosis in Teaching*, hlm.4

⁵ Ratnawati, “*Aplikasi Quantum Learning, Jurnal Pendidikan Islam*”, hlm.71

dengan sebuah komunikasi yang berguna membawa subjek hipnotis (peserta didik) ke kondisi alam bawah sadarnya.⁶

Pada intinya seorang guru diwajibkan untuk bisa mempermudah sebuah pembelajaran hal itu jelas di perintahkan oleh nabi melalui hadisnya yang berbunyi:

عن ابن عباس رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: عَلِّمُوا وَيُشِيرُوا وَلَا تَعْسَرُوا وَبَشِّرُوا وَلَا تَنْفَرُوا فَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ (حديث صحيح رواه احمد والبخاري)

Dari ibnu abbas RA berkata Rasulullah SAW bersabda:” ajarilah olehmu dan mudahkanlah, jangan mempersulit dan gembirakanlah jangan membuat mereka lari, dan apabila salah seorang di antara kamu marah maka diamlah” (HR. Ahmad dan Bukhori).⁷

Dan sesungguhnya Allah menghendaki kemudahan bagi hamba-hamba-Nya dan tidak menghendaki kesulitan bagi mereka. Allah menyukai kelembahlembutan dalam segala urusan dan memberikan kelebihan pada sikap lembut yang tidak pernah diberikan kepada sikap keras atau paksaan. jika kelembahlembutan berperan pada suatu urusan niscaya akan menghiasinya. Dan jika kekerasan telah merasuki suatu urusan tentu akan mengacaukannya. Dan urusan yang paling berhak mendapatkan kelembahlembutan adalah “pengajaran”. Maka para guru sepertinya diungkapkan oleh Al-Mawardi, hendaknya tidak mengerasi murid, tidak mencela yang sedang berkembang dan tidak menghina yang baru mulai. Sebab menjauhi sikap-sikap seperti itu akan lebih mendekatkan guru kepada peserta didik, lebih berkesan dan akan menjadi

⁶ Adi W. Gunawan, “*Hypnoteraphy for Children*”, hlm. 54

⁷ Juwariyah, *Hadits Tarbawi*, (Yogyakarta: Teras, 2010), hlm. 105

motivator bagi peserta didik untuk menyenangkan dan menyukai apa-apa yang ada pada guru mereka.⁸

Dalam hadist lain tentang bagaimana guru harus bersikap dan memperlakukan murid-muridnya, Nabi bersabda:

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :
عَلِّمُوا وَلَا تَعْنَفُوا , فَإِنَّ الْمَعْلَمَ خَيْرٌ مِنَ الْمُعَنَّفِ (رواه البيهقي)
“Dari Abi Hurairah RA berkata: Rasulullah SAW bersabda: Janganlah engkau berlaku kejam/bengis, karena sesungguhnya guru itu lebih baik daripada orang yang bengis. (H.R. Baihaqi)”⁹.

Untuk bisa bersikap menjadi guru yang bersikap lemah lembut, dan menjauhi kekerasan, pemaksaan tidak lepas dari sisi psikologi guru yang harus stabil, artinya guru harus mampu mengatur kondisi kejiwaannya karena tidak dapat dipungkiri seorang guru adalah manusia yang tidak luput dari masalah pribadi yang membahagiakan dan menyedihkan, Dan jika guru dalam kondisi psikis yang terganggu karena tidak bisa mengontrol jiwa hati dan fikiran terhadap permasalahan pribadinya, guru akan mudah sekali tersinggung dan marah. Dan tentu saja peserta didik yang akan jadi pelampiasannya. Sikap guru yang seperti itu menunjukkan seorang guru yang tidak bisa bersikap

⁸ Yusuf Al-Qardhawi, *Konsepsi Ilmu Dalam Persepektif Rasulullah*. hlm.41

⁹ Juwariyah, *Hadits Tarbawi*, hlm. 106

profesional. Dan hal itu seharusnya tidak sepatutnya dilakukan oleh guru.¹⁰

Uraian penjelasan paragraf di atas ini jelas sekali mempunyai kesan sebuah kenyamanan yang harus diciptakan guru, dan untuk menciptakan kenyamanan tersebut sebagai seorang guru diharuskan memberikan kelembutan dalam mengajar dengan bahasa-bahasa motivasi sebaik mungkin dan senyaman mungkin untuk dirasakan peserta didik, dan ketika kenyamanan sudah dirasakan oleh peserta didik, sesulit apapun materi pelajaran akan terasa mudah dicerna oleh peserta didik dan semonoton apapun sebuah materi akan dirasa mengesankan bagi peserta didik. Dan bagi gurunya sendiri tentunya akan menjadi guru teladan dan idaman bagi peserta didik, karena tidak dapat dipungkiri bahwa sebelum peserta didik mencintai pelajarannya yang lebih dicintai pertama kali adalah guru. Ketika peserta didik sudah mencintai gurunya, materi pelajaran sesulit apapun akan terasa mudah bagi peserta didik yang mencintai guru yang mengajarkan materi tersebut serta pesan moral yang harus diberikan guru kepada peserta didik akan dengan antusias dilaksanakan oleh peserta didik, apalagi peserta didik yang masih duduk di bangku MI biasanya menjadikan guru yang disukai sebagai panutan dalam hal apapun melebihi orang tuanya sendiri. Maka dari itu penerapan metode

¹⁰ Muhammad Noer, *Hypnoteaching for Succes Learning*, hlm. 131

hypnoteaching sangat diharapkan bisa dilakukan oleh semua guru, karena metode *hypnoteaching* adalah metode yang mengedepankan sebuah kenyamanan dan rasa relaks bagi peserta didik yang hendak belajar, ketika peserta didik merasa nyaman bisa diyakini bahwa apapun materinya akan mudah sekali dicerna oleh peserta didik dan pesan apapun yang disampaikan guru kepada peserta didiknya akan selalu dilaksanakan.

Metode *hypnoteaching* juga mendidik para guru agar menjadi guru yang profesional, menjiwai perannya sebagai seorang guru yang merupakan sosok yang digugu dan ditiru yang akhirnya mampu memberikan contoh yang baik dari segi berbicara, bertingkah laku, maupun berpenampilan, karena peserta didik tidak akan bisa menjadi seperti apa yang kita inginkan kalau guru sebagai sang pemberi perintah justru malah menunjukkan penampilan, atau perbuatan yang sangat bertolak belakang dari apa yang di perintahkan kepada peserta didik.

Maka dari itu metode *hypnoteaching* sangat mengharuskan guru menjiwai perannya dan menjadi guru yang profesional karena di dalam metode *hypnoteaching* banyak sekali tuntutan guru yang harus dipenuhi, agar benar-benar menjadi guru yang mempunyai daya magnet dalam menarik peserta didik untuk menjadi orang yang berhasil dalam hal keilmuan dan moral peserta didik.

3. Sejarah Metode *Hypnoteaching*

Metode *hypnoteaching* merupakan sebuah metode yang menggunakan teknik hipnosis dalam pelaksanaannya. Secara umum hipnosis diartikan sebagai kondisi pikiran yang mana fungsi analitis logis pikiran direduksi (mengalami pengurangan) sehingga memungkinkan individu masuk ke dalam kondisi bawah sadar, dengan demikian dapat dikatakan bahwa seseorang yang berada pada kondisi *Hypnotic Trance* akan lebih terbuka terhadap sugesti. Hal ini bisa membuat seseorang akan dinetralkan dari berbagai perasaan berlebihan, seperti rasa trauma, sakit, ataupun takut. Perlu diketahui meskipun berada di dalam kondisi hipnosis, individu tersebut masih bisa menyadari apa yang terjadi di sekitar dan berbagai stimulus yang di berikan oleh terapis.

Dalam web NLP Hipnosis Pendidikan, disebutkan tentang sejarah hipnosis yang ternyata telah digunakan sejak zaman prasejarah. Hal ini diketahui dari *pictograph* atau tulisan kuno yang berhasil ditemukan. seperti, *Papirus Ebers* dari mesir yang telah berusia 3000 tahun, telah mencatat tentang cara-cara para pendeta Mesir jika melakukan pengobatan. Dalam dokumen tersebut dijelaskan mengenai berbagai teknik yang menggambarkan mekanisme kerja hipnosis, dari hasil penemuan tersebut dapat diketahui bahwa sedikitnya terdapat dua bentuk hipnosis yang diterapkan pada masa primitive, yaitu pengulangan ritmik (*rhythmical*

repetition) dan tarian ritual (*frantic dancing*). Perlu diketahui bahwa kedua bentuk hypnosis tersebut mempunyai keterkaitan dengan ritual keagamaan.

Sementara itu, pada Abad Pertengahan, penerapan hypnosis mulai berkembang. Hypnosis diterapkan oleh beberapa bangsawan dan dikenal sebagai sentuhan bangsawan atau *royal touch*. Salah satu tokoh bangsawan yang menerapkan hypnosis adalah *Edward the Confessor* (1066) dan para raja di Prancis yang menganggap dirinya sebagai Tuhan. Namun, pada akhir abad ke- 18 ide-ide tersebut mulai runtuh dan mati bersamaan dengan terbitnya periode Renaisans. Sebab, periode Renaisans merupakan masa ketika orang-orang mulai mencari dasar ilmiah atas berbagai fenomena yang terjadi.

Meskipun demikian, ternyata ritual sentuhan bangsawan kemudian dihidupkan kembali ketika penobatan *Charles X*. saat itu, ia beranggapan bahwa tubuh surgawi memberi makan ke tubuh manusia melalui perantara magnet. Kemudian, ia yakin bahwa magnet mampu mengobati berbagai penyakit. Pernyataan dari *Charles X* ini dilanjutkan oleh *Franz Anton Mesmer* (1734-1815), seorang berkebangsaan Vienna yang kemudian pindah ke Paris. Dalam penjelasannya, Mesmer banyak mengutip ide dari para ahli pendahulunya.

- a. Paracelsus dengan ide tentang magnet.
- b. *Richard Mead* dengan pernyataannya bahwa seluruh kehidupan dijalankan oleh hukum alam.
- c. *Father Hell*, seorang pendeta Jesuit yang mencoba menemukan cara menyembuhkan orang dengan memakai lempengan logam kemudian, lempengan ini dilewatkan melalui tubuh orang. Ia yakin bahwa proses penyembuhan dari tubuh surgawi bisa menyembuhkan orang.¹¹

Selain itu, *Mesmer* juga ikut mengklaim bahwa tubuh surgawi bisa menyembuhkan seseorang. Kemudian, dari *Richard Mead*, ia memperoleh ide bahwa setiap tubuh manusia terdapat cairan universal. Ketika cairan tersebut mengalir lancar, segala hal di tubuh berlangsung secara sempurna, hal ini disebabkan oleh aliran cairan universal di tubuh yang terhalang. Kemudian, *Mesmer* menjalankan lempengan logam melalui tubuh pasien untuk melancarkan aliran cairan universal.

Mesmer juga mengklaim bahwa ia mempunyai energi khusus. Ia menyatakan bahwa magnet mengalir ke tubuhnya melalui tongkat ajaib. Selain itu, ia juga berkeyakinan dapat menyembuhkan apa pun menggunakan magnet. Pada periode ini *Mesmer* juga sangat sukses melalui metode penyembuhannya. Kemudian, ia meminta *French Akademika*

¹¹ N.Yustisia, *Hypnoteaching seni mengeksplorasi otak peserta didik*, hlm. 66

of Medicine untuk mempelajari metodenya tersebut. Komisi yang diketuai oleh *Ben Franklin* ini kemudian ditunjuk untuk melakukan penyelidikan tentang metode Mesmer. Namun, yang terjadi di luar dugaan Mesmer, ternyata komisi tersebut menemukan bahwa magnet tidak memberikan pengaruh apapun. Oleh sebab itu, Mesmer kemudian didiskreditkan pada 1784 sehingga ia menjadi tidak dihargai oleh masyarakat lagi.

Salah seorang pengikut Mesmer, *Marquis de Puysegur* (1781-1825) menemukan suatu fenomena yang tidak diketahui oleh Mesmer sebelumnya. Hal itu terjadi ketika Puysegur menerapkan metode yang dipakai oleh Mesmer pada seorang penggembala berusia 24 tahun. Ia menemukan bahwa subjek yang dipengaruhi oleh magnet, tidak hanya mengalami fenomena yang tidak biasa, tetapi juga tertidur lelap, pada kondisi ini, subjek tidak bisa membuka matanya, berbicara dengan kurang jelas, tetapi bertindak seolah-olah sadar. Puyseger menyebut kondisi seperti ini sebagai “*artificial somnambulism*”. Kemudian Joseph Philippe Francois Deleuze (1753-1835) menemukan bahwa sugesti yang diberikan kepada subyek selama dalam kondisi trance akan terus terbawa sampai subyek tersadar.¹²

¹² N.Yustisia, *Hypnoteaching seni mengeksplorasi otak peserta didik*, hlm 68

Lebih lanjut lagi. Seorang dokter inggris, Esdaile (1845), menulis buku yang berjudul *Mesmerisms in India*. Esdaile bekerja di sebuah penjara di India dan melakukan lebih dari 3000 operasi tanpa memakai obat bius. Umumnya, pada kondisi ini, 50% dari pasien akan meninggal. Namun, Esdaile melatih para pasiennya untuk melakukan serangkaian metode tertentu. Melalui metode tersebut, laju kematian pun bisa ditekan sampai hanya 5%. Hal tersebut kini diketahui karena dengan hypnosis, pendarahan dalam tubuh bisa diminimalkan. Selain tidak mengalami dehidrasi. Perlu diketahui bahwa peristiwa pencabutan gigi pertama kali ternyata sudah dilakukan sebelum itu, yaitu pada tahun 1823. Selain itu, proses melahirkan pertama menggunakan hypnosis juga dilakukan pada tahun 1826.

Selain diterapkan pada bidang kesehatan, hypnosis juga mulai berkembang dan diterapkan pada bidang psikologis. Pada 1880, dua sekolah hipnosis mulai didirikan. *Charchot*, seorang neurologis di Prancis melakukan hypnosis kepada duabelas wanita yang mengalami hysteria. *Charchot* memberikan demonstrasi, ketika berada di bawah hypnosis, para pasien bisa berjalan dan melakukan banyak hal. Akan tetapi, ketika dalam kondisi normal, para wanita tersebut kehilangan kemampuan untuk berjalan dan melakukan beberapa hal yang bisa dilakukan sebelumnya. Selain itu, *Bernheim*, seorang neurologis perancis yang sangat terkenal,

membuat klinik di Nancy, Perancis Mereka mengobati lebih dari 12.000 pasien menggunakan metode hypnosis dan memperkenalkan konsep *suggestibility*.

Selama perang dunia I dan II, hypnosis juga diberlakukan kepada para prajurit yang mengalami trauma. Kemudian, pada 1955, British Medical Association menyatakan bahwa hypnosis layak dipakai untuk mengobati hysteria dan bisa digunakan sebagai anestesi.

Melihat sejarah hypnosis, dapat kita ketahui bahwa metode ini secara perlahan telah menunjukkan keberadaannya seiring dengan semakin meningkatnya penerimaan pada dunia medis. Selain itu, hypnosis juga banyak dipakai di bidang olahraga dan pendidikan. Sebab, hypnosis dipercaya bisa mengubah mekanisme otak manusia dalam menginterpretasikan pengalaman dan menghasilkan perubahan pada persepsi dan perilaku. Penerapan hypnosis yang bertujuan untuk perbaikan dikenal sebagai *hypnotherapy*.

Kini, metode *hypnotherapy* telah terbukti mempunyai beraneka manfaat dan kegunaan untuk mengatasi berbagai permasalahan yang berhubungan dengan emosi dan tingkah laku. Dalam beberapa kasus medis serius seperti serangan jantung dan kanker, *hypnotherapy* bisa mempercepat pemulihan kondisi seorang penderita. Sebab, *hypnotherapy* diarahkan untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan

memprogram ulang penyikapan individu terhadap penyakit yang diderita olehnya.

Selain itu, *hypnotherapy* juga bermanfaat untuk mengatasi beranekaragam kasus yang berhubungan dengan kecemasan, ketegangan, depresi, phobia, dan untuk menghilangkan beberapa kebiasaan buruk seperti ketergantungan pada obat-obatan, alkohol, ataupun rokok. Misalnya, untuk menghilangkan ketergantungan terhadap rokok, dengan memberikan sugesti, seorang terapis bisa membangun kondisi emosional positif yang berhubungan dengan seseorang yang bukan perokok dan penolakan terhadap rasa ataupun aroma rokok. Dalam kasus *phobias*, *hypnotherapy* bisa dipakai untuk mereduksi kecemasan yang mengambil alih kontrol individu atas dirinya. Hal tersebut dapat diwujudkan dengan menciptakan suatu gambaran nyata tentang kondisi yang menyebabkan phobia, tetapi individu tersebut tetap dalam kondisi relaks. Maka, usaha tersebut bisa membantu mereka untuk menyesuaikan ulang reaksi mereka pada kondisi yang menyebabkan phobia menjadi normal dan respons yang lebih tenang.

Dalam bidang pendidikan, *hypnotherapy* juga bisa diterapkan untuk meningkatkan optimalisasi pembelajaran. Jika diterapkan dalam pembelajaran, *hypnotherapy* bisa

meningkatkan daya ingat, fokus, dan pencapaian tujuan pembelajaran yang optimal.¹³

Penjelasan diatas memberikan satu pemahaman tersendiri tentang bagaimana sebenarnya hypnosis itu, dan ternyata hypnosis bukan merupakan kegiatan perdukunan, syirik ataupun haram seperti yang banyak orang asumsikan, akan tetapi memang sebuah kegiatan ilmiah yang sudah banyak orang buktikan keberhasilannya, khususnya oleh para dokter, akan tetapi seiring berjalannya waktu tidak hanya dokter saja yang menggunakannya, karena perkembangan sumber daya manusia, ternyata ide dokter tentang tehnik-tehnik hypnosis juga dianut oleh banyak pihak guna meningkatkan keberhasilan dalam bidangnya, misalnya dalam dunia militer, dan pendidikan. hingga banyak terbit buku-buku tentang hypnosis dalam pengajaran yang diberi istilah *hypnoteaching*.

Banyak munculnya buku-buku tentang metode *hypnoteaching* oleh pakar pendidikan memberikan sebuah bukti bahwa metode *hypnoteaching* bukan merupakan metode yang muncul tanpa dasar dan asal-asalan, akan tetapi ada karena sebuah pemikiran serta keberhasilan eksperimen yang dilakukan banyak pakar yang ternyata membuktikan keberhasilan dari metode *hypnoteaching* tersebut. Maka dari

¹³ N.Yustisia, *Hypnoteaching Seni Mengeksplorasi Otak Peserta Didik*, hlm.70

itu, Sejarah serta definisi tentang metode *hypnoteaching* diharapkan akan mampu memberikan suatu pemahaman tentang keberadaan metode *hypnoteaching* dalam dunia pendidikan.

4. **Pikiran Sadar dan Pikiran Bawah sadar**

Otak manusia memiliki tiga bagian penting dan mendasar yang disebut batang otak atau otak reptil, sistem limbik atau “otak mamalia”, dan otak kecerdasan tinggi atau “otak neo korteks”. Dr. Paul Maclean, dalam *Quantum Learning* menyebut ketiga komponen organ otak ini dengan nama otak *triune* atau *otak three in one*. Dalam otak *three in one*, masing-masing terbelah menjadi dua bagian, yakni bagian kanan dan kiri.¹⁴ Sekarang ini, dua belahan otak tersebut memiliki cara berfikir yang berbeda. Cara kerja otak kiri dikenal dengan kerja otak sadar (*conscious*) dan berfungsi sebagai “otak cerdas”, *intelligence quotient* atau IQ. Bagian otak ini hanya bergulat dengan tataran wacana, logika dan kognisi. Sementara otak kanan disebut otak bawah sadar (*subconscious*) dan berfungsi sebagai “otak bodoh”. Dikatakan otak bodoh karena apapun informasi yang disampaikan kepadanya langsung diterima, diyakini dan

¹⁴ Ratnawati, *Aplikasi Quantum Learning, Jurnal Pendidikan Islam*, hlm. 62

diakui kebenarannya. Otak kanan ini dikenal dengan *emotional and spiritual quotient* (ESQ).¹⁵

Ternyata alam bawah sadar tidak pernah istirahat atau berhenti dalam kondisi apapun. Pikiran bawah sadar tidak dapat dipengaruhi oleh pengaruh apapun, seperti narkoba, alkohol, atau kondisi apapun, bahkan dalam keadaan koma sekalipun, alam bawah sadar tetap bekerja. Sedangkan otak kiri atau pikiran objektif akan istirahat ketika seseorang sedang istirahat tidur, karena otak kiri bekerja melalui indra. Sedangkan otak kanan bekerja melalui intuisi.¹⁶

Dalam realitas kehidupan manusia, di antara kedua otak tersebut, otak bawah sadarlah yang menyebabkan seseorang menjadi sukses. Otak sadar pintarnya hanya mengetahui, menghafal, mengerti, dan memahami. Bila orang mengandalkan otak sadar saja, maka ia akhirnya menjadi “ahli tahu”. Ia hanya pandai dalam bermain teori dan konsep-konsep, bukan “ahli bisa” yang terbiasa melaksanakan konsep dan nilai-nilai yang dibuat oleh “ahli tahu”. kasus semacam itu banyak sekali bertebaran di Indonesia, banyak sekali ahli tahu, tetapi sedikit sekali ahli bisa. Di negeri ini banyak orang yang ahli dalam bidang hukum, namun banyak sekali orang yang suka melanggar hukum. Dalam dunia pendidikan,

¹⁵ Muhammad Noer. *Hypnoteaching for Succes Learning*, hlm 53

¹⁶ Abdul Khafi Syatra, *Misteri Alam Bawah Sadar Manusia*, (Jogjakarta : Diva Press, 2010). hlm.10

Indonesia banyak berorientasi pada satu kecerdasan saja, yakni kecerdasan intelektual. Sementara kecerdasan emosional spiritual kurang begitu banyak perhatian, akibatnya mentalitas dan kreativitas anak bangsa menjadi rapuh. Mereka bingung mencari kerja dan hanya mengandalkan secarik ijazah.¹⁷

Uraian di atas menggambarkan sebuah kenyataan yang memang sering kita jumpai, tidak ada perbedaan antara seorang anak yang memperoleh pendidikan di sekolah dan anak yang tidak memperoleh pendidikan, karena banyak yang beranggapan bahwa sekolah adalah tempat menimba ilmu yang menjadi disiplin ilmu saja, akan tetapi sangat tidak memperhatikan sisi nilai-nilai yang harus dicerna oleh setiap peserta didik sebagai upaya mematangkan karakter kebangsaannya. Berbicara mengenai alam sadar dan alam bawah sadar, memang pada kenyataannya banyak orang yang hanya mengandalkan alam sadar, khususnya dalam bidang pendidikan di sekolah, nilai hasil ulangan atau nilai raport menjadi patokan peserta didik itu pintar atau tidak, dan sama sekali tidak memperhatikan aspek moral. Bahkan seorang guru selalu mengucilkan peserta didik yang nilainya tidak sesuai KKM, dan menganakemaskan peserta didik yang nilainya tinggi. Pada kenyataannya pula guru tidak pernah

¹⁷ Muhammad Noer, *Hypnoteaching for Succes Learning*, hlm.55

memberi sanksi pada anak yang dirasa nilainya selalu bagus dalam ulangan.

Gambaran tersebut menunjukkan memang ada yang salah dalam dunia pendidikan khususnya dalam dunia belajar mengajar di sekolah, menjadikan nilai ulangan sebagai patokan dalam berhasil dan tidaknya peserta didik. Maka pada intinya sisi kognitif dijadikan patokan dalam tujuan pembelajaran, dan tidak memperhatikan aspek lain. Maka dari itu sebagai seorang guru ataupun calon guru, diharapkan sekali bisa merubah pandangannya dalam upaya mendidik peserta didik, karena mendidik itu bukan hanya sisi kognitif saja, dan bukan nilailah yang menjadi patokan keberhasilan peserta didik, karena ada sisi lain yang lebih penting yang harus diperhatikan, yaitu spiritualitas peserta didik.

5. Cara kerja Hypnosis pada otak

Sebenarnya, pikiran fokus bukan sekedar memperhatikan dan mendengar apa yang sedang murid pelajari, dalam hal ini diperlukan pula strategi jitu untuk memindahkan gelombang pikiran seseorang dari kondisi beta menuju kondisi alpha. Melalui alat ukur yang bernama EEG (*Elektro Encephalon Gram*) telah ditemukan bahwa pikiran seseorang terbagi menjadi empat kategorisasi sebagai berikut:

Concious Area	Sub-Concious Area		Un-Concious
Beta (30 – 40Hz)	Alpha (13,9-8Hz)	Theta (7,9 – 4 Hz)	Delta (3,9–01Hz)
Normal	Hypnosis State		Sleep State

18

- a. Beta (14-100 Hz). Dalam frekuensi ini, kita tengah berada pada kondisi aktif terjaga, sadar penuh dan didominasi oleh logika. Inilah kondisi normal yang kita alami sehari-hari ketika sedang terjaga (tidak tidur). Kita berada kondisi ini ketika kita sedang bekerja, berkonsentrasi, berbicara, berpikir tentang masalah yang kita hadapi, dan sebagainya. Dalam frekuensi ini, kerja otak cenderung memantik munculnya rasa cemas, khawatir, stres, dan marah.
- b. Alpha (8-13,9 Hz). Ketika otak kita sedang berada dalam getaran frekuensi ini, kita akan berada pada posisi khusyuk, rileks, meditatif, nyaman, dan ikhlas. Dalam frekuensi ini, kerja otak mampu menyebabkan kita merasa nyaman, tenang, dan bahagia.
- c. Theta (4-7,9 Hz). Dalam frekuensi yang rendah ini, seseorang akan berada pada kondisi sangat khusyuk, keheningan yang mendalam, *deep meditation*, dan

¹⁸ Andri Hakim, *Hypnosis In Teaching*, hlm.49

“mampu mendengar” nurani bawah sadar. Inilah kondisi yang mungkin diraih oleh para ulama dan biksu ketika mereka melantunkan doa di tengah keheningan malam pada Sang ilahi.

- d. Delta (0,1-3,9 Hz). Frekuensi terendah ini terdeteksi ketika orang tengah tertidur pulas. Dalam frekuensi ini, otak memproduksi *human growth hormone* yang baik bagi kesehatan kita. Bila seseorang tidur dalam keadaan delta yang stabil, kualitas tidurnya sangat tinggi. Meski tertidur hanya sebentar, ia akan bangun dengan tubuh tetap merasa segar.¹⁹

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa hypnosis yang dilakukan dalam pembelajaran bertujuan untuk mengefektifkan proses pembelajaran itu sendiri agar menjadi lebih menyenangkan, efektif, dan dapat menumbuhkan fokus penuh perhatian dari anak didik. Melalui hypnotis, guru dapat melakukan teknik-teknik pembelajaran yang tepat untuk tujuan pembelajaran yang optimal.²⁰

Seorang guru sangat berperan dalam membuat peserta didik-peserta didik bisa memasuki gelombang pikiran alpha. Berikut ini beberapa hal yang penting yang perlu dilakukan.

¹⁹ Abdul Khafi Syatra, *Misteri Alam Bawah Sadar Manusia*, hlm.100

²⁰ N. Yustisia, *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Pesertadidik*, hlm.74

a. Mendapat perhatian

Sebelum proses pembelajaran dilaksanakan, seorang guru bisa memulainya dengan berdoa atau bernyanyi. Tujuannya adalah agar pikiran bawah sadar peserta didik tertarik dengan mata pelajaran yang akan disampaikan.

b. Membangun Tema

Tentukan sebuah tema yang menarik dalam setiap proses pembelajaran. Sebagai contoh, dalam pelajaran biologi pada sub materi anatomi tubuh, tema yang bisa memancing pikiran bawah sadar adalah “serangan jantung mengakibatkan kematian”. Tema ini merupakan pancingan kepada pikiran bawah sadar peserta didik untuk memasuki gelombang pikir alpha-nya masing-masing.

c. Menampilkan Struktur dan Peraturan.

Hindarilah kalimat-kalimat yang bisa memberatkan pembelajaran peserta didik. Peraturan perlu diterapkan agar pikiran bawah sadar peserta didik mampu melingkupi apa yang seharusnya menjadi pusat perhatiannya. Peraturan seperti tidak boleh bergurau saat pelajaran dan semacamnya yang bisa membuat pikiran bawah sadar seseorang menjadi konsisten dalam berfokus. Namun, ingat bahwa setiap peraturan yang dibuat harus disertakan dengan hukuman/*punishment* yang setimpal.

d. Membangun Hubungan

Guru yang terlalu keras dan “*over dicipline*” karena hal itu membuat kondisi peserta didik tidak relaks. Dan itulah salah satu hal yang membuat gelombang pikiran peserta didik sulit memasuki kondisi alpha. Teknik-teknik seperti ***breathing*** (menarik napas bersama-sama), ***mirroring*** (menyamakan gerak tubuh guru dengan peserta didik) dan penggunaan ***bahasa-bahasa persuasif*** yang bersifat mengajak membuat informasi yang diberikan langsung didengar oleh pikiran bawah sadar seseorang.²¹

Dari semua uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam sebuah pembelajaran yang memanfaatkan metode *hypnoteaching*, pada intinya guru dituntut untuk mampu menghipnotis peserta didik, hipnotis ini bertujuan untuk membawa peserta didik ke dalam sebuah suasana yang relaks, nyaman dan hening hingga peserta didik mudah untuk bisa menerima setiap materi dan pesan moral yang disampaikan guru. Hipnotis yang dimaksud yaitu guru harus mampu berbahasa yang secara tidak langsung merupakan bahasa-bahasa persuasi yang sifatnya mengajak dengan penuh keyakinan dan motivasi hingga peserta didik merasa yakin dan sangat tertarik dengan semua ajakan guru hingga peserta didik tidak tertarik dengan apapun yang ada di sekitar. Guru

²¹ Andri Hakim, *Hypnosis in Teaching*, hlm. 51

merupakan pusat perhatian, dan ucapan guru merupakan sesuatu yang berarti bagi guru, hingga peserta didik enggan beralih dari pembelajaran yang dilakukan di kelas itu.

6. Manfaat Metode *Hypnoteaching*

Selama ini pendidikan selalu mengedepankan tiga ranah kepintaran yaitu kecerdasan (kognisi), keterampilan (psikomotor), dan kepribadian (kepribadian), dua yang pertama nampak lebih dipentingkan dalam praktek pendidikan. Sementara ranah kepribadian seringkali kurang memperoleh perhatian. Padahal hanya dengan IQ tinggi tanpa EQ dan SQ yang memadai justru membuat seseorang lebih berbahaya karena mudah melakukan kejahatan profesional. Maraknya KKN (korupsi, kolusi dan nepotisme) di negeri ini. Karena pendidikan selama ini lebih mementingkan kepandaian matematika daripada kesalehan sosial.²²

Pada intinya dalam sebuah pendidikan yang dibutuhkan peserta didik adalah kebutuhan fisik dan psikis, diketahui bahwa masalah pada peserta didik muncul karena ada kebutuhan psikis yang belum terpenuhi. Dan peserta didik tidak bisa memprotes atau tidak tau caranya bahkan takut meminta orangtua nya di rumah dan meminta gurunya di sekolah untuk memenuhi kebutuhan itu. Yang terjadi di

²² John P. Miller, *Cerdas di Kelas Sekolah Kepribadian*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2002) hlm. 3

permukaan adalah perubahan perilaku anak yang semakin lama semakin menyimpang.²³

Berkenaan dengan kebutuhan anak, sebenarnya apa yang dibutuhkan anak jawabannya akan sama dengan apa yang dibutuhkan manusia, dan yang dibutuhkan manusia adalah rasa aman. Kebutuhan ini menempati posisi paling tinggi dibandingkan kebutuhan lainnya seperti perasaan dicintai, dihargai, atau diterima.²⁴

Terutama ketika seorang peserta didik mengalami kesulitan dan tengah melakukan kesalahan, karena masa itulah seorang anak masa di mana seorang guru harus bisa menerima. Karena tidak sedikit guru yang tidak bisa menerima kesulitan, kesalahan, atau kegagalan peserta didik. Karena pada dasarnya seorang anak membutuhkan pengakuan sepenuhnya dengan segala kelebihan dan kekurangan. Banyak sekali guru yang justru menjatuhkan peserta didik yang mengalami kegagalan dalam proses belajar mengajar di kelas. Padahal sebenarnya dalam kondisi di mana seorang peserta didik yang tengah mengalami kesulitan dan kegagalan adalah kondisi di mana seorang peserta didik membutuhkan motivasi agar tetap mau mencoba hingga berhasil.²⁵

²³ Adi.W Gunawan, *Hypnoteraphy For Children*, hlm. 4

²⁴ Adi W. Gunawan, *Hypnoteraphy For Children*, hlm.9

²⁵ Carolyn Meggit, *Memahami Perkembangan Anak*, (Jakarta: Indeks, 2013), hlm. 24

Maka dari itu, metode *hypnoteaching* dianggap sangat penting dalam upaya pembelajaran terutama bagi peserta didik yang mengalami kegoncangan jiwa dan kesulitan dalam mencerna sebuah pelajaran, hal itu bisa dilihat dari manfaat metode *hypnoteaching* sebagai berikut:

- a. Pembelajaran menjadi menyenangkan dan lebih mengasyikkan baik bagi peserta didik maupun bagi guru.
- b. Pembelajaran dapat menarik perhatian peserta didik melalui berbagai kreasi permainan yang diterapkan oleh guru.
- c. Guru menjadi lebih mampu dalam mengelola emosinya.
- d. Pembelajaran dapat menumbuhkan hubungan yang harmonis antara guru dan peserta didik.
- e. Guru dapat mengatasi peserta didik yang mempunyai kesulitan belajar melalui pendekatan personal.
- f. Guru dapat menumbuhkan semangat peserta didik dalam belajar melalui permainan *hypnoteaching*.²⁶

Untuk memenuhi tiga aspek pembelajaran yang harus dikuasai peserta didik, penerapan metode *hypnoteaching* dapat dikombinasikan dengan metode-metode lain yang membantu memberi pemahaman kognitif, dan psikomotor peserta didik, sementara itu aspek afektif dan kondisi psikis peserta didik guru bisa menerapkan metode *hypnoteaching* guna memenuhi

²⁶ N. Yustisia. *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi otak Peserta Didik*, hlm 80

kebutuhan afektif dan psikis peserta didik, hal itu dikarenakan metode *hypnoteaching* merupakan metode yang menekan pada komunikasi alam bawah sadar peserta didik.²⁷

Dengan manfaat metode *hypnoteaching* yang dijelaskan di atas, serta permasalahan yang dialami oleh setiap sekolah guna menangani problematika peserta didik, sekiranya bisa menjadi pertimbangan agar guru mampu menerapkan tehnik-tehnik hipnosis dalam upaya penanganan terhadap peserta didik dan sebagai upaya menciptakan sebuah pembelajaran yang bermakna.

Saat ini, kita sering melihat sekolah yang kewalahan dan kesulitan dalam menghadapi berbagai masalah yang dialami oleh para peserta didiknya, mulai dari kecil hingga masalah besar, mulai dari peserta didik yang malas belajar, tidak semangat dalam mengikuti pelajaran hingga, bolos di jam pelajaran hingga masalah penyimpangan perilaku dan tindak kriminal yang akhir-akhir ini semakin meningkat. Kesulitan yang menjadi masalah dalam sebuah sekolah tersebut, sampai saat ini masih belum ada yang bisa memberikan solusi yang tepat dan bijaksana terhadap kejadian tersebut. Biasanya para pihak sekolah hanya memberi nasihat ataupun hukuman kepada peserta didik yang bermasalah. Bila

²⁷ N. Yustisia. *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi otak Peserta Didik*, hlm 99

dirasa sudah keterlaluhan, pihak sekolah pun mengambil keputusan untuk mengeluarkan peserta didiknya dari sekolah.

Mengingat bahwa sekolah adalah salah satu tempat untuk meraih pendidikan, tempat mencerdaskan otak peserta didik dan tempat penanaman nilai-nilai kebangsaan, akan tetapi pada kenyataannya peserta didik yang sebenarnya membutuhkan bimbingan untuk bisa sembuh dari kegoncangan jiwa yang membuat peserta didik menjadi nakal. Ketika perilaku peserta didik menunjukkan perilaku yang tidak sesuai yang diharapkan, secara tidak langsung itu menunjukkan sebuah sinyal bagi pihak sekolah dan orangtua untuk menolongnya, bukan untuk dimarahi, dipermalukan bahkan disingkirkan.

7. Aplikasi Metode *Hypnoteaching* dalam Belajar Mengajar

“Sudah tidak dapat dipungkiri bahwa hipnosis dapat dimanfaatkan untuk kepentingan pengajaran dan pendidikan”.²⁸ Dalam sebuah proses pembelajaran, pengajar memberikan materi pembelajaran kepada anak didiknya agar bisa dipahami dan dimengerti oleh murid tersebut. Tujuan sebuah proses pembelajaran adalah seseorang yang belajar mampu mengetahui dan memahami maksud dari data, informasi, dan pengetahuan yang mereka peroleh dari sumber yang dapat dipercaya. Namun sering kali seorang murid dianggap sebagai objek pembelajaran, bukan sebagai subjek

²⁸ Muhammad Noer, *Hypnoteaching For Succes Learning*, hlm. 121

pembelajaran. Hal itu terjadi karena dominasi dalam proses belajar mengajar sering dikendalikan secara penuh oleh guru.²⁹

Metode *hypnoteaching* dalam sebuah pembelajaran maksudnya yaitu mengaplikasikan hypnosis dalam pembelajaran yang dimaksudkan memanfaatkan inti dan substansi dari ilmu hypnosis yakni berkomunikasi dan sugesti, tarik minta dan perhatian peserta didik dengan bahasa komunikasi persuasif yang lembut dan halus dan mengena. Setelah itu masukanlah sugesti-sugesti positif pada peserta didik.³⁰

Hipnosis merupakan kondisi ketika seseorang mudah menerima saran, informasi, dan sugesti tertentu yang mampu mengubah seseorang dari hal yang kurang baik menjadi hal yang lebih baik. Teknik menuju kondisi hypnosis sebenarnya telah digunakan oleh pengajar-pengajar andal guna memudahkan murid untuk mencerna setiap materi pembelajaran. Untuk mencapai kondisi hypnosis, hal yang dibutuhkan adalah motivasi. Karena dengan memotivasi peserta didik, secara tidak langsung akan dibawa pada kondisi yang sangat relaks dan nyaman. Karena tidak dapat dipungkiri kondisi relaks merupakan kondisi di mana peserta didik bisa

²⁹Andri Hakim, *Hypnosis in Teaching Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar*, hlm. 12

³⁰ Muhammad Noer, *Hypnoteaching For Succes Learning*, hlm.123

dengan mudah menyerap setiap data, informasi, dan pengetahuan. Dan sebuah ketegangan menyebabkan seseorang sulit untuk berkonsentrasi dan hasil dari pembelajaran tidak akan maksimal.³¹

Maka dari itu sangat diperlukan sekali dalam mengajar, guru bisa menggunakan metode *hypnoteaching*, yaitu metode di mana seorang guru menggunakan tehnik Hipnosis, karena merupakan teknik yang memudahkan untuk membawa peserta didik masuk dalam kondisi relaks. Dalam kondisi hypnosis, ada sebuah kondisi pada saat ketika seseorang mudah menerima saran, masukan, informasi, data bahkan pengetahuan tertentu. Dengan demikian, secara otomatis, seseorang bisa mengoptimalkan daya serap, daya ingat dan daya pikirnya.³²

Berbicara tentang motivasi dalam sebuah proses pembelajaran, hal tersebut merupakan salah satu faktor penting yang bisa mempengaruhi aktivitas belajar anak didik. Dengan kata lain, proses pembelajaran akan berjalan lancar bila disertai dengan motivasi yang kuat. Tanpa motivasi, hasil belajar yang dicapai oleh anak didik tidak akan maksimal.³³

³¹ Andri Hakim, *Hypnosis in Teaching Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar*, hlm. 17

³² Andri hakim, *Hypnosis In Teaching Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar*, hlm. 14

³³N. Yustisia, *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik*, hlm.127.

Hypnosis digunakan dalam sebuah pembelajaran guna menjadikan sebuah pembelajaran menjadi lebih berkesan dan membuahkan hasil, hasil yang didapat tentunya peserta didik menjadi memahami materi bidang studi yang diajarkan serta pesan moral yang terkandung dalam materi IPS ataupun yang diteladankan guru ketika proses pembelajaran berlangsung bisa ditiru oleh peserta didik sebagai upaya penanaman kembali karakter kebangsaan yang mulai luntur. Hal itu dikarenakan metode *hypnoteaching* adalah metode yang mengedepankan sebuah motivasi, serta diharapkan motivasi yang diberikan guru adalah motivasi dengan cerita dari tokoh-tokoh yang mempunyai perjuangan yang luar biasa dalam menjalani hidup.

Dengan motivasi yang diberikan secara tidak langsung seorang guru tengah berusaha membawa peserta didik dalam kondisi yang aman sangat relaks dan nyaman, ketika sudah merasa relaks dan nyaman, barulah guru diharapkan bisa mengucapkan berulang kali sugesti-sugesti positif tentang murid serta menyampaikan materi dengan metode-metode lain yang mendukung memahami peserta didik tentang materi.

8. Unsur-unsur *Hypnoteaching*

a. Penampilan Guru

Langkah pertama yang harus diperhatikan guru dalam menggunakan metode *hypnoteaching* adalah

dengan memperhatikan performa atau penampilan guru. Guru dalam menggunakan metode *hypnoteaching* diharuskan berpakaian serba rapi, kalau memungkinkan bagi yang laki-laki hendaknya memakai dasi, dan serasi. Penampilan yang baik tentunya akan menimbulkan rasa percaya diri yang tinggi dan membantu dalam memberikan daya magnet yang kuat bagi peserta didik.

b. Rasa simpati

Seorang guru harus mempunyai rasa simpati yang tinggi kepada peserta didiknya sehingga peserta didiknya pun akan menaruh simpati kepadanya pula. sebab, hukum alam yang pasti berlaku adalah kaidah timbal balik. Jika guru memperlakukan peserta didiknya dengan baik, peserta didiknya pun pasti akan bersikap baik kepadanya. Meskipun peserta didiknya itu sangat nakal, ia pasti akan tetap merasa enggan dan hormat kepada guru yang juga menghormatinya.

c. Sikap yang empatik

Sebagai seorang pendidik, bukan sekedar pengajar, seorang guru harus mempunyai rasa empati. Ketika didapati ada atau banyak peserta didik yang bermasalah, suka membuat ulah di sekolah, suka cari perhatian teman dan guru dengan berbicara sendiri dan membuat ulah yang kurang baik, Guru yang memiliki rasa empati tidak akan begitu saja menyematkan gelar “peserta

didik nakal” ke pundaknya. Guru tersebut justru menyelidiki latar belakang yang menyebabkan tindakan peserta didik itu dengan menggali dan mengumpulkan berbagai informasi yang ada serta membantu peserta didik tersebut menjadi lebih baik dan maju.

d. Penggunaan Bahasa

Guru yang baik hendaknya memiliki kosa kata dan bahasa yang baik serta enak didengar telinga, bisa menahan emosi diri, tidak mudah terpancing amarah, suka menghargai karya, potensi, dan kemampuan peserta didik, tidak suka merendahkan, menghina, mengejek, atau memojokkan peserta didik dengan berbagai ungkapan kata yang tidak seharusnya keluar dari lidahnya. Guru yang bisa menjaga lisannya dengan baik, niscaya para peserta didik pun tidak akan berani mengatakan kalimat yang menyakiti hatinya. Paling tidak peserta didik yang diperhatikan dan dinasehati dengan bahasa hati akan menuruti dengan sepenuh hati.

e. Peraga Bagi yang Kinestetik

Peraga merupakan salah satu unsur hipnosis dalam proses pembelajaran, yang dimaksud adalah peraga atau mengeluarkan ekspresi diri. Seluruh anggota badan digerakkan jika diperlukan. Tangan, kaki, mimik, dan suara dieksplorasi secara maksimal dan optimal. Guru ketika menerangkan diusahakan menggunakan gaya

bahasa tubuh agar apa yang disampaikan semakin mengesankan dan untuk menerapkan ini, terlebih dahulu guru harus menguasai materi yang akan disampaikan, karena guru yang tidak menguasai materi biasanya akan mengajar peserta didik dengan cara yang membosankan.

f. Motivasi Peserta didik dengan cerita dan Kisah

Salah satu keberhasilan *hypnoteaching* adalah menggunakan teknik cerita dan kisah. Alangkah baiknya jika dalam mengajar kita selalu menyelipkan kisah-kisah orang-orang sesuai pelajaran yang sedang menjadi pembahasan, karena dengan hal itu secara tidak langsung kita telah memberi motivasi positif, apalagi melihat peserta didik yang dipastikan mempunyai masalah pribadi masing-masing yang biasanya mengganggu fokus pikiran, dan tidak termotivasi dalam belajar. Dengan guru bercerita, secara tidak langsung guru sedang menasehati peserta didik tanpa harus menggurui.

g. Kalau ingin menguasai pikiran peserta didik, kuasai terlebih dahulu hatinya.

Dalam mengajar, kuasailah hati peserta didik terlebih dahulu, maka secara otomatis akan mampu menguasai pikirannya. Bukankah orang yang sedang di mabuk cinta akan menuruti kemauan kekasihnya, walaupun tidak masuk akal dan di luar kemauan sekalipun. Maka dari itu dalam mengajar diharapkan guru

tidak mengajar secara formal yang menjadikan suasana kelas menjadi kaku, miskin canda tawa, miskin kreasi dan tidak mengenal psikologi anak.³⁴

Dalam menerapkan metode *hypnoteaching* diharapkan guru bisa menjadi magnet bagi peserta didik, artinya jika guru menginginkan ketenangan kelas dalam pembelajaran, maka guru sendiri harus bersikap tenang dulu, jika guru menginginkan peserta didiknya gemar membaca, maka guru harus gemar membaca, jika guru menginginkan peserta didiknya rajin belajar, maka guru harus rajin belajar. Jadi hukum tarik menarik adalah hal yang dimaksudkan dalam metode *hypnoteaching*, jika guru menginginkan menjadi apa yang diinginkan, maka guru harus bisa menjadi apa yang guru inginkan dari peserta didik.³⁵

Seperti Rasulullah adalah sebagai seorang suri tauladan yang patut dicontoh seorang guru dalam memahami profesinya, hal itu bisa dilihat pada firman Allah SWT:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ

الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾

“Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat

³⁴ Muhammad Noer, *Hypnoteaching For Succes Learning*, hlm. 137-144

³⁵ Muhammad Noer, *Hypnoteaching For Succes Learning*, hlm. 127

dan dia banyak menyebut Allah (Q.S. Al-Azhab 33:21).³⁶

Dalam islam, rasulullah adalah contoh nyata pelaksana hukum tarik menarik, tidak hanya memerintahkan akan tetapi memperlihatkan tindakannya. Tindakan selalu menjadi pendorong yang kuat bagi setiap orang yang mengikutinya. Bukan hanya kata-kata indah yang membuat orang bersedia berubah, akan tetapi harus diikuti oleh tindakan sebagai bentuk keteladanan yang bisa menjadi menghunjam ke dalam hati dan otak peserta didik khususnya otak bawah sadar peserta didik.³⁷ Mengenai keteladanan bisa dilihat dari firman Allah SWT :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ ﴿٢٦﴾ كَبُرَ مَقْتًا عِندَ
اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ ﴿٢٧﴾

Wahai orang – orang yang beriman, kenapakah kamu mengatakan sesuatu yang tidak kamu kerjakan? Amat besar kebencian di sisi Allah bahwa kamu mengatakan apa yang tidak kamu kerjakan. “ (Q.S. Ash-Shaf, 61:2-3).³⁸

³⁶ Departemen Agama RI, *Alqur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: J-ART, 2005), hlm. 420

³⁷ Akh. Muwafik Saleh. *Membangun Karakter Dengan Hati Nurani*, (Malang : Erlangga, 2012). hlm. 264

³⁸ Departemen Agama RI, *Alqur'an dan Terjemahnya*, (Bandung:J-ART,2005), hlm. 805

Menjadi guru yang menyadari semua hal itu tidaklah mudah tanpa rasa cinta, dengan rasa cinta inilah guru akan mampu melakukan apapun demi peserta didiknya dan pendidikan berbasis cinta akan bermuara pada keberhasilan karena cinta akan menjadikan guru tidak hanya mentransfer ilmu saja akan tetapi juga nilai. Karena keberhasilan pendidikan akan berujung pada terjadinya transfer ilmu dan nilai. Dan perasaan cinta pada diri seorang guru akan bermuara kepada perasaan sayang yang darinya akan meledak kekuatan yang maha dahsyat.³⁹

Dari uraian di atas, metode *hypnoteaching* pada dasarnya menuntut guru untuk menyadari tanggungjawabnya menjadi seorang guru bisa digugu dan ditiru, yaitu dapat digugu setiap apa yang diucapkan guru baik itu ucapan mengenai materi pelajaran maupun ucapan dalam bentuk perintah untuk bertindak yang benar, serta ditiru apa yang diperlihatkan dan dilakukan guru. Maka guru harus berhati-hati dalam berpenampilan dan dalam bertindak di manapun dan kapan pun, karena sudah menjadi hukum alam jika menginginkan orang lain menjadi seperti apa yang kita perintahkan, maka harus mampu dahulu bertindak apa yang diperintahkan kepada orang.

³⁹ Luthfiyah, *Pendidikan Berbasis Cinta, Jurnal Pendidikan Alternatif Kependidikan*, (Volum XII No.23, September-Desember 2007), hlm. 356

Berkenaan dengan itu, jika ditelaah lebih dalam lagi kronologinya, di atas dijelaskan bahwa sifat otak bawah sadar itu sifatnya sangat polos menerima apapun informasi yang baik maupun tidak, jadi sebisa mungkin apapun yang guru ucapkan dan guru perlihatkan harus positif karena hal itu merupakan bentuk sugesti yang akan diterima oleh alam bawah sadar peserta didik yang akan mempengaruhi keberhasilan peserta didik khususnya dalam belajar, dan jangan sampai membuat sesuatu yang membingungkan otak, ketika apa yang diperlihatkan oleh guru tidak sesuai dengan apa yang dilakukan oleh guru, hal itu akan sangat mengganggu tercapainya suatu tujuan. Misalnya, guru menyuruh peserta didik agar setiap kuku yang sudah panjang harap segera dipotong, karena kuku panjang sangat mengganggu kesehatan, akan tetapi pada kenyataannya apa yang diperlihatkan guru sangat tidak sesuai dengan apa yang diperintahkan guru, ternyata guru tersebut kukunya panjang dan tidak dipotong.

Contoh kecil di atas, menunjukkan suatu tindakan yang sangatlah tidak pantas, hal itu akan sangat membingungkan penerimaan pada alam bawah sadar, mau meniru tindakannya atukah meniru perintahnya. Maka dari itu, guru diharapkan bisa menyelaraskan apa yang diucapkan dan apa yang dilakukan agar peserta didik bisa dengan mudah

menerima dan mengaplikasikan apa yang menjadi perintah guru.

9. Langkah-langkah Metode *Hypnoteaching*

Menurut Muhammad Noer dalam bukunya N. Yustisia, ada beberapa langkah yang perlu dilakukan oleh guru. Langkah-langkah tersebut sebagai berikut:

a. Niat dan Motivasi

Kesuksesan seorang sangat tergantung pada niatnya untuk senantiasa berusaha dan bekerja dalam mencapai kesuksesan yang ingin diraih. Niat yang besar dan tekad yang kuat akan menumbuhkan motivasi dan komitmen yang tinggi pada bidang yang ditekuni. Sebagaimana seorang guru, guru yang mempunyai motivasi dan komitmen yang kuat terhadap profesinya, pasti akan selalu berusaha yang terbaik menjadi guru yang patut dijadikan sosok yang pantas untuk digugu dan ditiru oleh peserta didiknya.

b. *Pacing*

Pacing berarti menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak dengan orang lain. Dalam hal ini adalah bagaimana guru menyesuaikan diri dengan peserta didiknya. Prinsip dalam langkah ini adalah manusia cenderung atau lebih suka berkumpul, berinteraksi dengan manusia yang mempunyai banyak kesamaan dengannya. Dengan demikian secara alami dan

naluriah, setiap orang pasti akan merasa nyaman dan senang berkumpul dengan orang lain yang mempunyai kesamaan dengannya. Sebab ini akan membuat seseorang merasa nyaman ketika berada di dalamnya, melalui rasa nyaman yang bersumber dari kesamaan gelombang otak tersebut, setiap pesan yang disampaikan dari satu orang pada orang lain akan bisa diterima dan dipahami dengan baik.

c. *Leading*

Leading berarti memimpin atau mengarahkan setelah guru melakukan *pacing* peserta didik akan terasa nyaman dengan suasana pembelajaran yang berlangsung. Ketika itulah setiap apapun yang diucapkan guru atau ditugaskan guru kepada peserta didik, peserta didik akan melakukannya dengan suka rela dan senang hati. Meskipun materi yang dihadapi sulit akan tetapi pikiran bawah sadar peserta didik akan menangkap materi pelajaran yang disampaikan guru menjadi hal yang mudah.

d. Menggunakan kata-kata positif

Langkah ini merupakan langkah pendukung dalam melakukan *pacing* dan *leading*. Penggunaan kata positif ini sesuai dengan cara kerja pikiran bawah sadar yang menerima apa saja yang diucapkan oleh siapa pun negatif maupun positif, jadi hendaknya guru membiasakan untuk menggunakan kata-kata positif agar

tidak ada hal negatif yang diterima oleh alam bawah sadar peserta didik.

e. Memberikan pujian

Salah satu hal yang penting yang harus diingat guru adalah adanya *reward* dan *punishment*. Pujian adalah *reward* peningkatan harga diri seseorang. Pujian ini merupakan salah satu cara untuk membentuk konsep diri seseorang. Sementara *punishment* merupakan hukuman atau peringatan yang diberikan guru ketika peserta didik melakukan tindakan yang kurang baik, tentunya dalam memberikan *punishment* guru melakukannya dengan hati-hati agar *punishment* tersebut tidak membuat peserta didik merasa rendah diri dan tidak bersemangat.

f. Modeling merupakan proses pemberian teladan atau contoh melalui ucapan dan perilaku yang konsisten. Hal ini merupakan sesuatu yang sangat penting dan menjadi kunci berhasil tidaknya menerapkan metode *hypnoteaching*.

g. Untuk mendukung serta memaksimalkan sebuah pembelajaran dengan metode *hypnoteaching*, sebaiknya guru juga menguasai materi pembelajaran secara komprehensif. Hal ini dapat dilakukan dengan melibatkan peserta didik secara aktif dalam proses pembelajaran, sebisa mungkin menyampaikan materi secara kontekstual, memberi kesempatan peserta didik melakukan

pembelajaran secara kolaboratif, memberi umpan balik secara langsung kepada peserta didik. Tidak kalah penting pemberian motivasi dan sugesti positif harus sering dilakukan selama pembelajaran berlangsung.⁴⁰

Langkah-langkah yang dijelaskan diatas memberikan gambaran bahwa seorang guru yang tidak mempunyai rasa cinta terhadap profesi dan rasa cinta terhadap peserta didik akan terasa kesulitan dalam melakukan hal itu, karena metode *hypnoteaching* bukanlah metode yang membutuhkan fisik guru saja, akan tetapi membutuhkan psikis guru yang harus stabil. Karena metode *hypnoteaching* menuntut guru menyelaraskan unsur fisik dan psikis guru. Hal itu bisa dilihat dari bagaimana guru melakukan langkah memberikan motivasi kepada peserta didik, guru yang motivasinya dengan cepat diterima peserta didik adalah guru yang mampu memotivasi diri sendiri karena guru yang tidak memotivasi peserta didik akan terlihat dari ketidak konsistenan antara apa yang diucapkan guru dengan mimik muka guru.

Selain itu, guru juga dituntut untuk bisa menjadi teladan yang baik, maksudnya menyelaraskan apa yang menjadi perintah guru dengan tindakan guru khususnya yang berhubungan dengan nilai kebaikan. Dalam hal ini guru

⁴⁰ N. Yustisia, *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik*, hlm. 85-88

dituntut untuk menjadi figur yang pantas jadi teladan bagi peserta didik.

10. Kelebihan dan Kekurangan Metode *Hypnoteaching*

Sebagai sebuah metode, *hypnoteaching* juga tak lepas dari kelebihan dan kekurangan tersendiri, adapun kelebihannya adapun kelebihannya adalah sebagai berikut:

- a. Peserta didik bisa berkembang sesuai dengan minat dan potensi yang dimilikinya.
- b. Guru bisa menciptakan proses pembelajaran yang beragam sehingga tidak membosankan bagi peserta didik.
- c. Proses pembelajaran yang beragam sehingga tidak membosankan bagi peserta didik.
- d. Tercipta interaksi yang baik antara guru dan peserta didik
- e. Materi yang disajikan mampu memusatkan perhatian peserta didik.
- f. Materi mudah dikuasai peserta didik sehingga mereka lebih termotivasi untuk belajar.
- g. Banyak terdapat proses pemberian keterampilan selama pembelajaran.
- h. Proses pembelajaran bersifat aktif.
- i. Peserta didik lebih bisa berimajinasi dan berpikir secara kreatif.
- j. Disebabkan tidak menghafal, daya serap peserta didik akan lebih cepat dan bertahan lama.

- k. Pemantauan guru akan peserta didik menjadi lebih intensif.
- l. Disebabkan suasana pembelajaran rileks dan menyenangkan, hal ini membuat peserta didik merasa senang dan bersemangat ketika mengikuti pembelajaran.

Adapun kelemahan dari metode *hypnoteaching* adalah sebagai berikut:

- a. Banyaknya peserta didik yang berada dalam suatu kelas mengakibatkan para guru merasa kesulitan untuk memberikan perhatian satu per satu kepada peserta didik.
- b. Para guru perlu belajar dan berlatih untuk menerapkan metode *hypnoteaching*.
- c. Metode *hypnoteaching* masih tergolong dalam metode baru dan belum banyak dipakai oleh para guru di Indonesia.
- d. Kurang tersedianya sarana dan prasarana di sekolah yang bisa mendukung penerapan metode *hypnoteaching*.⁴¹

Melihat penjelasan mengenai kekurangan metode *hypnoteaching* guru adalah pusat pelaksanaan metode *hypnoteaching*, guru mempunyai peran besar dalam pelaksanaan metode *hypnoteaching*. Maka dari itu, untuk bisa meminimalisir kekurangan tersebut, guru harus banyak belajar

⁴¹ N. Yustisia, *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik*, hlm.83

dan berlatih guna memaksimalkan penggunaan metode *hypnoteaching*.

Dan bagi guru yang masih asing dengan metode *hypnoteaching*, diharapkan untuk bisa menerapkannya dengan menyadari tanggungjawabnya, guru dipastikan akan mampu menerapkannya. Hal itu dikarenakan metode *hypnoteaching* merupakan metode yang di dalamnya menekankan unsur psikologi. Guru dituntut mempunyai jiwa yang stabil yang harus ditunjukkan dengan bahasa lisan yang penuh motivasi dan bahasa tubuh yang penuh semangat, serta penampilan yang mempunyai kenyamanan tersendiri jika dipandang oleh peserta didik. Untuk bisa menjadi figur yang berpengaruh, tidak lepas dari kekuatan dari dalam diri. alangkah baiknya kebiasaan *dzikrullah* bisa sering dilakukan oleh siapa saja khususnya guru, karena hal itu akan menjadi sebuah amal baik bagi diri sendiri, serta akan mempunyai manfaat oleh orang lain, dalam hal ini akan sangat membantu guru memperkuat pribadinya agar pantas menjadi sosok yang magnetis.

Selain itu, untuk bisa menjadi guru yang serta hal lain yang tidak kalah penting adalah penguasaan materi pembelajaran yang harus dikuasai guru, karena guru yang tidak menguasai materi akan mengurangi rasa percaya diri serta tidak akan ada kemantapan dalam menyampaikan materi dan hal itu akan sangat mempengaruhi penerimaan peserta didik terhadap materi, serta untuk mengatasi jumlah murid

yang terlalu banyak, yang sulit dijangkau satu persatu, penggunaan metode *hypnoteaching* bisa dipadukan dengan metode lain yang sekiranya bisa membuat kelas yang gemuk menjadi hidup dalam pembelajaran.

11. Mata Pelajaran IPS

“IPS merupakan bidang studi yang merupakan paduan (*fusi*) Dari sejumlah mata pelajaran sosial”.⁴² IPS menjadi salah satu mata pelajaran yang diberikan mulai dari SD/MI/SDLB sampai SMP/MTs. IPS mengkaji seperangkat peristiwa, fakta, konsep dan generalisasi yang berkaitan dengan isu global. Melalui mata pelajaran IPS, peserta didik diarahkan untuk dapat menjadi warga Negara Indonesia yang demokratis, dan bertanggung jawab, serta warga dunia yang cinta damai.

Untuk jenjang SD/MI, pengorganisasian materi pelajaran IPS menganut pendekatan terpadu (*integrated*), artinya materi pelajaran dikembangkan dan disusun tidak mengacu pada disiplin ilmu yang terpisah melainkan mengacu pada aspek kehidupan nyata (*faktual/read*) peserta didik sesuai dengan karakteristik batasan usia, tingkat perkembangan berpikir, dan kebiasaan bersikap dan berperilaku. Dalam dokumen Permendiknas (2006) dikemukakan bahwa IPS mengkaji seperangkat peristiwa,

⁴² Abu Ahmadi, *Ilmu Sosial Dasar*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta , 2003), hlm 3

fakta, konsep, dan generalisasi yang berkaitan dengan isu sosial. Pada jenjang SD/MI mata pelajaran IPS memuat materi geografi, sejarah, sejarah, sosiologi, dan ekonomi. Dari ketentuan ini maka secara konseptual materi pelajaran IPS di SD belum mencakup dan mengakomodasi seluruh disiplin ilmu sosial. Namun. Ada ketentuan bahwa melalui mata pelajaran IPS, peserta didik diarahkan untuk dapat menjadi warga negara Indonesia yang demokratis, dan bertanggung jawab, serta warga dunia yang cinta damai.⁴³

Di masa yang akan datang peserta didik akan menghadapi tantangan berat karena kehidupan masyarakat global selalu mengalami perubahan setiap saat. Oleh karena itu mata pelajaran IPS dirancang untuk mengembangkan pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan analisis terhadap kondisi sosial masyarakat dalam memasuki kehidupan bermasyarakat yang dinamis.⁴⁴

Tujuan mata pelajaran IPS meliputi:

- a. Mengetahui konsep – konsep yang berkaitan dengan kehidupan masyarakat dan lingkungan.
- b. Memiliki kemampuan dasar untuk berfikir logis dan kritis, rasa ingin tahu, inkuiri, memecahkan masalah, dan keterampilan dalam kehidupan sosial.

⁴³ Sapriya, *Pendidikan IPS*, hlm.194

⁴⁴ Sa'dun Akbar dan Hadi Sriwiyana, *Pengembangan Kurikulum Dan Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS)*, (Yogyakarta: Cipta Media, 2010), hlm. 77-78

- c. Memiliki komitmen dan kesadaran terhadap nilai-nilai sosial dan kemanusiaan.
- d. Memiliki kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dan berkompetisi dalam masyarakat yang majemuk, di tingkat lokal, nasional dan global.⁴⁵

Pada intinya peserta didik diarahkan untuk belajar IPS yaitu dengan tujuan agar peserta didik bisa menyerap setiap pesan moral yang terkandung dalam mata pelajaran IPS karena tujuan akhir dari belajar IPS yaitu tercapainya pendidikan moral.⁴⁶

Penjelasan mengenai mata pelajaran di atas, menunjukkan bahwa IPS merupakan salah satu mata pelajaran yang disajikan sebagai upaya menanamkan nilai-nilai kebangsaan yang harus ditingkatkan lagi guna menanamkan karakter kebangsaan yang mulai luntur. Sedemikian banyak nilai yang tertanam dalam setiap materi pada mata pelajaran IPS, akan terbuang sia-sia pesan moral dalam setiap materi yang harusnya dicerna oleh peserta didik manakala sang penyampai pelajaran (guru) tidak bisa menyampaikannya dengan penuh makna dan kesan yang mendalam.

Apalagi jika dilihat dari karakter peserta didik MI yang tergolong masih anak-anak yang gampang bosan, dan

⁴⁵ Sapriya, *pendidikan IPS*, hlm. 5

⁴⁶ Srakawi, *Pembentukan Kepribadian Anak Peran Moral, Intelektual, dan Sosial Sebagai Wujud Intergrasi Membangun Jati Diri*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2009), hlm. 42

suka bermain sendiri. Dan mata pelajaran IPS yang penuh dengan cerita yang tidak menarik bagi peserta didik karena membahas permasalahan yang monoton bagi peserta didik karena berisi penjelasan panjang mengenai materi yang abstrak bagi peserta didik. Maka dari itu, guru sebagai pusat pengendali kelas harus mampu menjadikan sebuah pembelajaran di kelas menjadi menarik bagi peserta didik, yang terpenting bisa memberi kenyamanan bagi peserta didik agar merasa betah di dalam kelas dan tidak ada ketegangan, serta perasaan bosan di dalam kelas sehingga ketika hati peserta didik merasa nyaman, sesulit apapun pelajaran, semalas apapun peserta didik karena materi pelajaran yang bersifat monoton akan terasa mudah menguasai materi pelajaran dan nilai-nilai yang tertanam menjadi mudah untuk diterima peserta didik.

12. Materi Kenampakan Alam dan Kenampakan Buatan serta Pembagian Wilayah Waktu di Indonesia

a. Kenampakan Alam

Kenampakan adalah segala sesuatu yang nampak di permukaan bagian bumi atau alam. Kenampakan alam mencakup wilayah daratan dan wilayah perairan. kenampakan alam mempunyai ciri khas yaitu terbentuk secara alami, tanpa ada campur tangan manusia hanya bisa diciptakan oleh Allah SWT. Misalnya kenampakan di wilayah daratan yaitu, dataran rendah, dataran tinggi,

pegunungan, gunung dan pantai. Sedangkan di perairan berupa sungai, danau, selat, teluk, laut, dan samudra.

1) Gunung

Gunung adalah bentuk permukaan bumi yang menonjol tinggi. Sebuah gunung terdiri dari puncak, lereng dan kaki.gunung di Indonesia ada yang berapi dan ada yang tidak berapi

2) Pegunungan

Pegunungan merupakan rangkaian gunung yang sambung menyambung satu sama lain serta mempunyai ketinggian lebih dari 600 meter di atas permukaan air laut.

Pegunungan tertinggi di Indonesia adalah pegunungan Jayawijaya yang mempunyai ketinggian 4.862 meter di atas permukaan air laut.

3) Pantai

Pantai adalah wilayah perbatasan antara daratan dan perairan. Pantai ada yang berbentuk landai dan curam. Pantai landai pada umumnya terdapat di pantai utara Pulau Jawa, seperti Ancol di Jakarta Utara. Pantai curam banyak terdapat di selatan Pulau Jawa, seperti Pantai Pacitan di Jawa Timur.

b. Kenampakan Buatan

Kenampakan buatan adalah kenampakan yang sengaja dibuat oleh manusia untuk kepentingan

tertentu.ciri khas dari kenampakan buatan yaitu dibuat oleh manusia dan untuk kepentingan manusia itu sendiri. Misalnya waduk, pelabuhan, perkebunan, jalan, dan kawasan indrustri.

1) Waduk

Waduk adalah kolam besar tempat menyimpan air untuk berbagai kebutuhan. Waduk digunakan untuk mengatur pembagian air. Waduk mengatur pengeluaran air pada saat musim kemarau dan musim penghujan. Contoh waduk di Indonesia adalah Waduk Asahan (Sumatra Utara), Waduk Saguling (Jawa Barat), Waduk Sadang (Sulawesi).

2) Pelabuhan

Pelabuhan terdiri dari pelabuhan laut dan pelabuhan udara. Pelabuhan laut adalah pelabuhan tempat berlabuhnya kapal-kapal laut. Contohnya, pelabuhan laut Merak (Banten), Bakauheni (Lampung), Gilimanuk (Bali) dan Batam (Kepulauan Riau). Pelabuhan udara adalah tempat di daratan yang dipersiapkan untuk penempatan, pendaratan, dan pemberangkatan pesawat terbang. Contohnya pelabuhan udara Polonia (Medan), Hasanudin (Sulawesi Selatan), dan Sentani (Papua).

3) Perkebunan

Perkebunan merupakan tanah yang cukup luas yang ditanami jenis tumbuhan yang menguntungkan manusia. Perkebunan biasanya hanya ditanami satu jenis tumbuhan. Contoh perkebunan kopi, karet, kelapa, kelapa sawit, teh dan coklat.

4) Jalan

Jalan merupakan tanah umum yang digunakan untuk transportasi kendaraan. Jalan dibangun oleh manusia untuk memperlancar perhubungan. Berbagai jenis jalan yang ada di Indonesia di antaranya jalan kampung, jalan kabupaten/kota, jalan provinsi, dan jalan negara. Jalan yang dibangun di kota-kota besar diantaranya jalan lingkar, jalan layang dan jalan tol.

Jalan-jalan tersebut dibangun untuk mengatasi kepadatan lalu lintas di kota dan mengurangi kemacetan. Apabila lalu lintas lancar tentu dalam melakukan perjalanan dapat menghemat waktu dan biaya.

5) Kawasan Industri

Kawasan industri dibangun untuk kegiatan di bidang industri. Kawasan industri merupakan tempat yang dikhususkan untuk memproduksi barang. Kawasan industri biasanya terdiri atas satu macam pabrik atau lebih. Letak kawasan industri pada

umumnya berada pada di luar kota atau di pinggir kota jauh dari pemukiman. Pembangunan kawasan industri harus memerhatikan kelestarian lingkungan agar tidak mengganggu penduduk sekitar contoh kawasan industri yaitu kawasan Pulogadung (Jakarta), Tugu Wijaya (Semarang), Jababeka (Bekasi dan Gresik).

c. Pembagian Wilayah Waktu

Secara otomatis, bumi terdiri dari atas garis bujur dan garis lintang. Garis bujur adalah garis khayal yang menghubungkan kutub utara dan kutub selatan bumi. Garis lintang adalah garis khayal yang melintang mengelilingi bumi dari barat ke timur. Garis bujur digunakan sebagai pedoman untuk pembagian wilayah waktu. Garis lintang digunakan sebagai pedoman untuk pembagian iklim.

Garis bujur bumi terdiri atas 0° bujur barat (BB) sampai 180° bujur barat (BB) dan 0° bujur timur (BT) sampai 180° bujur timur (BT). Garis 0° BB dan 0° BT berimpit melalui kota Greenwich dekat kota London di Inggris. Garis 0° yang berimpit disebut garis “meridian pangkal”. Garis meriana pangkal dipakai sebagai pedoman waktu internasional yang disebut Greenwich Mean Time (GMT). Garis bujur 180° BT dan 180° BB berimpit melalui Samudra Pasifik. Garis bujur 0° BB- 180°

BB berada di bagian barat kota Greenwich. Garis bujur 0° BT- 180° BT berada di bagian timur kota Greenwich.

Bumi berotasi satu kali putaran penuh membentuk lingkaran 360° selama 24 jam. Untuk berputar 1° , bumi membutuhkan waktu 4 menit. Bila berputar 15° maka bumi membutuhkan waktu 1 jam. Jadi, setiap tempat di muka bumi yang mempunyai selisih garis bujur 15° akan mempunyai perbedaan waktu 1 jam.

Wilayah Indonesia terletak pada garis bujur 95° BT- 141° BT. Rentang garis bujur dari ujung barat sampai ujung barat sampai ujung timur adalah $141^{\circ}-95^{\circ} = 46^{\circ}$. Setiap wilayah waktu terdiri atas 15° garis bujur. Setiap wilayah waktu mempunyai selisih waktu 1 jam. Pembagian wilayah waktu di Indonesia terdiri atas Waktu Indonesia Barat (WIB), Waktu Indonesia Tengah (WITA), Waktu Indonesia Timur (WIT).

Waktu Indonesia Barat (WIB) terletak antara garis bujur 95° BT - 110° BB. Waktu Indonesia Tengah (WITA) terletak antara garis bujur 110° BT- 125° BT. Waktu Indonesia Timur (WIT) terletak antara garis bujur 125° BT- 141° BT. Pembagian wilayah waktu antara garis bujur 125° BT- 141° BT. Pembagian wilayah waktu di Indonesia secara resmi ditetapkan sejak tanggal 1 Januari 1988.

1) Waktu Indonesia Barat (WIB)

Waktu Indonesia Barat mempunyai acuan waktu pada garis bujur 105° BT. Wilayah yang termasuk Waktu Indonesia Barat meliputi Pulau Sumatra, Kalimantan Barat, Kalimantan Tengah, Pulau Jawa, Pulau Madura, dan Pulau-Pulau kecil di sekitarnya. WIB mempunyai selisih waktu 7 jam lebih awal dari GMT. Jadi, bila di Jakarta pukul 07.00 WIB pagi hari, maka di Greenwich pukul 00.00 GMT dini hari.

2) Waktu Indonesia Tengah (WITA)

Waktu Indonesia Tengah mempunyai acuan waktu pada garis bujur 120° BT. Wilayah yang termasuk Waktu Indonesia Tengah meliputi Pulau Sulawesi, Kalimantan Selatan, Kalimantan Timur, Bali, Nusa Tenggara Timur, dan pulau-pulau kecil di sekitarnya. WITA mempunyai selisih waktu 8 jam lebih awal dari GMT. Jadi, bila di Mataram pukul 08.00 WITA pagi hari, maka di Greenwich pukul 00.00 GMT dini hari.

3) Waktu Indonesia Timur (WIT)

Waktu Indonesia Timur (WIT) mempunyai acuan waktu pada garis bujur 135° BT. Wilayah yang termasuk Waktu Indonesia Timur meliputi Pulau Papua, Kepulauan Maluku, dan Pulau-Pulau di

sekitarnya. WIT mempunyai selisih waktu 9 jam lebih awal dari GMT. Jadi, bila di Ambon pukul 09.00 pagi hari maka di Greenwich pukul 00.00 GMT dini hari.⁴⁷

13. Tujuan Implementasi Metode *Hypnoteaching* dalam Pembelajaran IPS

Sebelum menjelaskan apa itu tujuan implementasi metode *hypnoteaching*, maka harus difahami dahulu apa tujuan dari mata pelajaran IPS secara lebih mendalam agar dapat difahami tujuan metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran IPS.

Tujuan mata pelajaran IPS meliputi:

- a. Mengetahui konsep – konsep yang berkaitan dengan kehidupan masyarakat dan lingkungan.
- b. Memiliki kemampuan dasar untuk berfikir logis dan kritis, rasa ingin tahu, inkuiri, memecahkan masalah, dan keterampilan dalam kehidupan sosial.
- c. Memiliki komitmen dan kesadaran terhadap nilai-nilai sosial dan kemanusiaan.
- d. Memiliki kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dan berkompetisi dalam masyarakat yang majemuk, di tingkat lokal, nasional dan global.⁴⁸

⁴⁷ Indrastuti, Ilmu Pengetahuan Sosial Kelas V Sekolah Dasar, (Jogjakarta: Yudistira, 2010), hlm. 41-55

⁴⁸ Sapriya, *Pendidikan IPS*, hlm. 5

Melalui mata pelajaran IPS, peserta didik diarahkan untuk dapat menjadi warga negara Indonesia yang demokratis, dan bertanggung jawab, serta warga dunia yang cinta damai.⁴⁹

Kesimpulan dari tujuan matapelajaran IPS Pada intinya peserta didik diarahkan untuk belajar IPS yaitu dengan tujuan agar peserta didik bisa menyerap setiap pesan moral yang terkandung dalam mata pelajaran IPS karena tujuan akhir dari belajar IPS yaitu tercapainya pendidikan moral.⁵⁰

Metode *hypnoteaching* digunakan dalam pembelajaran guna memenuhi kebutuhan afektif dan psikis peserta didik, hal itu dikarenakan metode *hypnoteaching* merupakan metode yang menekan pada komunikasi alam bawah sadar peserta didik.⁵¹

Tujuan dari diterapkannya metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran yaitu:

- a. Agar peserta didik mempunyai psikis yang stabil dalam belajar, tidak ada tekanan, tidak ada rasa takut, dan rasa malas.
- b. Meningkatkan sugestibilitas (daya terima saran) peserta didik agar dengan mudah menerima saran atau motivasi

⁴⁹ Sapriya, *Pendidikan IPS*, hlm.194

⁵⁰ Srakawi, *Pembentukan Kepribadian Anak Peran Moral, Intelektual, dan Sosial Sebagai Wujud Integrasi Membangun Jati Diri*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2009), hlm. 42

⁵¹ N. Yustisia. *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi otak Peserta Didik*, hlm 99

positif. karena kondisi alpha adalah kondisi dimana peserta didik akan merasa fokus dalam belajar.

- c. Agar peserta didik terbiasa dengan sugesti dan teladan positif karena metode *hypnoteaching* menuntut guru agar mampu merubah sikap peserta didik menjadi lebih baik dengan sugesti dan teladan yang positif.⁵²

Dari teori-teori di atas jika disimpulkan bahwa diterapkannya metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran IPS bertujuan untuk:

- a. Memberikan rasa nyaman, rileks, fokus dan mempunyai daya sugestibilitas tinggi dalam belajar sehingga peserta didik dengan mudah akan cepat memahami apa yang disampaikan guru entah itu materi pelajaran, motivasi ataupun nasihat dalam pembelajaran IPS.
- b. Mengatasi kejenuhan yang biasanya dialami oleh peserta didik dalam pembelajaran IPS.
- c. Peserta didik akan terbiasa dengan hal-hal positif baik itu berupa sugesti, dorongan (motivasi), dan teladan yang merupakan bagian dari tujuan IPS yaitu mendidik moral peserta didik.

Sedangkan indikator pencapaian penerapan metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran IPS yaitu :

⁵² N. Yustisia, *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Pesertadidik*, hlm. 74

a. Psikis

- 1) Rasa nyaman dalam belajar
- 2) Rasa rileks dalam belajar
- 3) Bahagia tidak ada rasa takut dan tidak tertekan
- 4) Mempunyai daya fokus yang tinggi dalam belajar.
- 5) Antusias dalam belajar yang tinggi.

b. Sikap

- 1) Demokrasi meliputi:
 - a) Menghargai orang lain
 - b) Bisa menjaga sikap jika ada guru atau teman sedang berbicara di depan atau sedang berpendapat
 - c) Tidak memaksa orang dalam bertindak
- 2) Bertanggungjawab meliputi:
 - a) Berani mengutarakan jawabannya atau pendapat tanpa rasa takut bersalah
 - b) Berani mengakui kesalahan
 - c) Bertanggungjawab jika melanggar kesalahan
- 3) Cinta damai meliputi:
 - a) Tidak suka bertengkar
 - b) Tidak mengganggu temannya
 - c) Bisa menjaga sikap dalam berdiskusi agar tidak mudah terpancing emosi

B. Kajian Pustaka

Pada dasarnya urgensi kajian penelitian adalah sebagai bahan autokritik terhadap penelitian yang ada, mengenai kelebihan atau kekurangannya. Sekaligus sebagai bahan perbandingan terhadap kajian terdahulu. Untuk menghindari terjadinya pengulangan hasil temuan yang membahas permasalahan yang hampir sama dengan seseorang baik dalam bentuk skripsi, buku, dan dalam bentuk tulisan lainnya maka penulis akan memaparkan beberapa bentuk tulisan yang sudah ada.

Pertama, karya Fina Fitriana (08310101) tahun 2012. Dari Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam IKIP PGRI Semarang, dengan penelitian yang berjudul “ Study Komparasi Antara Pembelajaran dengan Model *Hypnoteaching* Berbantuan CD Interaktif dan Model CTL Berbantuan Media Fotonovela Terhadap Hasil Belajar Matematika pada Materi Bangun Ruang kelas VIII Semester 2 SMP N 2 Gunungwungkal Pati Tahun Ajaran 2011/2012”. Berdasarkan hasil penelitian eksperimen yang telah di laksanakan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar dengan menggunakan model *hypnoteaching* berbantuan CD interaktif, model CTL berbantuan Media Fotonovela dan pembelajaran konvensional pada materi pokok bangun ruang sisi datar (kubus dan balok) peserta didik kelas VIII SMP N 2 Gunungwulan Pati tahun ajaran 2011/2012. Hal ini terbukti pada analisa akhir dengan uji Anava Satu Jalur yaitu

diperoleh $F = 7,62$ selanjutnya dikonsultasikan dengan criteria pengujian dengan $\alpha = 5\%$ dk penyebut 99 diperoleh $F_{tabel} = 3,901$. Untuk analisis rata – rata dua sampel, yaitu dengan hipotesis antara model *hypnoteaching* berbantuan CD interaktif dan model CTL berbantuan Media Fotonovela. Hipotesis antara model *hypnoteaching* berbantuan CD interaktif dan model CTL berbantuan Media fotonovela di dapat $t_{hitung} = 1,734$. Hipotesis antara model *hypnoteaching* berbantuan CD interaktif dan konvensional didapat $t_{hitung} = 2,141$. Adapun rata – rata hasil belajar peserta didik eksperimen I adalah 83,5, kelas eksperimen II adalah 78,29 dan kelas control adalah 71,29. sedangkan untuk kriteria ketuntasan, kelompok eksperimen I. ketuntasan belajar kelompok eksperimen II ketuntasan belajarnya dengan presentase 91,18%, kelompok eksperimen II ketuntasan belajarnya dengan presentase 82,35% dan kelompok control ketuntasan belajar peserta didik dengan presentase 82,35%, dengan kesimpulan yang diambil dari hasil penelitian adalah pembelajaran pada kelas eksperimen yang ,menggunakan model pembelajaran *hypnoteaching* lebih baik jika dibandingkan dengan model pembelajaran CTL berbantuan.⁵³

⁵³ Fina Fitriana, “*Studi Komparasi Antara Pembelajaran dengan Model Hypnoteaching Berbatuan CD Interaktif dan Model CTL Berbantuan Media Fotonovela Terhadap Hasil Belajar Matematika pada Materi Bangun Ruang Kelas VIII Semester 2 SMP N 2 Gunungwulan Pati Tahun Ajaran 2011/2012*” Sripsi (Semarang: Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam IKIP PGRI Semarang , 2012), hlm vi

Kedua, Karya Sri Dinayah tahun 2012 dengan judul “Pengaruh Penggunaan Metode *Hypnoteaching* Dengan Pendekatan Konseptual Pada Pembelajaran Fisika Peserta didik Kelas VII MTs. Al Fattah Suradadi Tegal”. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen yang dilaksanakan di kelas VII D MTs Al Fattah pada mata pelajaran Fisika, sebagai alat pengumpul data digunakan tes hasil belajar peserta didik pada pokok bahasan besaran dan satuan dalam bentuk pilihan ganda yang terdiri dari 20 soal option (a, b, c dan d). Dari pengujian yang dilakukan diperoleh bahwa sampel yang berasal dari populasi yang homogeny dan berdistribusi normal. Dari analisa data diperoleh nilai rata – rata pretest sebesar 47,5 dengan nilai rata – rata postes 67,9. Dari uji hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan uji t *matching* didapat bahwa H_0 dan H_a diterima. Dengan kesimpulan bahwa ada pengaruh yang baik pembelajaran menggunakan metode *hypnoteaching* terhadap hasil belajar peserta didik kelas VII MTs Al Fattah Suradadi tegal.⁵⁴

Dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu yang menekankan pada efektifitas penggunaan metode *hypnoteaching*, yang terbukti bahwa metode *hypnoteaching* efektif dalam pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti terdahulu, dan

⁵⁴ Sri Diyanah, “Pengaruh Penggunaan Metode *Hypnoteaching* dengan Pendekatan Konseptual Pada Pembelajaran Fisika Peserta didik Kelas VII MTs. Al Fattah Suradadi Tegal”, skripsi (Semarang: Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam IKIP PGRI Semarang, 2012), hlm vii

berbeda dalam penelitian yang saya lakukan, penelitian yang saya lakukan sama dengan penelitian terdahulu yaitu meneliti metode *hypnoteaching*, akan tetapi tetap ada perbedaan karena penelitian yang saya lakukan bersifat kualitatif dengan menganalisis implementasi Metode *hypnoteaching* pada pembelajaran mata pelajaran IPS di kelas V MIN Mlaten Mijen Demak.

C. Kerangka Berfikir

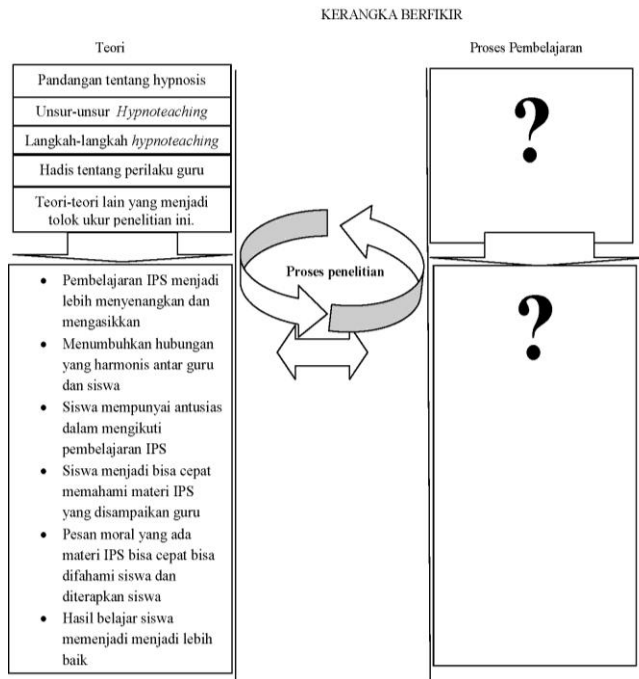
Uma Sekaran dalam bukunya Sugiono mengemukakan bahwa kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.⁵⁵

Kerangka Berpikir dalam penelitian mengenai Implementasi Metode *Hypnoteaching* pada Mata Pelajaran IPS di Kelas V MIN Mlaten Mijen Demak yaitu tentang bagaimana konsep tentang kerangka berpikir mengenai penelitian yang akan dilaksanakan. Sedangkan konsep penelitian yang akan dilakukan yaitu mengenai bagaimana kualitas implementasi *metode hypnoteaching* pada pembelajaran IPS.

Penelitian kualitatif bersifat *holistic* artinya penelitian yang dilakukan menekan pada proses, maka dalam melihat hubungan antar variabel pada obyek yang diteliti lebih bersifat interaktif atau saling mempengaruhi, sehingga tidak diketahui

⁵⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, hlm. 91

mana variabel independen dan dependennya.⁵⁶ Jadi dalam penentuan kerangka berpikir akan menggambarkan bagaimana hubungan antara kedua variabel dengan hubungan yang interaktif.



Kesimpulan mengenai bagan di atas yaitu *”jika guru mampu mengimplementasikan metode hypnoteaching dengan baik, maka pembelajaran mata pelajaran IPS Kelas V di MIN Mlaten Mijen Demak akan berjalan dengan baik dan tujuan dari pembelajarannya akan tercapai”*, yang sekaligus kesimpulan tersebut menjadi kerangka berpikir dari penelitian ini.

⁵⁶Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, hlm. 19