

**METODE *HYPNOCOUNSELING* MENURUT R. BUDI SARWONO DAN
RELEVANSINYA UNTUK BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I

Disusun oleh:

Irfan Husni Fuadi
NIM 09220018

Pembimbing:

Dr. Nurjannah, M.Si
NIP: 19600310 198703 2 001

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2014



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Marsda Adisucipto, Tlp. (0274) 515856 Yogyakarta 55221, email :fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: UIN.02/DD/PP.009/955/2013

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul :

**METODE HYPNOCOUNSELING MENURUT R. BUDI SARWONO DAN
RELEVANSINYA UNTUK BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : IRFAN HUSNI FUADI
NIM/Jurusan : 09220018/BKI
Telah dimunaqosyahkan pada : Selasa, 24 Desember 2013
Nilai Munaqosyah : A/B

Dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga

TIM MUNAQOSYAH

Ketua Sidang/Penguji I,

Dr. Nurjannah, M.Si

NIP: 19600310 198703 2 001

Penguji II,

Drs. H. Abdullah, M.Si.

NIP. 19640204 199203 1 004

Penguji III,

A. Said Hasan Basri, M.Si.

NIP. 19660525 199703 1 001



Yogyakarta, 25 Desember 2013

Dekan,

Dr. H. Waryono, M.Ag

NIP. 19600310 199903 1 002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**
Jl. Marsda Adisucipto, Tlp. (0274) 515856 Yogyakarta 55221

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta
Lamp :-

Assalamu'alaikum wr. wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Irfan Husni Fuadi
NIM : 09220018

Judul Skripsi : **Metode Hypnocounseling Menurut R. Budi Sarwono dan Relevansinya Untuk Bimbingan dan Konseling Islam**

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar *Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam*.

Dengan ini, kami berharap skripsi saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 05 Desember 2013

Pembimbing,

Dr. Nurjannah, M.Si.
NIP. 1960310 198703 2 001

Mengetahui:

Ketua Jurusan
Bimbingan dan Konseling Islam

Nailul Falah, S.Ag., M.Si.
NIP. 19721001 199803 1 003

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Irfan Husni Fuadi
NIM : 09220018
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Metode Hypnotherapy* menurut R. Budi Sarwono dan Relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islam adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 01 Desember 2013

Yang menyatakan,



Irfan Husni Fuadi

NIM 09220018

PERSEMBAHAN

Hasil karya ini penulis persembahkan untuk:

*Kedua Orang Tua dan Adik tercinta serta keluarga
besariku yang selalu ada untukku dalam kondisi apapun*

serta

Almamater BKI UIN SUKA

MOTTO

Jika enggan mengambil resiko, anda tak akan pernah kalah. Tapi tanpa berani menanggung resiko, anda tak akan pernah menang.

- Richard Nixon -

“Thing big, and act now.

Berpikirlah besar, dan bertindaklah sekarang.”

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Segala Puji hanya bagi Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmad dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabat-sahabatnya.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini, tidak luput dari dukungan dan motivasi oleh berbagai pihak. Dengan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Musa Asy'arie sebagai Rektor UIN Sunan Kalijaga yang sudah banyak memberikan keteladanan
2. Bapak Dr. H. Waryono, M. Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Nailul Falah, S. Ag., M. Si. selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Slamet, S. Ag., M.Si. sebagai sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Ibu Dr. Nurjannah, M.Si. Sebagai pembimbing yang telah sabar dan memberi banyak ilmu kepada penulis dalam rangka menyusun skripsi ini.
6. Ibu Dr. Nurjannah, M.Si. Sebagai Pembimbing Akademik bagi penulis.

7. Ibunda dan Ayahanda tercinta yang selalu berkorban sepenuh jiwa dan raga. Tidak ada kata yang patut penulis sanjungkan kecuali terimakasih dan rasa syukur yang sedalam-dalamnya karena jasa besar kalianlah sehingga penulis mampu melangkah sejauh ini.
8. Bapak R. Budi Sarwono sebagai penyusun dan penulis buku *hypnocounseling*, yang selama ini banyak memberikan wawasan baru bagi penulis, khususnya terkait dengan penyusunan skripsi ini.
9. Riza Alfarid sebagai adik yang telah banyak memberikan pengalaman dan ilmu kepada penulis tentang arti seorang kakak serta makna tanggung jawab yang sesungguhnya.
10. Teman-teman kontrakan, Awang Kuncoro AJ Sakti, Hamdan Rozak alfarouk, Fuad Adi Candra, terimakasih telah memberi banyak pengalaman dan kenangan sebagai keluarga selama ini.
11. Pak Didik dzulkarnain yang selalu memberi motivasi dan suport selama ini.
12. Partner penulis Abdul latif.
13. Sahabat-sahabat BKI angkatan 2009 yang begitu penulis kagumi; Ulinuha Nuraini, Gembul, Tete, Dian N. P, mbak Siti, mbak Icha, Oki Lukman H, Fauzan Anwar S, Abdul Karim, Taufik, Roike Yosi M, Norman A. W, Tabah Anjar V, Faisol, Moh. Amik, Anisa S, Any, Agus nurachman, Aisyah, Riyan H, dan masih banyak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu, terimakasih atas pengalaman dan kebaikan kalian semua.

14. Serta semua pihak yang belum sempat penulis sebutkan di atas, semoga apa yang telah diberikan dapat bermanfaat bagi perkembangan bangsa Indonesia ini.

Yogyakarta, 01Desember 2013

Irfan Husni Fuadi



ABSTRAKSI

IRFAN HUSNI FUADI NIM. 09220018, “Metode *Hypnocounseling* Menurut R. Budi Sarwono dan Relevansinya Untuk Bimbingan dan Konseling Islam,” Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 2013.

Latar belakang penelitian ini adalah minimnya metode guru khususnya guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah dalam membantu permasalahan klien yang memiliki penyakit mental seperti histeria, depresi, insomnia kecanduan (*chatting, shopping, sex, rokok, alkohol dan zat-zat adiktif*). Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperkenalkan metode *hypnocounseling* yang belum banyak digunakan oleh para pendidik khususnya guru Bimbingan dan Konseling. Metode ini merupakan gabungan dari dua disiplin ilmu yaitu (*hypnosis*) dan (*counseling*), yang di gunakan dalam membantu permasalahan klien yang memiliki penyakit mental seperti histeria, depresi, insomnia kecanduan (*chatting, shopping, sex, rokok, alkohol dan zat-zat adiktif*) melalui proses konseling dengan memanfaatkan pikiran bawah sadar dan memanfaatkan sugesti-sugesti positif.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui konsep metode *hypnocounseling* menurut R. Budi sarwono dan relevansinya untuk bimbingan dan konseling islam. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kualitatif, sedangkan dalam pengumpulan data menggunakan metode dokumentasi. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif. Dalam hal ini peneliti mengkaji terkait konsep metode *hypnocounseling* dan relevansinya untuk bimbingan dan konseling islam.

Hasil penelitian menemukan bahwa konsep *hypnocounseling* merupakan model konseling dengan memanfaatkan kondisi *hypnosis* dalam membantu permasalahan klien. Dalam proses *hypnocounseling*, orang secara menyadari menginginkan perubahan itu dan melakukan pernyataan siap untuk dibantu melalui *hypnosis*. Artinya, peran dari konselor yang menggunakan *hypnocounseling* hanya sebagai fasilitator. Proses *hypnocounseling* dilakukan dengan langkah-langkah meliputi *pre induction interview, induction* (induksi), *deepening, affirmation* dan diakhiri dengan *termination* (terminasi).

Fungsi *hypnocounseling* dalam bimbingan dan konseling islam yaitu untuk membentuk pola gambar positif dan merubah pola-pola kebiasaan negatif dalam pikiran bawah sadar klien. Adapun nilai-nilai agama Islam disampaikan dengan teknik-teknik sederhana seperti; mengucapkan salam, berjabat tangan, konsep jiwa pemenang sebagai *uswatun khasanah*, membiasakan berdo'a dan bersyukur kepada Tuhan (Allah), melalui sugesti-sugesti yang diberikan. Jadi penerapan metode *hypnocounseling* dapat digunakan dalam bimbingan dan konseling islam dengan catatan 1) dilakukan oleh seorang *hypnocounselor* yang profesional, dan memiliki keteladanan yang baik 2) pesan yang disampaikan tidak keluar dari syariat islam dan sesuai dengan nilai-nilai agama.

Keyword: “Hypnocounseling, Bimbingan dan Konseling Islami.”

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURATPERNYATAAN KEASLIAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAKSI.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul.....	1
1. Metode <i>Hypnocounseling</i>	1
2. Bimbingan dan Konseling Islam.....	2
B. Latar Belakang.....	4
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	9
1. Tujuan Penelitian	9
2. Kegunaan Penelitian	9
E. Kajian Pustaka	9
F. Kerangka Teori	14

1. Bimbingan dan Konseling Islami	14
2. <i>Hypnocounseling</i>	30
3. Fungsi <i>Hypnocounseling</i> dalam Bimbingan dan Konseling Islami	40
G. Metode Penelitian	45
1. Jenis Penelitian	45
2. Teknik Pengumpulan Data.....	46
3. Sumber Data	46
4. Metode Analisa Data	47
5. Metode Keabsahan Data	49
6. Sistematika Pembahasan	50
 BAB II: SEKILAS TENTANG R. BUDI SARWONO DAN BUKUHYPNOCOUNSELING.....	
	52
A. Biografi R. Budi Sarwono	52
B. Lembaga <i>Indonesian Hypnocounseling Association</i> (IHcA) Budi Sarwono	55
C. Sipnosis Buku <i>Hypnocounseling</i>	56
 BAB III: KONSEP HYPNOCOUNSELINGMENURUT R. BUDI SARWONODAN RELEVANSINYA UNTUK BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM.....	
	61
A. Konsep <i>Hypnocounseling</i>	61
B. Pembahasan	63
1. Dasar pemikiran <i>hypnosis</i>	63
2. Bagian otak yang terlibat dalam proses <i>hypnocounseling</i>	67
3. Prosedur <i>hypnocounseling</i>	71
4. Aplikasi <i>hypnocounseling</i>	79
5. Relevansi <i>Hypnocounseling</i> dengan Bimbingan dan Konseling Islam	100

a. Relevansi <i>hypnotherapy</i> dengan tujuan bimbingan dan konseling Islam.....	101
b. Relevansi <i>hypnotherapy</i> dengan metode bimbingan dan konseling Islam.....	104
c. Implementasi <i>hypnotherapy</i> dalam bimbingan dan konseling Islam.....	107
BAB IV: PENUTUP	115
A. Kesimpulan	115
B. Saran	117
C. Penutup	118
DAFTAR PUSTAKA	120
DAFTAR LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1:Konseling dan Psikoterapi	43
---	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1: Model Pikiran Manusia	64
Gambar 3.2: <i>Reticular Activating System</i>	67
Gambar 3.3: <i>RAS</i> Berbentuk Seperti Tangkai Bunga	68
Gambar 4.3: Gelombang otak manusia.....	70
Gambar 5.3: Gambaran ilustrasi proses kerja <i>hypnosis</i>	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Curriculum Vitae*

Lampiran 2. Data Buku *Hypnotherapy*



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan judul

Untuk menghindari adanya kesalahpahaman terhadap interpretasi dalam judul skripsi ini, yaitu: “*Metode Hypnotherapy Menurut R. Budi Sarwono dan Relevansinya Untuk Bimbingan dan Konseling Islam.*” Maka perlu kiranya penulis menjelaskan terlebih dahulu maksud dari pengertian pada judul tersebut.

1. Metode Hypnotherapy

Kata metode menurut bahasa berasal dari kata Yunani yaitu “*methodos*” sambungan kata depan “*meta*” artinya menuju atau melalui, kata “*hados*” artinya cara atau arah, maka kata “*methodos*” itu sendiri berarti penelitian metode ilmiah, uraian ilmiah.¹

Metode adalah cara yang teratur dan berfikir baik-baik untuk mencapai (ilmu pengetahuan), cara kerja yang sistematis untuk memudahkan pelaksanaan sesuatu kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan.²

Hypnotherapy adalah gabungan dua ilmu, yaitu *Hypnosis* dan *Counseling*. *Hypnosis* merupakan cabang ilmu yang secara khusus

¹ Anton Bakker, *Metode-Metode Filsafat*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1986), hlm. 10.

² Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka), hlm. 580-581.

mempelajari pikiran (*mind*) manusia secara mendalam. Sedangkan *Counseling* adalah sebarang bantuan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain, agar orang yang dibantu dapat menemukan pilihan dalam memecahkan masalahnya.³

Maka dari pengertian di atas istilah metode *hypnocounseling* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pemanfaatan dua disiplin ilmu (*hypnosis* dan *konseling*) yang apabila digunakan secara bersama-sama akan memiliki efek yang sangat baik bagi penyelesaian permasalahan-permasalahan klien yang memiliki penyakit mental seperti histeria, depresi, insomnia kecanduan (*chatting, shopping, sex, rokok, alkohol* dan zat-zat adiktif) di sekolah maupun konselor di bidang lain, yang pada penelitian ini metode *hypnocounseling* fokus pada penanganan individu.

2. Bimbingan dan Konseling Islam

Kata bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris, *Guidance* dengan kata asal *Guide*, yang berarti: menunjukkan jalan, memimpin, menuntun, memberikan petunjuk, mengatur, mengarahkan dan memberi nasehat.⁴ Sedangkan dalam kamus besar bahasa Indonesia bimbingan dimaknai sebagai petunjuk atau penjelasan.⁵ Sehingga dapat dimaknai bahwa bimbingan adalah upaya memberi petunjuk, memberi

³ R Budi Sarwono, *Hypnocounseling Merangkai Kembali Sayap-Sayap Patah Pendidikan Kita*, (Yogyakarta: Kanisius, 2011), hlm.23.

⁴ W. S Winkel dan M. M. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2007), hlm. 27.

⁵ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), hlm. 193.

penjelasan, menuntun dan mengarahkan agar orang yang dibimbing (klien) dapat terhindar dari berbagai masalah kehidupan.

Konseling berasal dari kata *counsel* yang diartikan sebagai nasehat, anjuran, pembicaraan.⁶ Sementara itu dalam kamus bahasa Indonesia konseling dimaknai sebagai nasehat yang biasa dipakai untuk memayungi sejumlah proses seperti, tanya jawab, pengetesan, tuntunan. Konseling juga bisa berarti nasehat yang telah dirancang untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalahnya serta dalam usaha merancang masa depan.⁷ Sedangkan istilah Islami diambil dari kata Islam, hal ini dimaksudkan lebih kepada aspek aplikatif dari nilai-nilai atau ajaran Islam. Islami disebutkan juga dalam kamus besar bahasa Indonesia yang berarti bersifat keislaman.⁸

Jadi Bimbingan dan Konseling Islami yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis dengan pemanfaatan metode khusus kepada setiap individu atau kelompok sebagai usaha agar klien dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimiliki secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi Muhammad SAW kedalam dirinya. Sehingga klien dapat hidup selaras sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadits dan sunnah Rasul, dalam pemanfaatan metode khusus kepada setiap individu atau

⁶ W. S Winkel dan M. M. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling*, hlm. 34.

⁷ Athur S. Reber dan Emily S. Reber, *Kamus Psikologi*, terj. Yudi Santoso (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 213.

⁸ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa*, hlm. 340.

kelompok ini, maka diperlukan keterampilan khusus bagi konselor demi tercapainya tujuan bersama, yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu metode *hypnocounseling* menurut R. Budi Sarwono dan relevansinya untuk Bimbingan dan konseling Islam.

B. Latar Belakang Masalah

Dalam menghadapi berbagai tantangan zaman yang semakin maju, dunia pendidikan merupakan hal yang sangat vital bagi kehidupan manusia. Dapat diakui, sejak sebelum abad ke-21 hingga sekarang, berbagai lembaga pendidikan maju hampir di seluruh dunia sedang berusaha keras untuk mengubah paradigma cara mengajar yang lebih maksimal hasilnya dengan didukung oleh para guru yang telah memiliki semangat dan pembahasan metode yang optimal.

Indonesia sebagai salah satu negara berkembang mulai bangkit untuk mengikuti arus kemajuan zaman menuju era globalisasi dan pasa bebas, dimana manusia dihadapkan pada perubahan-perubahan yang tidak menentu maka Indonesiapun mau tidak mau harus mulai memikirkan mutu pendidikan untuk dapat mempersiapkan generasi yang mampu untuk menghadapi segala tantangan dalam persaingan di segala bidang lini kehidupan.

Dewasa ini perkembangan permasalahan klien melesat dan semakin bervariasi seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi. Melihat perkembangan permasalahan klien yang semakin pesat itu, sementara perkembangan ilmu *guidance and counseling* stagnan sehingga kedua belah

pihak antara klien dan konselor sering menimbulkan kebuntuan di tengah proses konseling. Konselor yang seharusnya membantu, maupun klien yang seharusnya dibantu sama-sama kehilangan orientasi. Kondisi ini diperparah lagi oleh percepatan teknologi komunikasi, dimana akses informasi klien semakin luas tak terbatas, sejurus dengan perkembangan persoalan klien. Inilah tugas dan tantangan bagi konselor di era sekarang ini, menghadapi klien yang memiliki penyakit mental seperti histeria, depresi, insomnia kecanduan (*chatting, shopping, sex, rokok, alkohol dan zat-zat adiktif*), membutuhkan ketrampilan baru.

Perkembangan era konseling yang semakin bervariasi dalam membantu permasalahan klien semakin menuntut konselor untuk memiliki berbagai kompetensi dalam berbagai pendekatan konseling dan psikoterapi. Dan sekarang ini ada *hypnocounseling* yang dapat membantu konselor atau guru BK memberikan pencerahan bagi para klien yang mengidap penyakit mental seperti itu, yang diperkenalkan oleh R. Budi Sarwono sebagai sebuah alternatif baru dalam proses konseling yang secara garis besar akan diperkenalkan melalui karyanya dalam buku *hypnocounseling* sebagai pintu gerbang *hypnocounseling*.

R. Budi Sarwono memberikan sebuah terobosan baru bagi para konselor melalui metode *hypnocounseling*, bagi konselor akan sangat membantu dan bagi permasalahan klien akan terpecahkan sampai pada solusi yang memuaskan, tidak hanya berhenti pada nasihat yang masih sulit untuk diselesaikan. Seperti yang telah dijelaskan di awal penegasan judul

hypnocounseling sendiri adalah gabungan dari dua ilmu, yaitu *hypnosis* dan *counseling*, yang apabila gabungan dua ilmu ini digunakan secara bersama-sama akan sangat efektif untuk penyelesaian permasalahan klien yang sedikit lebih berat.

Hypnosis di lingkungan masyarakat sering disebut juga dengan *hypnotist*. Pada dasarnya, *hypnosis* dipakai untuk menyebut ilmunya, sedangkan *hypnotist* untuk menyebut orangnya. Orang yang menggunakan *hypnosis* dalam praktek konseling disebut *hypnocounselor*.⁹

Pada tahun 1880-an seorang ahli neurologi Prancis bernama Jean Martin Charcot, menggunakan *hypnosis* untuk menyingkirkan gejala histeria pada pasiennya.¹⁰ Dari gambaran tersebut dapat diketahui bahwa penggunaan teknik hipnosis sejatinya telah dikenal cukup lama dalam bidang kedokteran.

Walaupun mengalami banyak perdebatan, ilmu mengenai *hypnosis* terus berkembang sampai kepada penerapan hipnosis dengan menggunakan teknik-teknik tertentu, yang bersifat terapeutik, untuk membantu seseorang menyelesaikan permasalahannya. Dengan mempelajari *hypnocounseling*, konselor dapat membantu klien yang bermasalah secara lebih efektif. Masalah-masalah yang selama ini harus di referal ke psikolog atau psikiater bisa dengan mudah ditangani sendiri tanpa ada resiko yang berarti. Dengan *hypnocounseling*, konselor dapat mengantar klien sampai pada solusi permasalahan, tidak hanya berhenti pada gundukan nasihat usang.¹¹

⁹ R Budi Sarwono, *Hypnocounseling*., hlm.23.

¹⁰ Zainul Anwar zainul, "Hipnotis: Sebuah Pengantar Hipnoterapi" <http://zainulanwar.staff.umm.ac.id/2010/07/16/295/-1/2/>, diakses pada 14 September 2013.

¹¹ R Budi Sarwono, *Hypnocounseling*, (Yogyakarta: kanesius, 2011), hlm.25.

Pembahasan *hypnocounseling* tidak bisa lepas dari teori kesadaran dan ketidaksadaran. Sebagaimana dikemukakan oleh Sigmund Freud. *hypnocounseling* digunakan agar istilah ini tidak bernuansa medis atau kedokteran.¹² Seperti yang dijelaskan, konsep dalam *hypnocounseling* menilai *hypnosis* adalah proses pembelajaran kognisi yang memanfaatkan pikiran bawah sadar dalam membantu menyelesaikan permasalahan klien. Jika tujuan konseling adalah agar individu secara mandiri mengambil keputusan dalam menyelesaikan permasalahan hidupnya.¹³ Maka, *hypnocounseling* merupakan model konseling dengan memanfaatkan kondisi *hypnosis* dalam membantu permasalahan klien. Tujuan dari *hypnocounseling* adalah agar klien secara sadar mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya.

Pembahasan *hypnocounseling* akan lebih banyak meminjam teori-teori dalam disiplin *neuropsikologi* untuk membidik aktivitas otak, dan teori-teori dalam psikoanalisa untuk membahas kesadaran dan ketidaksadaran. Karena dua sudut pandang inilah yang paling dekat dengan *hypnocounseling*. Bagaimana pengaruh kerja *neuron* dan bagian otak kita dalam kaitannya dengan kesadaran dan ketidaksadaran dan sejauh mana hal itu mempengaruhi alam kejiwaan individu.

Sebagai sebuah kajian baru (di Indonesia), *hypnocounseling* masih terus membuka diri dari berbagai kajian keilmuan. Oleh sebab itu siapapun yang berkehendak mempelajari dan mengembangkan *hypnocounseling* mesti

¹² Araoz, Daniel L. (1979). *Hypnocounseling*. Published by Department of Counseling Long Island University. Terdapat di www.eric.go.id

¹³ Kartadinata, Sunaryo. (2011). *Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Paedagogis*. Bandung : UPI Press.

memulai dengan sikap *open mind*, siap berubah, dan siap menerima kebenaran ilmiah dari sudut pandang yang lain.

Perkembangan *hypnocounseling* akan terus dikembangkan lagi di Indonesia khususnya untuk para guru BK atau konselor seiring dengan perkembangan hidup yang semakin kompleks. Hal ini dapat terlihat dari didirikannya suatu lembaga oleh R. Budi Sarwono yaitu Lembaga *Indonesian Hipnocounseling Association* (IHcA) yang sementara beralamatkan di Jl. Sorosutan no 67 Umbulharjo D.I Yogyakarta.

Hal itu yang menjadi latar belakang penulis tertarik untuk kemudian menyusun skripsi dari buku *hypnocounseling* karya R. Budi Sarwono, yang kemudian penulis menganggap perlu adanya pengenalan lebih dalam metode *hypnocounseling* terhadap bimbingan dan konseling islam sebagai alternatif lain yang dapat digunakan untuk meningkatkan keefektifitasan pada proses bimbingan dan konseling islam, dengan judul Metode *Hypnocounseling* Menurut R. Budi Sarwono dan relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islam.

C. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian terkait metode *hypnocounseling* menurut R. Budi Sarwono dan relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islam. Dengan rumusan masalah yaitu, bagaimana konsep metode *hypnocounseling* menurut R. Budi Sarwono dalam buku *hypnocounseling* dan relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islam ?

D. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana konsep metode *hypnocounseling* menurut R. Budi Sarwono dan relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Kegunaan penelitian

a. Secara teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi pemikiran tentang wacana keilmuan bagi jurusan Bimbingan Konseling Islam khususnya dalam metode *hypnocounseling*.

b. Secara praktis

- 1) Sebagai bahan rujukan bagi para konselor atau guru BK dan terapis dalam peningkatan pelayanan kepada klien khususnya di sekolah terkait dengan *hypnocounseling* sebagai salah satu metode dalam bimbingan dan konseling islami.
- 2) Untuk memberikan dasar bagi penulis lain yang berniat meneliti *hypnocounseling* lebih jauh dalam bimbingan dan konseling islami.

E. Kajian pustaka

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu penulis telah melakukan beberapa kajian pustaka terkait dengan *hypnocounseling* sebagai objek dalam penelitian untuk memastikan ada tidaknya penelitian lain yang serupa dengan

penelitian ini. Dari penelusuran yang dilakukan, penulis menemukan beberapa penelitian yang pembahasannya hampir sama dengan metode *hypnocounseling* yaitu :

- a. Skripsi Liati Syam, Jurusan Kependidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berjudul “*Strategi Hypnoparenting Dalam Perspektif Pendidikan Islam*” yang berisi tentang kaitan metode *hypnosis/hypnoterapi* dengan proses mendidik anak dan strategi *hypnoparenting* dalam perspektif pendidikan islam. Hasil penelitian dari skripsi ini adalah : 1) kaitan antara hipnosis dan mendidik anak adalah hipnosis digunakan sebagai alat /metode dalam mendidik anak, sehingga komunikasi antar orang tua dan anak efektif. 2) *Hypnoparenting* dalam perspektif pendidikan Islam yaitu: (a) membuat program berpikir dengan memperhatikan kata-kata pendukung yaitu kata-kata yang penuh kasih dan lembut, kata-kata pujian, kata-kata yang membesarkan hati anak, serta kata-kata bimbingan. (b) memperlakukan anak baik. (c) menyampaikan isi pesan (sugesti) melalui teknik-tenik yang diajarkan Rasulullah seperti teknik metafora, teknik modeling, serta teknik imajinasi.¹⁴
- b. Skripsi Asri Fitrianti Mutia Sari, Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sunan Kalijaga yang berjudul “*Metode Hypnoparenting Dalam Pembelajaran Menurut Novian Triwidia Jaya dalam Buku Hypnoteaching Bukan Sekedar Mengajar*

¹⁴Liati Syam, “*Strategi Hypnoparenting Dalam Perspektif Pendidikan Islam*”, Skripsi, Jurusan Kependidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta ,2011.

dan Aplikasinya dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam”. Dalam skripsi ini penulis mengungkapkan tentang metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran kemudian menafsirkan bagaimana relevansinya terhadap pendidikan agama Islam. Hasil dari penelitian ini menunjukkan : 1) metode *hypnoteaching* bertujuan untuk menciptakan keadaan kelas yang nyaman dan kondusif sehingga klien merasa nyaman untuk belajar. 2) metode *hypnoteaching* cukup relevan dengan pendidikan agama Islam jika ditinjau dari segi tujuan.¹⁵

- c. Skripsi Abdul latif, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang berjudul “Hipnoterapi dalam Bimbingan dan Konseling Islami di The Winner Institute.” Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui implementasi hipnoterapi dalam bimbingan dan konseling islami yang ada di The Winner Institute yang mengarah kepada bagaimana metode hipnoterapi dalam bimbingan dan konseling islami di The Winner Institute. Hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian tersebut adalah hipnoterapi menjadi salah satu metode yang sangat efektif dalam pemecahan masalah dalam bimbingan dan konseling islami di The Winner Institute yang secara umum metode ini dibedakan menjadi dua,

¹⁵ Asri Fitrianti Mutia Sari, “Metode *Hypnoteaching* Dalam Pembelajaran Menurut Novian Triwidia Jaya dalam Buku *Hypnoteaching Bukan Sekedar Mengajar dan Aplikasinya dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*”, Skripsi, Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2012.

yaitu metode individual dan metode kelompok dengan model pendekatan *client centered*.¹⁶

- d. Skripsi dengan judul “Peran Hipnoterapi dalam Proses Pemulihan Penyalahgunaan Narkoba pada Remaja” disusun oleh Ardanny Pratama Gunawan.¹⁷ Penulisaan tersebut dilakukan di panti rehabilitasi Rumah Damai Gunung Pati Semarang, dengan bentuk penelitian kualitatif fenomenologis dan teknik pemilihan sampel menggunakan *purposive sampling*. Hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut adalah hipnoterapi menjadi salah satu metode yang sangat efektif dalam upaya pemulihan klien dari penyalahgunaan narkoba. Di mana masalah tersebut sejatinya tidak asing lagi dalam bimbingan dan konseling islami.
- e. Hasil penelitian Asep Haerul Gani, “Efek *Hypnotherapy* dari Ibadah”.¹⁸ Dalam penelitian yang dilakukan, Haerul Gani menggunakan bentuk studi kasus dengan ibadah sebagai model dalam hipnoterapi. Adapun kategori ibadah yang dimaksud adalah berwudhu, dzikir, berdo’a, shalat, memaafkan dan ikhlas, yang mengungkap bahwa hipnoterapi sebagaimana yang diketahui dapat menciptakan efek ketenangan sejenis trans, dan salat malam yang dapat digunakan

¹⁶ Abdul Latif, *Hipnoterapi dalam Bimbingan dan Konseling Islami di The Winner Institute*, skripsi tidak diterbitkan, (Fakultas dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2013)

¹⁷ Ardanny Pratama Gunawan, *Peran Hipnoterapi dalam Proses Pemulihan Penyalahgunaan Narkoba pada Remaja*, skripsi tidak diterbitkan, (Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, 2011).

¹⁸ Suci Riadi Prihantanto, “Lebih Dekat dan Sehat Dengan Hypnotherapy”, http://d.yimg.com/kq/groups/23367786/1792280055/name/Hypnotherapy_Effect_of_Ibadah_Asep_HGani.pdf, diakses pada tanggal 12 Desember 2012.

sebagai pintu masuk menuju *deep trance* dalam *self hypnosis*. Penelitian Haerul Gani tersebut sejalan dengan beberapa teknik terapi Islam yang telah dilakukan penelitian sebelumnya yang juga menggunakan bentuk ibadah seperti shalat sebagai sarana terapi, hanya saja tidak menggunakan istilah hipnoterapi.

Berdasarkan kajian pustaka yang dilakukan penulis, ternyata belum ditemukan judul yang serupa dengan judul Metode *Hypnocounseling* Menurut R. Budi Sarwono Dan Relevansinya Untuk Bimbingan dan Konseling Islam, yang di angkat dalam penelitian ini. Penelitian ini merupakan penelitian baru dalam kajian keilmuan bimbingan dan konseling Islami, penelitian ini fokus mengkaji tentang *hypnocounseling* dalam buku *hypnocounseling* dan relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islam. Penelitian-penelitian di atas telah menunjukkan berbagai manfaat yang dapat diperoleh melalui *hypnosis*. Namun, belum ditemukan hasil penelitian yang terkait *hypnocounseling* dalam bimbingan dan konseling islami. Maka dari kajian pustaka yang dilakukan penulis, judul penelitian yang di angkat dalam penelitian ini memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian-penelitian di atas di antaranya; perbedaan pada objek dan subjek penelitian serta pada metode penelitian yang digunakan.

F. Kerangka teori

1. Bimbingan dan Konseling Islami

a. Pengertian bimbingan dan konseling Islami

Merujuk pada bagian awal, jika ditinjau dari pandangan Islam, istilah bimbingan Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Selanjutnya yang disebut dengan konseling Islami yaitu proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.¹⁹

Manusia sebagai makhluk yang sering menghadapi masalah sejatinya telah diberi berbagai petunjuk bagi pemecahan masalah dan persoalan kehidupan yang dihadapi. Akan tetapi, karena tidak semua masalah dapat diselesaikan oleh manusia secara mandiri, ia memerlukan bantuan seorang ahli yang berkompeten sesuai dengan jenis masalah yang dihadapinya. Hal ini tidak terlepas dari tugas para Nabi yang membimbing dan mengarahkan manusia kearah kebaikan yang hakiki dan juga para Nabi sebagai *figure* konselor yang sangat mumpuni dalam memecahkan permasalahan (*problem solving*) yang berkaitan dengan jiwa manusia, agar manusia keluar dari tipu daya

¹⁹Thahari Mustamar (ed.), *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 5.

syaiton. Seperti tertuang dalam ayat Al-Qur'an surat Al-Ashr :1-3, yang artinya :

“Demi masa. Sungguh manusia dalam kerugian, kecuali mereka yang beriman dan melakukan amal kebaikan, saling menasehati supaya mengikuti kebenaran dan saling menasehati supaya mengamalkan kesabaran”.

Menurut ayat tersebut dengan kata lain manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya.

Bimbingan dan konseling Islami merupakan bentuk bantuan yang bertujuan pada kemaslahatan. yang diberikan sebagai alternatif bagi pemecahan masalah kemanusiaan dan sosial yang semakin kompleks. Dengan masuknya nilai-nilai dan ajaran agama, diharapkan manusia akan lebih dapat memahami dan menghadapi masalahnya secara lebih arif, tidak mudah putus asa dalam kegagalan dan tidak sombong dalam keberhasilan.²⁰

Berdasarkan paparan tersebut di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan dan konseling islami adalah proses bimbingan dan konseling yang berorientasi pada ketentraman hidup baik di dunia dan juga di akhirat.

b. Tujuan bimbingan dan konseling Islami

Ditinjau dari orientasinya, Erhamwilda menyatakan bahwa tujuan bimbingan dan konseling Islami merupakan proses jangka panjang

²⁰ Abdul Cholid Dahlan, *Bimbingan Dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009). hlm. 20.

dan berkelanjutan sebagai upaya agar setiap individu mampu menjadi muslim yang bahagia di dunia dan di akhirat.²¹ Sedangkan dalam bukunya bimbingan dan konseling dalam islam, Aunur Rahim Faqih membagi tujuan Bimbingan dan Konseling islam dalam tujuan umum dan tujuan khusus.²² Tujuan umumnya adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akherat.

Tujuan khususnya adalah (1) membantu individu agar tidak menghadapi masalah; (2) membantu individu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya; (3) membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang tetap baik menjadi tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

Sementara itu, tujuan bimbingan dan konseling Islam yang dikemukakan oleh M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky adalah sebagai berikut :

- a) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak, dan damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*), dan mendapatkan pencerahan taufik hidayah Tuhannya (*mardhiyah*).

²¹ Erhamwilda, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), hlm. 71.

²² Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Jakarta: UII press, 2001, hlm., 35-36

- b) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial, dan alam sekitarnya.
- c) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong, dan rasa kasih sayang.
- d) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya serta ketabahan menerima ujian-Nya.

Untuk mencapai tujuan-tujuan di atas, maka dibutuhkan cara yang tepat agar hasil yang diperoleh sesuai dengan tujuan semula.

c. Aspek dalam bimbingan dan konseling Islami

Menurut Musfir bin Said Az-Zahrani ada tiga aspek dalam bimbingan dan konseling Islami, yaitu: 1) aspek preventif yang orientasinya mengarah kepada penjagaan individu dari semua guncangan jiwa dan membentengi mereka dari segala penyimpangan. Hal ini dilakukan dengan banyak cara yang sekiranya dapat menyeimbangkan perilaku yang ada. 2) aspek perkembangan, di mana orientasinya mengarah pada pembentukan muslim agar mampu menjadi individu yang optimis, penuh dengan produktivitas serta mampu

mengoptimalkan segala potensi dan kemampuannya sebagai *khalifah* di bumi 3) aspek terapi, aspek ini berorientasi mengarah kepada pembahasan dan pelepasan individu dari segala kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan serta membantu dalam memecahkan masalah yang dihadapi.²³

d. Urgensi bimbingan dan konseling islam dalam pembelajaran

Dasar pemikiran penyelenggaraan bimbingan dan konseling disekolah atau madrasah, bukan terletak pada ada atau tidak adanya landasan hukum (perundang undangan) atau ketentuan dari atas, namun yang lebih penting adalah upaya memfasilitasi peserta didik yang selanjutnya disebut klien, agar mampu mengembangkan potensi dirinya atau mencapai tugas-tugas perkembangannya (menyangkut aspek fisik, emosi, intelektual, social, dan moral-spiritual).

Klien sebagai seorang individu yang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*on becoming*), yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Untuk mencapai kematangan dan kemandirian tersebut, klien memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungannya, juga pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya. Di samping itu terdapat suatu keniscayaan bahwa proses perkembangan klien tidak selalu berlangsung secara mulus, atau bebas dari masalah. Dengan kata lain proses perkembangan itu

²³ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, hlm. 24-25.

tidak selalu berjalan dalam arus linier, lurus, atau searah dengan potensi, harapan dan nilai-nilai yang dianut.

Perkembangan klien atau klien tidak lepas dari pengaruh lingkungan, baik fisik, psikis, maupun sosial. Sifat yang melekat pada lingkungan adalah perubahan. Perubahan yang terjadi dalam lingkungan dapat mempengaruhi gaya hidup (*life style*) warga masyarakat. Apabila perubahan yang terjadi itu sulit diprediksi, atau diluar jangkauan kemampuan, maka akan melahirkan kesenjangan perkembangan perilaku klien, seperti terjadinya stagnasi perkembangan, masalah-masalah pribadi atau penyimpangan perilaku. Iklim lingkungan kehidupan yang kurang sehat, seperti maraknya tayangan televisi dan media-media lain, penyalahgunaan zat-zat adiktif, *sex* bebas, ketidakharmonisan dalam kehidupan keluarga, dan kemunduran moral orang dewasa ini mempengaruhi perilaku atau gaya hidup klien (terutama pada usia remaja) yang cenderung menyimpang dari kaidah-kaidah moral (akhlak yang mulia), seperti pelanggaran tata tertib, pergaulan bebas, tawuran, dan kriminalitas.

Upaya menangkal dan mencegah perilaku-perilaku yang tidak diharapkan seperti yang disebutkan, adalah mengembangkan potensi klien dan memfasilitasi mereka secara sistematis dan terprogram untuk mencapai standar kompetensi kemandirian. Dengan demikian, pendidikan yang bermutu efektif dan ideal adalah pendidikan yang tidak mengesampingkan bimbingan dan konseling. Pendidikan yang

hanya melaksanakan bidang administrative dan instruksional dengan mengabaikan bimbingan dan konseling, hanya akan menghasilkan klien yang pintar dan terampil dalam aspek akademik, tetapi kurang memiliki kemampuan atau kematangan dalam aspek kepribadian.

Dasar itulah bimbingan dan konseling sangat berperan penting dalam pembentukan sosok peserta didik yang dicita-citakan seperti yang dicantumkan dalam undang-undang nomor 20 tahun 2003, yaitu: a) beriman dan bertaqwa terhadap tuhan yang maha esa, b) berakhlak mulia, c) memiliki pengetahuan dan keterampilan, d) memiliki kesehatan jasmani dan rohani, e) memiliki kepribadian yang mantap dan kebangsaan, f) memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Untuk mencapai tujuan pendidikan yang dicita-citakan itu bimbingan konseling disekolah di orientasikan kepada upaya memfasilitasi perkembangan potensi klien, yang meliputi aspek pribadi, belajar dan karir, atau terkait dengan perkembangan klien sebagai makhluk yang berdimensi biopsikososiospiritual (biologis, psikis, sosial dan spiritual).²⁴

²⁴ Direktorat jenderal peningkatan mutu pendidikan dan tenaga kependidikan departemen pendidikan nasional, rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal. 2007 Hal. 15

e. Teknik-teknik dalam Bimbingan dan Konseling

Untuk mencapai tujuan dari bimbingan dan konseling yang efektif dan efisien maka perlu menggunakan teknik-teknik atau pendekatan-pendekatan untuk memaksimalkan hasil yang ingin dicapai bagi konselor dan klien. Dalam menguraikan pendekatan-pendekatan yang digunakan dalam bimbingan dan konseling, bahwa setiap pendekatan memiliki pandangan yang berbeda tentang sifat manusia, pribadi manusia, kondisi manusia. Pandangan tentang manusia ini akan melahirkan konsep dan landasan filosofis mengenai bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, merujuk pada filosofis ini, penulis menguraikan berbagai pendekatan dalam bimbingan dan konseling. Menurut pandangan Gerald Corey (2005), berbagai pendekatan dalam bimbingan dan konseling sebagai berikut.

1) Pendekatan Psikoanalitik

Manusia pada dasarnya ditentukan oleh energi psikis dan pengalaman-pengalaman dini. motif dan konflik tak sadar adalah sentral dalam tingkah laku sekarang. adapun perkembangan dini penting karena masalah-masalah kepribadian berakar pada konflik-konflik masa kanak-kanak yang direpresi.

2) Pendekatan Eksistensial-Humanistik

Berfokus pada sifat dari kondisi manusia yang mencakup kesanggupan untuk menyadari diri, kebebasan untuk menentukan nasib sendiri, kebebasan dan tanggung jawab, kecemasan sebagai

suatu unsur dasar, pencarian makna yang unik didalam didunia yang tidak bermakna, ketika sendirian dan ketika berada dalam hubungan dengan orang lain, keterhinggaan dan kematian, dan kecenderungan untuk mengaktualkan diri.

3) Pendekatan Clien-Centered

Pendekatan ini memandang manusia secara positif bahwa manusia memiliki suatu kecenderungan ke arah berfungsi penuh.dalam konteks hubungan konseling, mengalami perasaan yang sebelumnya diingkari. klien mengaktualkan potensi dan bergerak kearah peningkatan kesadaran, spontanitas, kepercayaan kepada diri, dan keterarahan.

4) Pendekatan Gestalt

Manusia terdorong ke arah keseluruhan dan integrasi pemikiran perasaan serta tingkah laku. pandangannya anati deterministik dalam arti individu dipandang memiliki kesanggupan untuk menyadari bagaimana pengaruh masa lampau berkaitan dengan kesulitan sekarang.

5) Pendekatan Analisis Transaksional

Manusia dipandang memiliki kemampuan memilih. apa yang sebelumnya ditetapkan, bisa ditetapkan ulang. meskipun manusia bisa menjadi korban dari putusan-putusan bingung dan sekenario kehidupan, aspek-aspek yang mengalihkan diri bisa diubah dengan kesadaran.

6) Pendekatan Tingkah Laku

Manusia dibentuk dan dikondisikan oleh pengkondisian sosial budaya. pandangannya deterministik, dalam arti, tingkah laku dipandang sebagai hasil belajar dan pengkondisian.

7) Pendekatan Rasional Emotif

Manusia dilahirkan dengan potensi untuk berpikir rasional, tetapi juga dengan kecenderungan-kecenderungan ke arah berpikir curang. mereka cenderung untuk menjadi korban dari keyakinan-keyakinan yang *irrational* dan untuk mereindoktrinasi dengan keyakinan-keyakinan yang irasional itu, tetapi berorientasi kognitif-tingkah laku-tindakan, dan menekankan berpikir, menilai, menganalisis, melakukan, dan memutuskan ulang. modelnya adalah didaktif direktif, tetapi dilihat sebagai proses reduksi.

8) Pendekatan Realitas

Pendekatan konseling realitas dikembangkan oleh William Glasser dengan nama Reality Therapy (terapi realitas). Menurut pendekatan konseling realitas, konseling pada dasarnya merupakan proses belajar yang menekankan dialog rasional antara konselor dan konselidengan tujuan agar konseli mau memikul tanggung jawab bagi dirinya dalam memenuhi kebutuhan dasarnya, individu yang dapat memenuhi kebutuhan dasarnya akan mengembangkan identitas sukses (success identity) dan sebaliknya individu yang gagal dalam memenuhi

kebutuhan dasarnya akan mengembangkan identitas gagal (failure identity).

Dalam proses konseling, konselor aktif secara verbal, yakni aktif mengajukan pertanyaan-pertanyaan mengenai kehidupan konseli saat ini, sehingga konseli tersebut bertambah sadar akan tingkah lakunya dan mau membuat penilaian tentang ketidakefektifan tingkah laku tersebut serta mengembangkan tindakan yang bertanggung jawab untuk mengubah tingkah laku yang kurang efektif dalam pencapaian keinginan bagi pemuasan kebutuhan dasarnya.

Dari pendekatan-pendekatan tersebut, menurut penulis yang kajiannya paling dekat dengan metode *hypnotherapy* adalah pendekatan psikoanalitik, Seperti yang sudah dijelaskan di awal, psikoanalisis adalah sebuah model perkembangan kepribadian, filsafat tentang sifat manusia, dan sekaligus metoda psikoterapi yang dipelopori oleh seorang doctor psikiatri Sigmund Freud (6 Mei 1856 – 23 September 1939) adalah seorang neurolog Austria dan pendiri aliran psikoanalisis dalam psikologi, gerakan yang mempopulerkan teori bahwa struktur kejiwaan manusia sebagian besar terdiri dari alam ketidaksadaran, sedangkan alam kesadarannya dapat diumpamakan puncak gunung es yang muncul di tengah laut. Sebagian besar gunung es yang berbenam itu diibaratkan alam ketidaksadaran manusia, atau motif tak sadar

mengendalikan sebagian besar perilaku. Menurut pandangan psikoanalisis, struktur kepribadian terdiri atas *id*, *ego*, dan *super ego*.

- (a) *Id* merupakan komponen kepribadian yang dikendalikan oleh prinsip kesenangan yang tujuannya untuk mengurangi ketegangan, menghindari penderitaan, dan mendapatkan kesenangan, maka *id* adalah tidak rasional, tidak bermoral, dan didorong oleh satu pertimbangan demi terpenuhinya kepuasan kebutuhan yang bersifat insting sesuai dengan prinsip kesenangan.
- (b) *Ego* bertugas sebagai pelaksana, sistem kerjanya pada dunia luar untuk menilai realita dan berhubungan dengan dunia. *Ego* berperan sebagai eksekutif yang memerintah, mengendalikan, dan mengatur kepribadian. Dibawah perintah prinsip realitas, *ego* berpikir secara logis dan realitas serta memformulasikan rencana tindakan demi pemuasan kebutuhan.
- (c) *Super ego* merupakan filter dari sensor baik-buruk, salah-benar, boleh-tidak sesuatu dilakukan oleh dorongan *ego*. Fungsinya adalah sebagai wadah impuls *id*, terutama dorongan seksual dan agresivitas yang bertentangan dengan moral dan agama. Sigmund Freud juga menekankan peran naluri-naluri. Segenap naluri bersifat bawaan dan biologis. Sigmund Freud menekankan peran naluri-naluri. Seksual dan impuls-impuls agresif ia melihat tingkah laku sebagai dideterminasi oleh hasrat memperoleh kesenangan dan menghindari kesakitan.

1) Tujuan Konseling Psikoanalisis

- a. Menolong individu mendapatkan pengertian yang terus menerus dari pada mekanisme penyesuaian diri mereka sendiri
- b. Membantu klien membuat hal-hal yang tidak disadari menjadi disadari
- c. Membentuk kembali struktur kepribadian klien dengan jalan mengembalikan hal-hal yang tak disadari menjadi sadar kembali, dengan menitikberatkan pada pemahaman dan pengenalan pengalaman-pengalaman masa anak-anak, terutama usia 2-5 tahun, untuk ditata, disiklusikan, dianalisis dan ditafsirkan sehingga kepribadian klien bisa direkonstruksi lagi.

2) Teknik-teknik Konseling Psikoanalisis

- a. Asosiasi bebas
Yaitu mengupayakan klien untuk menjernihkan atau mengikis alam pikirannya dari alam pengalaman dan pemikiran sehari-hari sekarang, sehingga klien mudah mengungkapkan pengalaman masa lalunya. Klien diminta mengutarakan apa saja yang terlintas dalam pikirannya. Tujuan teknik ini adalah agar klien mengungkapkan pengalaman masa lalu dan menghentikan emosi-emosi yang berhubungan dengan pengalaman traumatik masa lalu. Hal ini disebut juga katarsis.

b. Analisis mimpi

Klien diminta untuk mengungkapkan tentang berbagai kejadian dalam mimpinya dan konselor berusaha untuk menganalisisnya. Teknik ini digunakan untuk menilik masalah-masalah yang belum terpecahkan. Proses terjadinya mimpi adalah karena pada waktu tidur pertahanan ego menjadi lemah dan kompleks yang terdesak pun muncul ke permukaan. Menurut Freud, mimpi ini ditafsirkan sebagai jalan raya mengekspresikan keinginan-keinginan dan kecemasan yang tidak disadari.

c. Interpretasi

Yaitu mengungkap apa yang terkandung di balik apa yang dikatakan klien, baik dalam asosiasi bebas, mimpi, resistensi, dan transferensi klien. Konselor menetapkan, menjelaskan dan bahkan mengajar klien tentang makna perilaku yang termanifestasikan dalam mimpi, asosiasi bebas, resistensi dan transferensi.

d. Analisis resistensi

Resistensi berarti penolakan, analisis resistensi ditujukan untuk menyadarkan klien terhadap alasan-alasan terjadinya penolakannya (resistensi). Konselor meminta perhatian klien untuk menafsirkan resistensi

e. Analisis transferensi

Transferensi adalah mengalihkan, bisa berupa perasaan dan harapan masa lalu. Dalam hal ini, klien diupayakan untuk menghidupkan kembali pengalaman dan konflik masa lalu terkait dengan cinta, seksualitas, kebencian, kecemasan yang oleh klien dibawa ke masa sekarang dan dilemparkan ke konselor. Biasanya klien bisa membenci atau mencintai konselor. Konselor menggunakan sifat-sifat netral, objektif, anonim, dan pasif agar bisa terungkap tranferensi tersebut.

Menurut R. Budi Sarwono dalam mempraktikkan *hypnocounseling*, bahwa *hypnocounseling* adalah sebuah seni. *Hypnocounseling* tidak dilekati oleh satu teori. Dalam praktiknya seorang *hypnocounselor* handal akan mampu bersikap eklektif ketika sudah memutuskan untuk memakai teknik *hypnocounseling*. Untuk membawa klien ke level kesadaran tertentu, yang dipakai adalah teori *psikoanalisis* SigmundFreud. Tetapi ketika memberi sugesti, *hypnocounselor* bergeser ke teori *Gestalt* yang menekankan arti penting *here and now*. Pada saat prainduksi *hypnocounselor* masuk dengan teori *humanistik*, tetapi pada saat *post hypnotic suggesttion* bisa dengan *behaviorism*. Psikoanalisis dalam praktik *hypnocounseling* berdiri sebagai kerangka kerja untuk mengintrodusir bahwa dalam pikiran manusia ada yang

disebut pikiran sadar dan pikiran tak sadar. Untuk menerapi permasalahan yang terletak di dalam pikiran tak sadar seseorang perlu di-*by pass* kesadarannya dengan *hypnosis*.²⁵ *Hypnosis* sendiri adalah sebagai salah satu teknik psioterapi yang bisa diterapkan dalam konseling. Orang yang pertama-tama mempelajari *hypnosis* modern adalah Dr. James Braid (1795-1880) seorang ahli bedah dari Skotlandia. Dr. James Braid menggunakan teknik mesmerian dalam menjalani langkah keilmuannya sampai pada akhirnya Dr. James Braid menemukan kata "*hypnosis*". Dr. James Braid mengembangkan teknik-teknik sugesti kepada pasien untuk menyembuhkan mereka. Kemudian, John Elliotson, Jean Martin Charcot, Sigmund Freud, menambah dimensi yang lain untuk menggunakan *hypnosis* dalam dunia pengobatan, neorologi, dan psikoanalisis.

Sigmund Freud yang pertama-tama menemukan kecemasan atau neurosis berhubungan dengan pikiran bawah sadar. Saat ini sebaran ilmu *hypnosis* sudah merambah diberbagai bidang kehidupan. Bukan hanya di bidang psikologis, *hypnosis* masuk ke dunia pendidikan, perdagangan, bahkan ke runag-runag keluarga dalam bentuk *hypno parenting*, *hypnothrapy* penggunaan *hypnosis* untuk penyembuhan gangguan psikologis, *hypnoteaching* penggunaan *hypnosis* untuk kepentingan belajar mengajar, dan

²⁵ R Budi Sarwono, *Hypnocounseling*, (Yogyakarta: kanesius, 2011), hlm.142.

masih banyak lagi bidang kehidupan yang memanfaatkan ilmu *hypnosis* sebagai *tools* untuk mengoptimalkan pencapaian dalam perubahan tingkah laku manusia. *Hypnocounseling* hanyalah salah satu dari antara bidang layanan yang menggabungkan *hypnosis* dan konseling, karena dunia *hypnosis* sendiri sangat dekat dengan konseling dan psikologi yaitu menyangkut perubahan tingkah laku.

2. *Hypnocounseling*

a. Pengertian *hypnocounseling*

Seperti yang telah disebutkan di awal, bahwa *hypnocounseling* adalah gabungan dua ilmu, yaitu *hypnosis* dan *counseling*.

1) *Hypnosis*

Ada banyak definisi tentang *hypnosis*, istilah nyata *hypnosis*, yang diciptakan seorang dokter Inggris pada abad ke-19, *Hypnosis* dari bahasa Yunani yaitu *Hypnos* yang berarti tidur.²⁶ Sementara menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia *Hypnosis* yaitu keadaan seperti karena adanya sugesti, yang pada taraf permulaan orang itu berada di bawah pengaruh orang yang memberikan sugestinya, tetapi pada taraf berikutnya menjadi tidak sadar sama sekali.²⁷ *Hypnosis* bukanlah keadaan tidur, namun keadaan yang sama dengan aktivitas yang diperlambat hingga mencapai frekuensi yang disebut “alfa”, yaitu waktu ketika menuju dan dari keadaan

²⁶ Willy Wong, *Membongkar Rahasia Hipnosis*, (Jakarta: Visimedia, 2010), hlm. 172.

²⁷ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1989), hlm.501.

tertidur.²⁸ Namun di sini penulis mendefinisikan *hypnosis* dalam bukunya R. Budi Sarwono yang berjudul *hypnocounseling*, *hypnosis* merupakan cabang ilmu baru yang secara khusus mempelajari pikiran (*mind*) manusia secara mendalam.²⁹

Awal perkembangan *hypnosis* modern dimulai sejak abad 18 yaitu ketika Franz Anton Mesmer (1734-1815) meneliti kegiatan magnetisme dan pemanfaatannya untuk penyembuhan manusia.³⁰ Pada saat itu *hypnosis* masih dikenal dengan istilah *Mesmerism* atau *Magnetism*, dan sejak saat itulah konsep-konsep *hypnosis* semakin berkembang.

Penggunaan *hypnosis* sebagai salah satu kegiatan ilmiah diperkenalkan oleh James Braid (1795-1880 M), seorang ahli bedah asal Skotlandia. Pada waktu itu James Braid telah menggunakan sugesti *hypnosis* dalam rangka meredakan kecemasan dan rasa sakit menjelang operasi.³¹ James Braid memperkenalkan istilah *Neuro Hypnotism* yang memiliki arti tidur cemas (*nervous sleep*). *Neuro Hypnotism* dapat dimaknai sebagai kondisi seseorang yang berbeda dengan kondisi aslinya, dengan kekuatan fikiran seseorang mampu mengimajinasikan sesuatu hal yang dianggap menjadi kenyataan. pemikiran Braid ini tertuang

²⁸ C. Roy Hunter MS, CHt, *Seni Hipnosis Penguasaan Teknik-Teknik Dasar*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hlm.18.

²⁹ R Budi Sarwono, *Hypnocounseling*, (Yogyakarta: kanesius, 2011), hlm.23.

³⁰ Willy Wong, *Membongkar Rahasia Hipnosis*, hlm. 172.

³¹ Yadi Purwanto, "Hipnotisme dan Ketidaksadaran: Perdebatan awal dalam Psikologi Islam", *Jurnal Psikologi*, Vol. III, No. 2 (Desember, 2010), hlm. 173.

berdasarkan penelitian *Mesmersim*.³² Di samping itu, Braid juga menjelaskan lebih lanjut tentang terjadinya fenomena trans saat hipnosis yang diakibatkan adanya tidur saraf karena perhatian yang terfokus kepada sebuah objek tertentu.³³ *Hypnosis* sebagai seni atau ilmu yang mempelajari cara membawa klien ke dalam keadaan *trans* atau keadaan tidur yang disebabkan karena fokusnya perhatian pada suatu keyakinan atau sugesti,³⁴

Selama lebih dari 200 tahun, berbagai penelitian tentang *hypnosis* telah dilakukan, banyak studi klinis dan eksperimental mencoba menentukan apa yang paling unik dari *hypnosis* dibanding fenomena mental lainnya. Keunikan tersebut perlu dipahami untuk merumuskan sebuah definisi *hypnosis* yang akurat. Namun sampai sekarang, definisi *hypnosis* yang diungkapkan setiap tokoh masih berbeda-beda. Semua orang setuju adanya sesuatu yang dinamakan *hypnosis*, tapi berbeda pendapat mengenai apa itu *hypnosis*. Beberapa definisi tentang *hypnosis* yang pernah diungkapkannya di antaranya:

- a) *Hypnosis* adalah suatu kondisi yang menyerupai tidur yang dapat secara sengaja dilakukan kepada seseorang, di mana seseorang yang dihipnotis bisa menjawab pertanyaan yang diajukan, serta lebih mudah menerima sugesti.

³² Iwan Ketan dan Fadli Nur Haq, Mini Ebook: *Fenomena Hipnotis: Mengungkap Fakta di Balik Mitos*, hlm. 6.

³³ Andri Hakim, *Hypnosis in Teaching*, (Jakarta: Visimedia, 2010), hlm. 1.

³⁴ Aqila Smart, *Hypnoparenting*, (Jogjakarta: Star Books, 2010), hlm. 21.

- b) *Hypnosis* adalah praktek mempengaruhi orang lain agar mengikuti apa yang diperintahkan oleh ahli *hypnosis*.
- c) *Hypnosis* adalah suatu kondisi pikiran yang terpusat sehingga tingkat sugestibilitas (daya terima saran) meningkat sangat tinggi.
- d) *Hypnosis* adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya, yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak dari betha menjadi alpha/theta.
- e) *Hypnosis* adalah seni eksplorasi alam bawah sadar.

Tidak ada yang salah dengan definisi di atas, semua definisi *hypnosis* tersebut benar, karena menandakan salah satu atau beberapa gejala dari kondisi *hypnosis*. Akan tetapi apa yang diungkapkan diatas belum bisa mencerminkan keunikan *hypnosis* yang membedakan *hypnosis* dengan kondisi mental lainnya. Sebab itu, dalam penelitian ini penulis sepakat dengan para pakar hipnosis yang terkumpul dalam United State Department of Education, Human Services Division, membuat definisi "*Hypnosis is the by-pass of the critical factor of the conscious mind followed by the establishment of acceptable selective thinking*" atau hipnosis

adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar diikuti dengan diterimanya suatu pemikiran atau sugesti tertentu.³⁵

Proses pemberian sugesti kepada klien sebenarnya merupakan proses penginternalisasian gagasan, pemikiran, dan tindakan baru ke dalam sistem *belief* klien, agar terjadi perubahan dalam sistem *belief*-nya, misalnya menjadi teratur berolahraga atau makan, menyukai sayur dan buah, atau pernyataan-pernyataan lain. Sugesti akan diberikan secara berulang-ulang untuk memperkuat penginternalisasiannya, sehingga diharapkan perubahan dalam pikiran dan perilaku klien dapat bertahan lebih lama dan bersifat lebih permanen.³⁶

Berdasarkan uraian di atas jelaslah bahwa *hypnosis* berangkat dari ilmu yang disebut *magnetism*. Karena *magnetism* mulai berkembang dan dekat dengan para psikolog, psikiater dan dokter, maka lama kelamaan *magnetism* disistematisir menjadi konsep yang lebih matang dan diberi nama *hypnosis*. Karena jaman itu baru berkembang psikodinamika yang dikembangkan Sigmund Freud, maka *hypnosis* sempat menjadi pilihan sebagai *tools* melakukan psikoterapi terhadap pasien-pasien Sigmund Freud. Sigmund Freud sendiri berkontribusi dalam hal memberikan kerangka kerja yang lebih sistematis dengan teori pikirannya yang mengandung kesadaran dan ketidaksadaran, yang sampai

³⁵ Indra Majid, E-Book: *Pemahaman Dasar Hipnosis*, (www.indramajid.com), hlm. 4.

³⁶ Ira Adelina, dkk., "Penerapan Hipnoterapi", hlm. 43-44.

sekarang menjadi konsep inti dalam ilmu *hypnosis*. Seperti itulah hubungan antara *hypnosis* dengan psikodinamika. Freud dan Jung sendiri sebagai pencetus psikodinamika bukanlah orang yang berhasil dalam menggunakan *hypnosis* untuk terapi.

Saat ini sebaran ilmu *hypnosis* sudah merambah diberbagai kehidupan. Bukan hanya di bidang psikologi, *hypnosis* masuk ke dunia pendidikan, perdagangan, bahkan masuk ke ruang – ruang keluarga dalam bentuk *hypnoparenting*.³⁷

Masih banyak lagi bidang kehidupan yang memanfaatkan ilmu *hypnosis* sebagai *tools* untuk mengoptimalkan pencapaian dalam perubahan tingkah laku manusia. *Hypnocounseling* hanyalah salah satu dari diantara bidang layanan yang menggabungkan *hypnosis* dan konseling, karena pada dasarnya *hypnosis* sendiri sangat dekat dengan konseling dan psikologi yang menyangkut perubahan tingkah laku.

2) *Counseling*

Istilah *counseling* dari bahasa Inggris, di dalam kamus artinya dikaitkan dengan kata “*counsel*” memiliki beberapa arti, yaitu nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), dan pembicaraan (*to take counsel*). Berdasarkan arti di atas, konseling secara etimologi berarti pemberian nasihat, anjuran, dan

³⁷ *Ibid.*, hlm.39.

pembicaraan dengan bertukar pikiran.³⁸ Jadi, dalam proses konseling ada tujuan langsung yang tertentu, yaitu pemecahan masalah yang dihadapi klien.

Proses konseling pada dasarnya dilakukan secara individual (*between two persons*), yaitu antara klien dan konselor, walaupun dalam perkembangannya kemudian ada konseling kelompok (*group counseling*). Pemecahan masalah dalam proses konseling itu dijalankan dengan wawancara atau diskusi antara klien dengan konselor dan wawancara itu dijalankan secara *face to face* (tatap muka).

Perkembangan konseling dibawa oleh tokoh psikologi humanistik yaitu Carl Rogers yang dikenal sebagai bapak konseling dunia. Rogers membuka tabir baru dalam dunia psikologi yang memandang manusia sebagai individu yang mampu menyelesaikan masalahnya sendiri. Pemikiran Rogers yang memandang manusia memiliki potensi mempengaruhi perkembangan konseling di dunia dan dikenal dengan pendekatan konseling berpusat diri (*client centered counseling*). Konsep-konsep seperti empati dan menerima klien apa adanya (*unconditional positive regard*) merupakan pemikiran Rogers yang sampai saat ini menjadi teknik fundamental dalam konseling. Namun, dalam perkembangannya konseling terus berkembang sampai muncul-muncul pendekatan baru, Artinya

³⁸ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, 2007, (Jakarta: Rajawali Pers), hlm. 21-22.

konselor yang melakukan konseling harus memakai pendekatan tertentu dalam membantu permasalahan klien. Misalkan konselor yang menggunakan pendekatan konseling kognitif perilaku, mengedepankan prinsip bagaimana cara membantu klien mengubah dan mengganti distorsi pikiran negatif yang menjadi hambatan mental (*limiting belief*) untuk berubah.

Dengan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada individu untuk memecahkan masalah kehidupannya dengan cara wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Dalam hal ini, perlu diingat bahwa individu pada akhirnya dapat memecahkan masalah dengan kemampuannya sendiri. Dengan demikian, klien tetap dalam keadaan aktif memupuk kesanggupannya di dalam memecahkan setiap masalah yang mungkin akan dihadapi dalam kehidupannya. Dari penjelasan tersebut, dapat dikemukakan bahwa konseling lebih bersifat kuratif dan korektif.

Maka dari itu istilah *hypnocounseling* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah gabungan dua ilmu, yaitu (*hypnosis* dan *counseling*), disiplin gabungan ini akan sangat efektif untuk menangani permasalahan klien yang sedikit lebih berat. *Hypnocounseling* adalah sebuah upaya memanfaatkan teknik terapeutik hypnosis untuk digunakan dalam praktek konseling.

Penggabungan *hypnosis* dan konseling ini dimaksudkan agar konselor dapat lebih efektif dalam memberikan bantuan kepada klien. Hubungan klien-klien yang terjadi dalam proses konseling, kemudian dilanjutkan menjadi hubungan terapis-klien dalam sesi *hypnosis*. Paduan ini menjadi unik, karena memang belum dimasyarakatkan di Indonesia.

Sebagai sesuatu yang baru *hypnocounseling* di Indonesia baru muncul dalam kerangka besar. Masih banyak upaya yang harus diteliti untuk menjadikan *hypnocounseling* lebih baik secara teoritik maupun secara praktis.

a) Lingkup *hypnocounseling*

Lingkup kerja *hypnocounseling* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dalam batas tembok sekolah saja. Ketika *hypnocounseling* dibawa keluar tembok sekolah *hypnocounselor* akan berbenturan secara frontal dengan profesi psikolog dan terapis. Karena dapat menimbulkan berbagai persoalan kewenangan di sana, ada persoalan administratif, dan tentu saja ada persoalan ekonomi juga. Otoritas konselor sekolah adalah di wilayah sekolah, bukan untuk berpraktek di luar sekolah, demikian juga sebaliknya bagi psikolog..³⁹

³⁹ R Budi Sarwono, *Hypnocounseling*, (Yogyakarta: kanesius, 2011), hlm.18.

b) Keterbatasan *hypnocounseling*

Hypnois hanyalah satu dari ratusan teknik psikoterapi yang ada di dunia psikologi. Dan disana sini *hypnosis* memiliki kelemahan dan kelebihan. Meskipun sekarang *hypnosis* sudah mengalami penyempurnaan, tetap saja *hypnosis* tidak bisa menangani semua kasus psikologis klien.

Keterbatasan *hypnokonseling* juga disebabkan karena dari sananya guru konseling tidak dipersiapkan menjadi terapis. Psikologi yang didapat di bangku kuliah tidak menyentuh berbagai hal yang bersifat patologis, sehingga wawasan psikoterapinya jelas tidak sepadan dengan seorang psikolog. Apabila *hypnocounselor* menemukan masalah patologis dalam diri klien hendaknya merujuk kepada psikolog atau psikiater yang dipercaya sekolah atau orang tua.⁴⁰

c) Kegunaan *hypnocounseling*

Dengan mempelajari *hypnocounseling*, konselor dapat membantu klien yang bermasalah secara lebih efektif. Masalah-masalah yang selama ini harus direferral ke psikolog atau psikiater bisa dengan mudah ditangani sendiri tanpa ada resiko yang berarti. Dengan *hypnocounseling*, konselor dapat mengantar klien

⁴⁰ *Ibid.*, hlm.19.

sampai pada solusi permasalahan, tidak hanya berhenti pada gundukan nasihat usang.⁴¹

Dari mempelajari *hypnotherapy* beberapa hal positif bisa didapatkan sekaligus untuk kepentingan pendidikan disekolah. Pertama: dengan mempelajari *hypnotherapy* posisi para guru konseling lebih jelas. Karena bukan tidak mungkin sekarang ini masih ada guru konseling beralih fungsinya sebagai seorang konselor di sekolah, seperti guru konseling di anggap cuma sebagai polisi sekolah dan melakukan pekerjaan sambilan sebagai tata usaha, atau petugas perpustakaan, karena banyak orang yang belum paham benar apa manfaat guru konseling dalam keseluruhan praktek persekolahan. Kedua, guru konseling bisa memberikan bantuan lebih nyata kepada klien untuk keluar dari permasalahannya. Ketika seorang konselor belajar *hypnotherapy*, maka konselor dapat memberikan bantuan langsung, berbicara dengan pikiran bawah sadar klien dan bisa membantu klien untuk keluar dari masalahnya.

3. Fungsi *hypnotherapy* dalam bimbingan dan konseling islami

Terapi bukan merupakan hal baru dalam dunia bimbingan dan konseling islami. Akan tetapi sampai sekarang memang belum banyak konselor khususnya di Indonesia yang menerima terapi sebagai alternatif

⁴¹ *Ibid.*, Hlm.25.

yang bisa digunakan dalam proses bimbingan dan konseling, begitu juga dengan eksistensi *hypnocounseling* di dalam bimbingan dan konseling. Dengan demikian maka dalam penelitian ini penting sekiranya mengetahui bagaimana posisi dan peran serta *hypnocounseling* sebagai metode terapi dalam bimbingan dan konseling islami terlebih dahulu.

Kedudukan *hypnocounseling* sendiri dalam bimbingan dan konseling islami, Profesi bimbingan dan konseling merupakan pelayanan dengan paradigma layanan bantuan yang bersifat pedagogis,⁴² psikologis dan spiritual(*religious*).⁴³ Dari sudut pandang pedagogis atau pendidikan, bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari tujuan pendidikan, sehingga apa yang menjadi tujuan pendidikan juga menjadi tujuan dari pelayanan bimbingan dan konseling itu sendiri.

Sementara dari sudut pandang psikologis, pelayanan bimbingan dan konseling berupa pelatihan-pelatihan dengan materi pengembangan dinamika pada kelompok, berpikir kritis dan kreatif yang dilakukan bersama dengan pihak-pihak lain. Adapun pelayanan bimbingan dan konseling yang bersifat spiritual adalah dengan program-program bimbingan dan konseling dalam bidang kesehatan mental dan penyembuhan penyakit jiwa yang pelaksanaannya dilakukan dengan menggunakan berbagai disiplin ilmu seperti kesehatan mental, psikoterapi,

⁴² Pedagogis: bersifat mendidik, lihat Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), hlm. 1035.

⁴³ Priyanto, dkk, *Pedoman Khusus Bimbingan dan Konseling*, (Departemen Pendidikan Nasional, 2004), hlm. 11.

faith healing (penyembuhan melalui keimanan) di sini peran konselor adalah sebagai fasilitator dan motivator untuk klien.⁴⁴

Hypnotherapy memiliki perbedaan dibandingkan dengan metode psikoterapi lain. Menurut Budi Sarwono *hypnotherapy* merupakan psikoterapi yang generik.⁴⁵ Yang harus diperhatikan oleh konselor adalah memahami batas-batas etika. Para terapis yang etis tidak menggunakan diagnosa atau prosedur-prosedur *treatment* yang berada di luar lingkup mereka.⁴⁶ Ukuran seorang konselor dan psikoterapis kapabel atau tidak menurut Gerald Corey bukan tergantung pada sertifikat yang ia miliki. Ini banyak ditemukan orang yang tidak memiliki keabsahan apapun untuk melakukan terapi tetapi justru bisa melakukan terapi dengan sangat efektif.

Berbagai literatur lama yang dikemukakan oleh Supriyadi dkk menyebutkan bahwa konseling dan psikoterapi dibedakan menjadi tiga kelompok besar, yaitu berdasarkan (1) tujuan, (2) klien, konselor dan penyelenggaranya dan (3) metode. Pendapat para ahli itu bisa diringkas dalam tabel berikut:⁴⁷

⁴⁴ *Ibid.*, hlm. 11.

⁴⁵ Generik: umum atau lazim, lihat Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2008), hlm. 440.

⁴⁶ Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling & psikoterapi*, Bandung: Refika Aditama, 2007

⁴⁷ Supriyadi T, Indrawati E. *Psikologi Konseling*, Semarang : Antari Cipta Sejati, 2005

Tabel 1.1: Konseling dan psikoterapi

Tujuan	KONSELING	PSIKOTERAPI
	Membantu klien menghadapi tugas tugas perkembangan Upaya pencegahan agar penyimpangan yang terjadi tidak merusak dirinya Bersangkut paut dengan pendidikan, pekerjaan atau karir (Hahn & Mac Lean) Bantuan kepada klien agar menumbuhkan identitas (Tyler:1961)	Penyembuhan Masalah kepribadian dan pengambilan keputusan Melakukan perubahan pada struktur dasar kepribadian
	Berhubungan dengan perilaku yang berkaitan dengan perannya Terkait dengan hal hal yang mempengaruhi perkembangan seseorang dan membawa seseorang pada situasi adekuat sesuai dengan perannya (Steffle & Grant 1972)	Berhubungan dengan konflik internal klien Usaha untuk mengubah struktur kepribadian
	<i>Developmental, educative, preventive</i> (Blocher: 1966)	<i>Remiditive, adjustive, therapeutic</i>
Klien, Konselor dan Penyelenggara	Menghadapi klien yang normal (Paterson 1973) Pallone (1977) Klien tidak digolongkan sebagai orang yang berpenyakit jiwa, tetapi orang yang bisa membuat keputusan sendiri dan bertanggungjawab atas keputusannya. Memusatkan perubahan tingkah laku tidak hanya pengertian	Menghadapi pasien neurosis atau psikosis
Metode	Diawali dengan <i>rapport</i> Berhubungan dengan kesadaran Lingkungan pendidikan dan non medis Berhubungan dengan kesadaran Metode pendidikan	Diawali dengan <i>rapport</i> Berhubungan dengan kesembuhan Lingkungan medis Berhubungan dengan ketidaksadaran Metode pendidikan

Pada dasarnya tujuan keduanya adalah sama yaitu untuk eksplorasi diri, pemahaman diri serta perubahan pada tindakan atau perilaku klien. Baik psikoterapi maupun bimbingan dan konseling sama-sama menekankan pada aspek perkembangan, bersifat *client centered* (berpusat pada klien), tanggungjawab klien serta pentingnya menjaga hubungan antara klien dengan konselor.

Jika dilihat dari sisi perbedaannya, psikoterapis lebih merujuk kepada bentuk pengobatan, penyembuhan dengan terapi psikologis. Sementara bimbingan dan konseling islami lebih fokus pada masalah, pengembangan, pendidikan dan pencegahan.⁴⁸ Maka di sini penulis dapat menyimpulkan bahwa konselor dan psikoterapis melakukan hal yang sedikit berbeda, dengan cara-cara yang hampir sama dan menggunakan pijakan teori yang sama.

Meskipun di Indonesia sampai saat ini belum ada asosiasi-asosiasi hinosis maupun ABKIN sebagai organisasi profesi konselor yang mengeluarkan aturan penggunaan *hypnocounseling* dalam bimbingan dan konseling islami, khususnya yang berkaitan dengan masalah-masalah sekolah. Namun di beberapa negara fakta tersebut berbeda. Di Amerika dan Eropa, sebuah organisasi APA (*The American Psychological Association*) yang menetapkan 19 aturan yang mengikat terapis dan konselor, di mana terapis dan konselor harus disiplin. Konselor dan psikoterapis di Inggris menyatu dalam asosiasi yang sama

⁴⁸ Andi mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2011), hlm. 18-20.

(*British Association for Counseling and psychotherapy*). Demikian juga di Australia, konselor dengan psikoterapis bersatu dalam wadah yang satu yang disebut *Psychotherapy & Counseling Federation of Australia*. Meskipun secara pelaksanaan keduanya berbeda, namun pada dasarnya keduanya menggunakan model model teoritik yang sama.⁴⁹

G. Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.⁵⁰ Oleh sebab itu, berikut ini akan dijelaskan beberapa hal terkait dengan metode yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) karena teknik pengumpulan datanya didasarkan pada teks-teks pustaka. Sesuai dengan pengertian penelitian kepustakaan yaitu usaha untuk memperoleh data yang diperlukan serta dalam menganalisis suatu permasalahan melalui sumber-sumber pustaka.⁵¹ Penelitian kepustakaan digunakan untuk memecahkan problem penelitian yang bersifat konseptual-teoritis. Secara sederhana penelitian kepustakaan adalah jenis

⁴⁹ R. Budi Sarwono, *Hypnocounseling*, hlm. 128.

⁵⁰ Sugiyono, *Metode kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 2.

⁵¹ Noeng Muhajir, *Metode Penulisan Kuantitatif*. (Yogyakarta: Rake Serasih, 1990), hlm.

penelitian yang berusaha menghimpun data penelitian dari khazanah literatur menjadi “dunia teks” sebagai objek utama analisisnya.⁵²

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, alasan atas pemilihan ini karena metode deskriptif kualitatif menggambarkan atau merumuskan semua data yang didapat dengan kata-kata atau kalimat yang dipisah-pisahkan menurut kategori yang dimaksudkan untuk memperoleh kesimpulan.⁵³ Teknik ini penulis gunakan untuk mendeskripsikan apa adanya mengenai metode *hypnocounseling* menurut R. Budi sarwono yang terdapat dalam sumber data primer, yang kemudian dianalisis relevansinya dengan Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Teknik pengumpulan data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi. Metode ini kami gunakan dengan cara menelaah secara langsung sumber data baik data primer maupun data sekunder baik yang berbentuk buku, artikel dan sebagainya yang relevan dengan pembahasan ini.

3. Sumber data

Yang dimaksud dengan sumber data penelitian adalah tempat darimana bukti atau data diperoleh.⁵⁴ Sedangkan dalam penelitian ini,

⁵² Tim Penyusun, *Panduan Penulisan Skripsi*, (Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2008), hlm.21

⁵³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penulisan Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1996), hlm.243

⁵⁴ Suharsimi Arikunto, *Penilaian dan Penulisan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Aditya Media, 2011), hlm.80.

sumber data yang dimaksud dibedakan menjadi dua, seperti yang diungkapkan oleh Suharsimi Arikunto yaitu:

a. Sumber data *primer*

Sumber data primer adalah data yang diperoleh langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengambilan data langsung pada subjek informasi yang di cari.⁵⁵ Adapun yang menjadi sumber data *primer* dalam penelitian ini adalah data yang bersumber dari teks buku *Hypnocounseling* karya R. Budi Sarwono.

b. Sumber data *sekunder*

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen grafis (table, catatan, notulen rapat, sms, dan lain-lain), foto, film, rekaman video, benda-benda dan lain-lain yang dapat memperkaya data primer.⁵⁶ Adapun yang menjadi sumber data sekunder yang mendukung kajian dalam penelitian ini antara lain dari *website hypnocounseling.org*, Corey Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Penerjemah E. Koeswara, Rafika aditama, 2005, Anunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Jakarta: UII press, 2001, serta sumber penunjang lainnya.

4. Metode analisis data

Menurut Muhadjir setelah proses pengumpulan data dilakukan, proses selanjutnya adalah melakukan analisis data. Analisis data adalah

⁵⁵ Saifuddin Azwar, *Metodologi Penulisan* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset, 2004), hlm. 91

⁵⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penulisan Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1996), hlm.22.

proses pengorganisasian data ke dalam kategori, pola dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.⁵⁷ Dalam penelitian ini, analisis data yang dipakai penulis menggunakan metode deskriptif analisis yaitu, suatu usaha untuk mengumpulkan data dan menyusun data kemudian dianalisis dan interpretasi atau penafsiran terhadap data tersebut.⁵⁸

Adapun metode yang digunakan dalam membahas sekaligus sebagai kerangka berfikir dalam analisis data kualitatif ini adalah metode analisis isi (*content analysis*), yaitu suatu penelitian untuk membuat inferensi-inferensi yang dapat ditiru (*reliable*) dan shahih dengan memperhatikan konteksnya.⁵⁹ Metode *content analysis* ini pun diartikan sebagai investigasi tekstual melalui analisis ilmiah terhadap isi pesan suatu komunikasi sebagaimana terungkap dalam media cetak koran atau buku.

Implementasi dari metode ini adalah membuat kesimpulan-kesimpulan dan beberapa konsep metode *hypnotherapy* yang kemudian dianalisis relevansinya dengan Bimbingan dan Konseling Islam.

Langkah-langkah yang digunakan dalam pengolahan data ini adalah :

1. Langkah deskriptif
2. Langkah interpretasi
3. Langkah analisis
4. Langkah pengambilan keputusan

⁵⁷Lexy J. Moleng, *Metode Penulisan Teori dan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hlm.109.

⁵⁸ Winarno Surakhmad, *Pengantar Penulisan Ilmiah Dasar Metode Teknik* (Bandung : Transito, 1998), hlm. 139

Adapun untuk menganalisis data kualitatif ini, penulis menggunakan pola berfikir induktif, yaitu berfikir dari fakta-fakta yang bersifat khusus, kemudian dari fakta-fakta peristiwa yang bersifat khusus itu ditarik generalisasi-generalisasi yang sifatnya umum.⁶⁰ Dalam penyusunan teori disini berasal dari bawah ke atas yaitu dari sejumlah bagian yang banyak data yang dikumpulkan dan saling berhubungan.⁶¹

Selain itu pola pikir yang digunakan adalah pola berpikir komparatif, yaitu dengan membandingkan antara satu pendapat dengan pendapat lainnya tentang suatu masalah atau membandingkan teori yang sudah ada dengan hasil penelitian.

Dalam hal ini, penulis mencoba membandingkan konsep metode *hypnocounseling* . Dan dari hasil komparasi ini, diharapkan ada hasil relevansi antara metode *hypnocounseling* dengan Bimbingan dan Konseling Islam.

Adapun penelitian ini, model analisis data yang digunakan adalah dengan model Miles *and* Huberman yaitu *interactive model*, yang komponen kerjanya meliputi *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), *conclusion drawing/ verification*.⁶²

5. Pengecekan keabsahan data

Pada penelitian kualitatif untuk membuktikan validitas data dikenal dengan istilah kredibilitas. Fungsi dari kredibilitas adalah melaksanakan

⁶⁰Klaus Krippendorft, *Analisis Isi Pengantar Teori dan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta,1991),hlm.36.

⁶¹Lexy J. Moleong, *Metodologi Penulisan Kualitatif*, hlm.6.

⁶² Sugiyono, *Metode Penulisan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 246-252

inkuiri secara mendalam sehingga tingkat kepercayaan penemuan dapat dicapai, menunjukkan derajat kepercayaan dari hasil-hasil pertemuan.⁶³

Metode ini digunakan untuk mendapatkan data yang dapat di pertanggungjawabkan keabsahannya secara ilmiah, oleh sebab itu data-data yang telah terkumpul lalu dilakukan pemeriksaan keabsahannya. Teknik yang digunakan dalam rangka menguji keabsahan data tersebut adalah teknik triangulasi yaitu penulis membandingkan data yang diperoleh dari beberapa sumber tentang data yang sama.⁶⁴ Adapun data-data yang dilakukan pengecekan ulang terkait keabsahannya adalah dengan membandingkan data hasil dokumentasi.

6. Sistematika pembahasan

Agar dalam penelitian dan pembahasan skripsi ini mudah untuk dibaca dan dipahami sebagaimana prosedur penelitian skripsi, maka penulis menyusun sistematika pembahasan sebagai berikut:

BAB I: Berisi pendahuluan yang terdiri dari: penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II: Berisi biografi R. Budi Sarwono, Karya-karya R. Budi Sarwono dan sinopsis buku Hypnocounseling “Merangkai Kembali Sayap-Sayap Patah Pendidikan Kita”.

⁶³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penulisan Kualitatif*, edisi revisi,.... hlm. 326.

⁶⁴ H Moh Kasiram, *Metodologi Penulisan Kuantitatif-Kualitaitaif* (Malang: UIN Maliki Press, 2008), hlm. 294.

BAB III: Difokuskan pada pengkajian secara teoritis tentang bagaimana konsep metode *hypnocounseling* menurut R. Budi Sarwono dan bagaimana relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islam.

BAB IV: Penutup yang berisi tentang kesimpulan dan saran-saran yang diperoleh berdasarkan data yang telah dianalisis sesuai hasil dari penelitian.



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis tentang konsep metode *hypnocounseling* menurut R. Budi Sarwono dalam buku *hypnocounseling* dan relevansinya untuk Bimbingan dan Konseling Islami, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Konsep metode *hypnocounseling* menurut R. Budi Sarwono dalam buku *hypnocounseling* yaitu suatu konsep dalam proses konseling lewat pendekatan sugestif-psikologis. Seperti yang dijelaskan, konsep dalam *hypnocounseling* menilai *hypnosis* adalah proses pembelajaran kognisi yang memanfaatkan pikiran bawah sadar dalam membantu menyelesaikan permasalahan klien, maka, *hypnocounseling* merupakan model konseling dengan memanfaatkan kondisi *hypnosis* dalam membantu permasalahan klien. Dalam proses *hypnocounseling*, orang secara menyadari menginginkan perubahan itu dan melakukan pernyataan siap untuk dibantu melalui *hypnosis*. Artinya, peran dari konselor yang menggunakan *hypnocounseling* hanya sebagai fasilitator. Proses *hypnocounseling* dilakukan dengan langkah-langkah meliputi *pre induction interview*, *induction* (induksi), *deepening*, *affirmation* dan diakhiri dengan *termination* (terminasi).

Sementara fungsi *hypnocounseling* di dalam bimbingan dan konseling islami yaitu untuk membentuk pola gambar positif dan merubah pola-pola

kebiasaan negatif dalam pikiran bawah sadar klien. Adapun nilai-nilai agama Islam disampaikan dengan teknik-teknik sederhana seperti; mengucapkan salam, berjabat tangan, memberikan jamuan kepada tamu yaitu klien, konsep jiwa pemenang sebagai *uswatun khasanah*, membiasakan berdo'a dan bersyukur kepada Tuhan (Allah), melalui sugesti-sugesti yang diberikan, dan masih banyak lagi.

2. Relevansi *hypnocounseling* dengan bimbingan dan konseling islam dapat dilihat dari hubungan ataupun keterkaitannya dengan komponen-komponen bimbingan dan konseling islam sebagai berikut :
 - a. Proses atau pelayanan Bimbingan dan konseling islam dengan menggunakan pendekatan *hypnocounseling* untuk meningkatkan efektifitas dalam pencapaian tujuan bimbingan dan konseling islam, guna mensejahterakan hidup di dunia dan akhirat berdasar konsep Islam.
 - b. Metode *hypnocounseling* dan bimbingan dan konseling islam pada dasarnya memiliki tujuan yang sama yaitu semua bermuara pada satu visi misi yang sama, yaitu meningkatkan kualitas proses bimbingan dan konseling islam.

Penerapan metode *hypnocounseling* juga dapat digunakan dalam bimbingan dan konseling islam. Dengan catatan 1) dilakukan oleh seorang *hypnocounselor* yang profesional, dan memiliki keteladanan yang baik 2) pesan yang disampaikan tidak keluar dari syariat islam dan sesuai dengan nilai-nilai agama.

B. Saran

Setelah dilakukan penelitian lebih jauh terkait dengan metode *hypnocounseling* menurut R. Budi sarwono dan relevansinya untuk bimbingan dan konseling islami, selanjutnya penulis merasa perlu menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Kepada R. Budi sarwono hendaklah terus maju demi mencerdaskan bangsa, meng-*cover* nilai-nilai moral bangsa yang mulai terdistorsi oleh pengaruh budaya global serta untuk berkontribusi secara aktif demi mewujudkan cita-cita pendidikan nasional.
2. Kepada pihak jurusan Bimbingan dan Konseling Islam fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga, maka sangat perlu kiranya pembekalan dan keterampilan-keterampilan terapi di dalam layanan bimbingan dan konseling islami dikuasai oleh mahasiswa-mahasiswi, sebagai para calon konselor Islam dalam membantu berbagai masalah-masalah remaja, keluarga dan masyarakat secara umum.
3. Kepada para orang tua, hendaknya terus belajar sehingga mampu memahami, membina, membimbing dan mendidik anak-anak dengan baik dan tepat. Karena peran keluarga adalah sebagai gerbang dalam mengawal masa depan anak-anak bangsa.
4. Kepada para Guru. Guru adalah pahlawan bangsa, sehingga karakter seorang guru haruslah dapat menjadi contoh bukan sekedar memberi contoh kepada klien-siswi. Kepiawaian guru dalam menganalisis

problematika siswa dan siswi adalah modal mutlak yang harus dimiliki, sehingga pendidikan bangsa akan dapat berhasil dengan baik.

5. Kepada penulis selanjutnya yang hendak mengkaji lebih jauh terkait *hypnotherapy* dalam bimbingan dan konseling baik secara umum maupun dalam perspektif islami. Penulis menganjurkan untuk dapat menjelaskan secara gamblang bagaimana posisi *hypnotherapy* jika dipadukan dengan bimbingan dan konseling.

Kedua penulis juga mengharapkan untuk dilakukan penelitian lain terkait dengan keefektifitasan *hypnotherapy* dalam bimbingan dan konseling.

Karena penulis menyadari di dalam penelitian ini belum dapat menjelaskan seberapa besar peran dan keefektifitasan *hypnotherapy* itu sendiri jika diterapkan dalam proses bimbingan dan konseling islami.

C. Penutup

Alhamdulillah, dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT. yang telah menganugerahkan rahmat dan pikiran kepada manusia, sehingga pada akhirnya penelitian ini dapat diselesaikan. Penulis menyadari bahwa dalam penelitian ini masih banyak kekurangan baik dari sisi penelitian, penyusunan, maupun dari yang lain masih sangat membutuhkan evaluasi lebih lanjut. Meskipun demikian, penulis berharap ini dapat memberi kontribusi positif khususnya kepada pihak-pihak yang telah disebutkan diatas dan kepada para pembaca pada umumnya.

Tidak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberi andil terhadap penelitian dalam skripsi ini. Semoga

segala bentuk yang diberikan menjadi berkah untuk bangsa Indonesia ke depan menjadi lebih baik. Amin...



DAFTAR PUSTAKA

- Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami Teori dan Praktik*, Semarang: Widya Karya, 2008.
- Abdul Cholid Dahlan, *Bimbingan Dan Konseling Islami*, Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009.
- Adi W. Gunawan, *Hypnoterapy For Children*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama 2010.
- Anton Bakker, *Metode-Metode Filsafat*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1986.
- Araoz, Daniel L. (1979). *Hypnocounseling*. Published by Department of Counseling Long Island University. Terdapat di www.eric.go.id
- C. Roy Hunter MS, CHt, *Seni Hipnosis Penguasaan Teknik-Teknik Dasar*, Jakarta: PT Indeks, 2011.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling & psikoterapi*, Bandung: Refika Aditama, 2007.
- Dra. Hallen A, M.Pd., *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Quantum Teaching, 2005.
- Erhamwilda, *Konseling Islami*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009.
- Hisyam A. Fachri, *The Real Art of Hypnosis* , Jakarta: Gagasmedia, 2009
- Iwan Ketan dan Fadli Nur Haq, Mini Ebook: *Fenomena Hipnotis: Menguak Fakta di Balik Mitos*.
- Indonesian Hypnocounseling Association, "*Hypnocounseling: ilmu atau ngelmu? *Disampaikan dalam seminar nasional Hypnocounseling, dalam rangka Dies Natalis USD Yogyakarta Desember 2011*," <http://hypnocounseling.org/?p=83>, diakses pada 15 September 2013.
- Indra Majid, E-Book: *Pemahaman Dasar Hipnosis*, (www.indramajid.com).

- Indra Majid, E-Book : *Mengenal Hypnosis Modern*. (www. Indramajid.com).
- Ira Adelina, dkk., “Penerapan Hipnoterapi untuk Menurunkan Berat Badan”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Arkhe*, Th.15/No.1, April, 2010.
- Kartadinata, Sunaryo. *Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Paedagogis*. Bandung : UPI Press, 2011.
- Ketut Sukardi, *Dasar-dasar Bimbingan penyuluhan di Sekolah*, Surabaya: Usaha Nasional, 1993.
- Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, terj. Sari Narulita, Jakarta: gema Insani, 2005.
- M. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan Dan Penyuluhan Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976.
- Noeng Muhajir, *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Rake Serasih, 1990.
- R Budi Sarwono, *Hypnocounseling Merangkai Kembali Sayap-Sayap Patah Pendidikan Kita*, Yogyakarta : Kanisius, 2011.
- R. Budi Sarwono, “Hypnocounseling: Ilmu atau ngelmu ?” http://hypnocounseling.org/?page_id=16 , diakses pada 07 November 2013.
- Richard Nelson-Jones, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, terj. Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyani Soetjipto, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2011.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1996.
- Suharsimi Arikunto, *Penilaian dan Penelitian dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Aditya Media, 2011.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2009.
- Supriyadi T, Indrawati E. *Psikologi Konseling*, Semarang : Antari Cipta Sejati, 2005.

- Sofyan S. Willis, *Koseling Keluarga*, Bandung: Alfabeta, 2009.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, 2007, Jakarta: Rajawali Pers.
- Thahari Mustamar (ed.), *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Press, 1992.
- Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan bimbingan Konseling*, Jakarta: Grafindo Persada, 2012.
- Tim Penyusun, *Panduan Penelitian Skripsi*, Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2008.
- W. S Winkel dan M. M. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Yogyakarta: Media Abadi, 2007.
- Willy Wong, *Membongkar Rahasia Hipnosis*, Jakarta: Visimedia, 2010.
- Yadi Purwanto, "Hipnotisme dan Ketidaksadaran: Perdebatan awal dalam Psikologi Islam", *Jurnal Psikologi*, Vol. III, No. 2 (Desember, 2010).
- Zainul Anwar zainul, "Hipnotis: Sebuah Pengantar Hipnoterapi" <http://zainulanwar.staff.umm.ac.id/2010/07/16/295/-1/2/>, diakses pada 14 September 2013.
- Zaenuddin Fananie, *Telaah Sastra*, Surakarta: UMS Press, 2003.

LAMPIRAN

CURICULUM VITAE



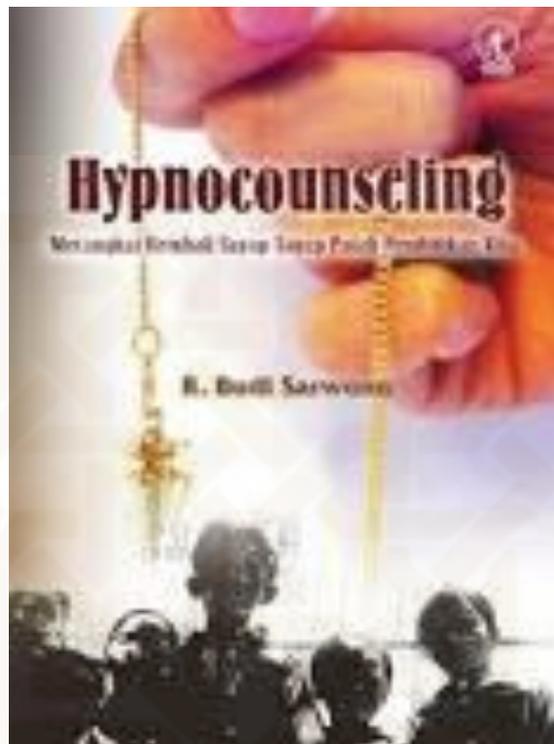
A. Identitas Diri

Nama : Irfan Husni Fuadi
Tempat/Tgl. Lahir : Pacitan, 19 September 1990
Alamat : Dsn. Klepu Krajan, Ds. Klepu, Kec. Donorojo,
Kab. Pacitan, Jawa Timur
Nama Ayah : Tusino
Nama Ibu : Fadillah

B. Riwayat pendidikan

1. SD N Klepu I, Tahun Lulus 2003
2. SMP N 1 Punung, Tahun Lulus 2006
3. MAN Pacitan, Tahun Lulus 2009

Data Buku



Judul : HYPNOCOUNSEING MERANGKAI KEMBALI
SAYAP-SAYAP PATAH PENDIDIKAN KITA

ISBN : 978-979-21-3138-3

Pengarang : R. BUDI SARWONO

Penerbit : PENERBIT KANISIUS

Edisi Ke : 3

Jumlah Halaman :182