

## BAB II

### KAJIAN KEPUSTAKAAN

Kajian pustaka atau kajian kepustakaan berarti peninjauan kembali pustaka-pustaka yang terkait (*review of Related literature*). Mc Millan dan Schumacher menyatakan bahwa tujuan kepustakaan yang interpretatif adalah yang berbentuk sebuah rangkuman dan sintesis dari daftar-daftar kepustakaan yang relevan dengan masalah yang akan dibahas.<sup>1</sup>

#### A. Penelitian Terdahulu

Dalam bagian ini peneliti akan mencantumkan hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan. Dengan melakukan langkah ini, maka akan dapat dilihat sampai sejauh mana orisinalitas posisi penelitian yang hendak dilakukan. Dalam hal ini peneliti mencantumkan hasil penelitian terdahulu yang ditulis oleh beberapa peneliti terdahulu, yaitu:

- a. Windarti (2015) dalam *skripsinya* di Universitas Singaperbangsa Karawang yang berjudul “Metode Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di SMP Negeri 2 Cilamaya Wetan Kabupaten Karawang”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dalam penelitian tersebut memperoleh kesimpulan bahwa metode Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kenakalan siswa memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap

---

<sup>1</sup> Tukiran Taniredja dan Hidayati Mustafidah, *Penelitian Kuantitatif: Sebuah Pengantar*, (Bandung:Alfabeta, 2011),20

peningkatan kualitas pendidikan di SMP Negeri 2 Cilamaya Wetan Kabupaten Karawang.<sup>2</sup>

Persamaan dalam penelitian ini sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini peneliti terdahulu lebih memfokuskan pada metode Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi Kenakalan siswa, sedangkan peneliti menggunakan metode *Hypnotherapy*.

- b. Anis Afriani (2015) dalam *skripsinya* di Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Wali Songo Semarang. yang berjudul “Pengaruh *Hypnotherapy* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas 5 SD Negeri Purwoyoso 02, Ngaliyan Semarang”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan data yang digunakan analisa kualitatif Deskriptif.<sup>3</sup> Dalam penelitian tersebut memperoleh kesimpulan bahwa *Hypnotherapy* sangat berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Siswa di SD Negeri Purwoyoso 02 Ngaliyan Semarang.

Persamaan dalam penelitian ini sama-sama menggunakan Metode *Hypnotherapy* dan pendekatan kualitatif, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu peneliti terdahulu lebih menekankan metode *Hypnotherapy* terhadap Motivasi belajar siswa, sedangkan peneliti lebih menekankan metode *Hypnotherapy* dalam menangani Kenakalan remaja.

---

<sup>2</sup>Windarti. *Metode Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di SMP Negeri 2 Cilamaya Wetan* (Kabupaten Karawang, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga: Yogyakarta), 2015.

<sup>3</sup>Anis Afriani. *Pengaruh Hypnotherapi Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas 5 SDN Purwoyoso 02 Ngaliyan Semarang*, (Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang: 2015).

c. Nur Wahida (2011) dalam *Skripsinya* di Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan. dengan judul “Pengaruh *Hypnotherapy* Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia. Degenerasi persendian dan tulang pada lansia menyebabkan terjadinya nyeri, nyeri memiliki dampak yang besar terhadap kualitas hidup. Nyeri memerlukan penanganan yang spesifik salah satunya dengan *Hypnotherapy*.<sup>4</sup> Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode kualitatif dengan mengumpulkan data melalui wawancara dan observasi.

Persamaan dalam penelitian ini sama-sama menggunakan Metode *Hypnotherapy*, sedangkan perbedaan dengan penelitian tersebut peneliti terdahulu lebih memfokuskan pada *Hypnotherapy* terhadap nyeri sendi, sedangkan pada penelitian ini lebih menekankan Metode *Hypnotherapy* dalam menangani kenakalan remaja.

Dari beberapa penelitian sebelumnya yang terkait dengan pembahasan yang akan dikaji dalam penelitian ini, terdapat kesamaan dalam hal pembahasan akan tetapi pembahasan itu hanya pada satu variabel saja yaitu *Hypnotherapy*. Sedangkan kaitannya dengan variabel kenakalan remaja belum pernah ada yang meneliti. Sehingga penelitian ini memiliki posisi yang sangat layak untuk diteliti.

---

<sup>4</sup> Nur Wahida, *Pengaruh Hypnotherapi Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia*, (Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas Ilmu Kesehatan: 2011).

Tabel 1.1

## Persamaan dan Perbedaan dengan Kajian Terdahulu

No	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan	Hasil Penelitian
1	Metode Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di SMP Negeri 2 Cilamaya Wetan Kabupaten Karawang	Metode Penelitian dan Jenis Penelitian sama-sama menggunakan kualitatif deskriptif	Penelitian terdahulu lebih memfokuskan pada metode Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi Kenakalan siswa, sedangkan peneliti menangani kenakalan siswa atau remaja menggunakan metode <i>Hypnotherapy</i>	dalam penelitian tersebut memperoleh kesimpulan bahwa metode Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kenakalan siswa memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap peningkatan kualitas pendidikan

	Tahun Pelajaran 2014/2015.			
2.	Pengaruh <i>Hypnothera</i> <i>py</i> Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas 5 SD Negeri Purwoyoso 02, Ngaliyan Semarang Tahun Pelajaran 2014/2015.	Metode Penelitian, Jenis Penelitian, dan sama- sama menggunak an metode <i>Hypnothera</i> <i>py</i>	dalam penelitian ini yaitu peneliti terdahulu lebih menekankan metode <i>Hypnotherapy</i> terhadap Motivasi belajar siswa, sedangkan peneliti lebih menekankan metode <i>Hypnotherapy</i> dalam menangani Kenakalan remaja	Dalam penelitian ini memperoleh kesimpulan bahwa <i>Hypnotherapy</i> sangat berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Siswa di SD Negeri Purwoyoso 02 Ngaliyan Semarang
3.	Pengaruh <i>Hypnothera</i> <i>py</i> Terhadap Nyeri Sendi	sama-sama menggunak an Metode <i>Hypnothera</i>	penelitian tersebut peneliti terdahulu lebih memfokuskan pada <i>Hypnotherapy</i>	Degenerasi persendian dan tulang pada lansia menyebabkan terjadinya nyeri, nyeri memiliki

	Pada Lansia Tahun 2010/2011.	<i>py</i>	terhadap nyeri sendi, sedangkan pada penelitian ini lebih menekankan Metode Hypnotherapy dalam menangani kenakalan remaja	dampak yang besar terhadap kualitas hidup. Nyeri memerlukan penanganan yang spesifik salah satunya dengan <i>Hypnotherapy</i>
--	------------------------------------	-----------	---	--

## B. Kajian Teori

Bagian ini berisi tentang pembahasan teori yang disajikan sebagai perspektif dalam melakukan penelitian. Pembahasan teori secara lebih luas dan mendalam akan semakin memperdalam wawasan peneliti dalam mengkaji permasalahan yang hendak dipecahkan sesuai dengan rumusan masalah dan fokus kajian.<sup>5</sup> Berbeda dengan penelitian Kuantitatif, posisi teori dalam penelitian kualitatif diletakkan sebagai perspektif, bukan untuk dikaji.

### a. Metode *Hypnotherapy*

#### 1) Pengertian Metode *Hypnotherapy*

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, “Metode adalah cara teratur yang digunakan untuk melaksanakan suatu pekerjaan agar tercapai sesuai

<sup>5</sup> Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, 53

dengan yang dikehendaki. Cara kerja yang sistematis untuk memudahkan suatu pelaksanaan suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan”.<sup>6</sup>

*Hypnotherapy*, sesuai dengan namanya adalah terapi yang menggunakan *hypnosis* sebagai sarana untuk menjangkau pikiran bawah sadar klien. Karena yang diotak-atik adalah pikiran, terapis perlu mengetahui teori mengenai pikiran dan cara kerjanya.<sup>7</sup>

Jadi dapat disimpulkan bahwa pengertian metode *Hypnotherapy* adalah cara yang digunakan untuk melakukan suatu pekerjaan dengan menjangkau pikiran alam bawah sadar manusia dengan mengotak-atik pikiran manusia.

Menurut Adi W Gunawan Manusia mempunyai dua macam pikiran, yaitu pikiran sadar dan bawah sadar. Peran dan pengaruh pikiran sadar terhadap diri kita adalah sebesar 12%, sedangkan pikiran bawah sadar mencapai 88%. Pikiran sadar dan bawah sadar sebenarnya saling mempengaruhi dan bekerja dengan kecepatan yang sangat tinggi.<sup>8</sup>

Pikiran sadar mempunyai empat fungsi spesifik, yaitu:<sup>9</sup>

a) Mengidentifikasi informasi yang masuk

<sup>6</sup> Armai Arief, *Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam* (Jakarta: Ciputat Press Depdikbud, 2002), 704.

<sup>7</sup> Adi W. Gunawan, *Hypnotherapy The Art Of Subconscious Restructuring* (Jakarta: PT. Gramedia Building, 2009), 17.

<sup>8</sup> *Ibid.*, 17.

<sup>9</sup> *Ibid.*, Hypnotherapy, 17.

Informasi ini diterima melalui pancaindera-penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecap, sentuhan atau perasaan.

b) Membandingkan

Informasi yang masuk dibandingkan dengan *database* (referensi, pengalaman, dan segala informasi) yang berada di pikiran bawah sadar.

c) Menganalisis

d) Dan memutuskan

Pikiran bawah sadar mempunyai fungsi atau menyimpan hal-hal berikut:<sup>10</sup>

a) Kebiasaan buruk (baik, buruk dan refleks)

Kebiasaan baik bersifat positif dan produktif.

Kebiasaan buruk bersifat negative dan desktruktif, seperti merokok, makan secara berlebihan, dan lain-lain.

Kebiasaan refleks antara lain dapat dilihat pada aktiviitas seperti secara otomatis menutup pintu setelah membukanya, menutup mulut saat batuk dan bersin.

b) Emosi

---

<sup>10</sup>*Ibid.*, *Hypnotherapy*, 18.



Bagaimana perasaan kita mengenai suatu keadaan, hal-hal tertentu, dan terhadap orang lain.

c) Memori jangka panjang

Memori jangka panjang adalah tempat penyimpanan informasi yang bersifat permanen.

Ada memori yang tidak dapat diingat dalam kondisi sadar, tetapi dapat dimunculkan kembali dengan bantuan hypnosis.

d) Kepribadian

Kepribadian adalah karakteristik individual kita dalam berhubungan dengan orang lain dan dengan lingkungan yang kita jumpai sehari-hari.

e) Intuisi

Intuisi adalah perasaan mengetahui sesuatu secara instingtif. Berhubungan dengan spiritual/ metafisik.

f) Kreativitas

Kreativitas adalah kemampuan kita untuk mewujudkan visi, pemikiran, dan impian menjadi kenyataan.

g) Persepsi

Persepsi adalah bagaimana kita melihat dunia menurut “kacamata” kita.

h) Belief dan Value

Belief atau kepercayaan adalah segala sesuatu yang kita yakini sebagai hal yang benar. Sedangkan value atau nilai adalah segala sesuatu yang

kita pandang sebagai hal penting. Kedua hal ini sama seperti program di computer. Jika programnya canggih, sehat, dan tidak terinfeksi virus, kinerja computer pun akan bagus. Demikian pula dengan belief dan value.

## 2) Teknik Metode *Hypnotherapy*

Adapun perencanaan pada metode *Hypnotherapy* yaitu dapat menggunakan beberapa metode, dimana didalam metode terdapat beberapa teknik dasar. Menurut Adi W Gunawan ada beberapa Teknik Metode *Hypnotherapy*:<sup>11</sup>

### a.) **Induksi**

Untuk membantu klien masuk ke dalam kondisi *trance*, terapis melakukan induksi. Agar induksinya efektif, terapis harus mengerti tipe sugestibilitas klien. Ada yang bertipe *physical*, *emotional*, dan *intellectual*.<sup>12</sup>

Klien yang bertipe *physical* sangat baik dalam merespon sugesti dan induksi yang bersifat langsung (*direct*) dan berhubungan dengan fisik mereka. klien yang bertipe *emotional* hanya akan member respon bila induksi yang diberikan bersifat tidak langsung (*indirect*) dan menyentuh aspek emosi. Sedangkan yang bersifat *intellectual*

---

<sup>11</sup>*Ibid.*, *Hypnotherapy*, 91.

<sup>12</sup>Adi W. Gunawan, *Hypnotherapy The Art Of Subconscious Restructuring*, (Jakarta: PT. Gramedia Building, 2009), 91.

hanya akan merespon sugesti atau induksi yang bisa memuaskan pikiran logis mereka.

Sekian banyak teknik induksi dapat dikelompokkan dalam enam teknik dasar. Setiap induksi yang ada saat ini menggunakan satu atau beberapa teknik dasar sekaligus. Bila ingin memperdalamnya, anda dapat membaca buku-buku tentang teknis induksi yang disebutkan dalam bibliografi buku ini.

Cara yang tepat untuk mempelajari teknik induksi adalah memahami bagaimana teknik itu bekerja, bukan sekedar menghafal *scrip-nya*. Bila menguasai teknik-teknik dasar induksi dengan baik, anda akan dapat menguasai variasinya dengan mudah. Bahkan, bila perlu anda dapat menggabungkan teknik-teknik dasar ini untuk menghasilkan teknik lain sesuai kebutuhan anda.

Enam teknik dasar itu adalah:<sup>13</sup>

(1) ***Eye Fixation*** (Fiksasi Mata)

Dengan fiksasi mata, klien diminta untuk menatap dengan pandangan yang terfokus pada suatu objek. Objek yang digunakan bisa berupa satu titik pandang, cahaya lilin, ujung jari kelingking, atau apa saja sehingga mata akan lelah bila memandangnya dengan terfokus. Teknik ini bertujuan untuk membuat pikiran bawah sadar menjadi bosan dan lengah.

---

<sup>13</sup>Ibid, 92.

**(2) *Relaxion or Fatigue of Nervous System* (Relaksasi atau Kelelahan Sistem Saraf)**

Semua teknik induksi yang meminta klien untuk rileks secara fisik dan mental dengan mata tertutup, menggunakan relaksasi sebagai dasar induksi, termasuk teknik relaksasi progresif dan induksi Ericksonian yang menggunakan cerita.

Relaksasi progresif adalah relaksasi fisik yang sistematis, dimulai dari bagian atas tubuh (misalnya dari kepala kemudian turun ke kaki, atau bisa juga dilakukan dari arah sebaliknya) yang disertai dengan sugesti atau visualisasi untuk memperdalam kondisi rileks. Relaksasi dapat diulangi sampai tubuh dan pikiran benar-benar rileks sehingga dapat menghasilkan kondisi trance yang diinginkan.

Sedangkan induksi Eriksonian adalah bentuk hypnosis yang menggunakan metafora dan kondisi fisik klien saat relaksasi sebagai masukan agar klien dapat masuk ke dalam kondisi trance. Misalnya: “Dan saya melihat nafas anda semakin lambat dan berat. Itu berarti anda semakin masuk ke dalam kondisi rileks yang dalam”.

### **(3) *Mental Confusion* (Membingungkan *Pikiran*)**

Teknik ini dirancang untuk membingungkan dan membuat pikiran sadar lengah sehingga klien dapat masuk ke dalam kondisi *trance*. Saat sibuk memikirkan makna dari apa yang diucapkan atau dilakukan oleh terapis, pikiran sadar menjadi lengah. Dengan demikian, terapis dapat member memberikan sugesti yang langsung masuk ke pikiran bawah sadar. Cara lain adalah memberikan banyak input secara bersamaan sehingga pikiran sadar tidak sanggup mengatasi banjir informasi (*information overload*).

### **(4) *Mental Misdirection* (Menyesatkan *Pikiran*)**

Ini adalah teknik induksi yang menggunakan respon fisik tertentu terhadap sesuatu yang di imajinasikan. Teknik ini menggunakan uji sugestibilitas sebagai sarana untuk membawa klien masuk ke dalam kondisi hipnosis. Contohnya adalah teknik *eye catalepsy*, yaitu meminta klien untuk menutup mata dan menggerakkan bola mata ke atas, ke arah ubun-ubun.

Selanjutnya klien di sugesti bahwa ia tidak dapat membuka matanya, dan pada saat itu juga klien merasa telah masuk ke dalam kondisi *hypnosis*. Jika klien dapat membuka matanya,

terapis harus segera menggunakan tehnik lain tanpa perlu menjelaskan apa yang telah terjadi.

**(5) *Loss of Equilibrium (Kehilangan Keseimbangan)***

Ini adalah tehnik yang dilakukan sambil menggerakkan atau sebagian atau seluruh tubuh klien. Para ibu sering menggunakan tehnik ini saat mengayun-ayun anaknya agar tidur. Contoh lain adalah orang yang duduk di kursi goyang. Dengan menggoyang-goyangkan kursinya, ia akan semakin rileks dan akhirnya tertidur.

**(6) *Shock to Nervous System (Kejutan pada Sistem Saraf)***

Ada dua cara untuk secara cepat mengalihkan pengawasan pikiran sadar terhadap gerbang bawah sadar, pikiran bawah sadar akan dapat diakses dengan cepat dan leluasa. Cara pertama adalah membuat pikiran sadar menjadi bosan, yang kedua adalah membuat pikiran sadar “kaget”. Caranya adalah memberikan kejutan yang tidak disangka-sangka sehingga pikiran sadar menjadi bingung untuk sesaat karena berusaha mencari makna dari kejadian itu. Pada saat pikiran sadar “kaget”, gerbang bawah sadar terbuka untuk sesaat, karena penjaganya sedang lengah. Pada saat itulah, sugesti yang dimasukkan bisa berupa perintah bawah

sadar. Sugesti yang dimaksudkan bisa berupa perintah agar klien menjadi rileks, atau tidur.

Jadi keenam teknik induksi di atas terapis di SMA Negeri 1 Besuki hanya menggunakan 3 teknik yaitu *Eye Fixation* (Fiksasi mata), *Relaxion or Fatigue of Nervous System* (Relaksasi atau Kelelahan Sistem Saraf) dan *Shock to Nervous System* (Kejutan pada Sistem Saraf).

#### **b.) Deepening**

Deepening sangat tergantung pada teknik terapi yang digunakan, ada teknik yang tidak mengharuskan klien masuk ke kondisi trance yang dalam. Jadi, dalam kondisi *light trance*, terapi sudah bisa dilakukan. Namun ada teknik yang baru bisa bekerja secara optimal apabila klien berada dalam kondisi *deep trance*. Dalam hal ini, terapis harus mampu membimbing dan membantu klien masuk ke dalaman trance yang sesuai agar dapat dicapai hasil terapi yang optimal.

Menurut Adi W Gunawan dalam bukunya yang berjudul *Hypnotherapy The Art Of Subconscious Restructuring* Teknik deepening yang umum digunakan ada 10 yaitu:<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> Adi W. Gunawan, *Hypnotherapi The Art Of Subconscious Restructuring* (Jakarta: PT. Gramedia Building, 2009), 125.

**(1) Menghitung turun**

Terapis akan menghitung turun dari 10 ke 1. Pada setiap hitungan turun, anda menjadi dua kali lebih rileks dari hitungan sebelumnya. Semakin turun, anda akan semakin rileks. Setiap hitungan turun membuat anda dua kali lebih rileks dari hitungan sebelumnya dimulai dari angka 10 hingga 1 dihitung mundur.

**(2) Menuruni tangga**

Terapis akan menghitung 1 sampai 3, dan pada hitungan ketiga klien akan berada di lantai dua dari sebuah rumah, dan anda berada di bibir tangga di lantai dua, menuju ke lantai satu, tangga tersebut memiliki 10 anak tangga. Terapis harus memastikan bahwa klien telah melihat tangga yang dimaksud sampai klien benar-benar rileks.

**(3) *The Elevator* (turun dengan lift)**

Sebelum menggunakan teknik deepening ini, terapis harus memastikan bahwa klien tidak phobia terhadap lift.

**(4) *The Hallway* (lorong)**

*Trance* akan semakin dalam bila klien diminta untuk membayangkan melewati lorong atau koridor yang sempit.



Semakin jauh menyusurnya, akan semakin dalam trance yang dialami oleh klien.

**(5) *Head Down***

Teknik ini menggunakan respon fisik klien sebagai sarana untuk memasukkan sugesti.

**(6) *Fractionation***

Dalam teknik ini, terapis meminta klien yang sudah menutup mata dan berada dalam kondisi trance untuk membuka mata sejenak, lalu menutup mata lagi. Saat klien menutup mata dan masuk kembali ke kondisi trance, kondisi trance yang dialaminya cenderung menjadi lebih daripada sebelumnya.

**(7) *Menjatuhkan tangan ke pangkuan***

Dalam teknik ini, terapis mengangkat tangan klien sekitar 10 atau 15 cm di atas paha klien, lalu menjatuhkannya sambil memberikan sugesti. Caranya, terapis mengangkat dengan memegang pergelangan tangan klien.

Sugesti diulangi hingga tiga kali untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Setelah itu, perhatikan kondisi fisik klien. Bila perlu, ulangi teknik itu sekali atau dua kali lagi untuk membuat klien masuk ke level kedalaman trance yang diinginkan.

### **(8) Menggunakan *Anchor* dan *Conditioning***

Anchor dan conditioning ini dilakukan agar pada sesi terapi berikutnya kita dapat membawa klien kembali masuk ke kedalaman trance yang berhasil dicapai pada sesi pertama dengan mudah. Caranya setelah berhasil dibimbing ke kedalaman trance yang kita inginkan, katakanlah kepada klien, “lebih dalam”.

Selanjutnya pasang anchor dengan berkata:

“saat saya menekan pundak anda seperti ini, anda akan langsung masuk ke kedalaman trance seperti sekarang ini”.

### **(9) Pemandangan alam**

Teknik ini memperdalam tingkat trance dengan memberikan waktu kepada klien untuk menikmati suatu pemandangan ini bisa berupa tempat yang pernah dikunjungi klien dan membuat perasaan klien tenang, nyaman, dan damai. Bisa juga berupa pemandangan gunung, danau, pantai, sungai, taman bunga, hutan, padang rumput, dll.

Selain tempat yang nyata, klien juga bisa menggunakan imajinasinya untuk menciptakan suatu pemandangan alam yang disukainya. Yang penting, dengan berada “di sana”, klien dapat

merasakan ketenangan. Pastikan klien berada di tengah pemandangan itu seorang diri, jangan mengajak orang lain.

### **(10) Melalui gerbang besi**

Dalam teknik ini, klien diminta untuk berjalan melewati gerbang yang besar, berat dan terdiri dari dua lembar daun pintu yang terbuat dari besi solid. Setelah melakukan induksi, terapis bisa meminta klien untuk membayangkan suatu pemandangan alam. Selanjutnya, terapis meminta klien untuk melihat di kejauhan ada sebuah gerbang besi.

Jadi kesepuluh teknik Deepening di atas terapis di SMA Negeri 1 Besuki hanya menggunakan 4 teknik yaitu menghitung turun, menuruni tangga, menjatuhkan tangan ke pangkuan, dan pandangan alam, alasan terapis memilih menggunakan 3 teknik dari induksi dan 4 teknik dari deepening tersebut karena terapis merasa dengan teknik inilah yang paling mudah untuk diterapkan kepada siswa.

## **b. Kenakalan Remaja**

### **1) Pengertian Kenakalan Remaja**

Istilah kenakalan remaja (*Juvenile delinquere*) mengacu pada rentang yang luas, dari tingkah laku yang tidak dapat diterima secara sosial,

sampai pelanggaran status hingga tindak kriminal.<sup>15</sup> *Juvenile* berasal dari bahasa latin *juvenilis* yang artinya anak muda, ciri karakteristik pada masa muda, sifat-sifat khas pada priode remaja. Sedangkan *delinquency* berasal dari kata latin “*delinquere*” yang berarti: terabaikan, mengabaikan, yang kemudian diperluas artinya menjadi jahat, a-sosial, kriminal, melanggar aturan, pembuat rebut, pengacau, penteror, durjana dan dursila.

*Juvenile delinquency* adalah perilaku *jaihat* (dursila), atau kejahatan/ kenakalan anak-anak muda, merupakan gejala sakit (patologis) secara sosial pada anak-anak dan remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian sosial, sehingga remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian sosial, sehingga mereka itu mengembangkan bentuk tingkah laku yang menyimpang.<sup>16</sup>

Menurut Drs. B. Simanjuntak, SH.pengertian” (*juvenile delinquency*) ialah: suatu perbuatan itu disebut *delinquency* apabila perbuatan tersebut bertentangan dengan norma-norma yang ada dalam masyarakat dimana ia hidup. Suatu perbuatan yang anti sosial dimana didalamnya terkandung unsure-unsur anti normatif”.<sup>17</sup>

Sedangkan menurut Drs. Bimo Walgito merumuskan arti selengkapnya dari “*juvenile delinquency*” yakni tiap perbuatan yang bila dilakukan oleh orang dewasa, maka perbuatan itu merupakan kejahatan,

<sup>15</sup> John W santrock, *Perkembangan Remaja* (Jakarta: Gelora Aksara Pratama, 2003), 519.

<sup>16</sup> Kartono, *kenakalan*,6.

<sup>17</sup> Drs. Sudarsono, S.H, *Etika Islam Tentang Kenakalan Remaja* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1993), 5.

jadi perbuatan yang melawan hukum yang dilakukan oleh anak, khususnya anak remaja.<sup>18</sup>

Jadi, dapat peneliti simpulkan bahwa kenakalan remaja adalah tindak kejahatan/ kenakalan yang dilakukan oleh remaja yang melanggar hukum dan bertentangan dengan norma-norma yang ada dalam masyarakat dimana ia hidup.

## 2) Bentuk-bentuk Kenakalan Remaja

Perilaku *delinquency* adalah perilaku jahat, a-sosial, kriminal, pelanggar aturan, pembuat rebut, pengacau, penteror, durjana, dursila berikut wujud dari *delinquin/* kenakalan remaja individu (*delinquency individual*) dan kenakalan remaja kelompok (*delinquency gang*).

Menurut Kartini Kartono dalam bukunya yang berjudul Kenakalan Remaja, kenakalan remaja dibagi menjadi dua kelompok yaitu Kenakalan individual (*delinquency individual*) dan Kenakalan kelompok (*delinquency gang*). Berikut penjelasan dari kenakalan individu dan kelompok:<sup>19</sup>

### a.) Kenakalan individual (*delinquency individual*)

Tingkah laku kriminal anak merupakan gejala personal atau individual dengan ciri-ciri khas jahat, disebabkan oleh predisposisi dan kecenderungan penyimpangan tingkah laku yang diperhebat oleh stimulasi sosial dan kondisi kultur.

<sup>18</sup> Sudarsono, Etika Islam, 5.

<sup>19</sup> Kartini Kartono, *Patologi Sosial II Kenakalan Remaja* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1986), 12

Kejahatan tipe ini seringkali bersifat simplomatik karena disertai banyak konflik intra psikis kronis. Mereka adalah anak-anak yang melakukan tindak kriminal dan kekejaman tanpa motif dan tujuan apapun, dan hanya didorong oleh *impuls primitive* yang sangat kuat. Mereka tidak mempunyai perasaan kemanusiaan.<sup>20</sup>

Adapun bentuk kenakalan remaja individu (*delinquency individual*) yaitu seperti tindak kriminal dan kekerasan, membolos sekolah, penyimpangan seksual. Dalam kehidupan sehari-hari terdapat seorang atau beberapa orang yang melakukan perbuatan yang melanggar nilai-nilai “*Ar-Rahmah*” sebagai salah satu sifat mahmudah di dalam etika islam jika melihat kenakalan remaja baik di kota maupun di desa. Di beberapa kota sering terjadi pelajar SMPT dan SMTA secara perorangan atau kelompok saling bermusuhan bahkan sering terjadi pertengkaran antar kelompok dan antar sekolah.

Gejala lain dapat dijumpai, anak-anak remaja melakukan perbuatan kekerasan seperti penganiayaan dan pembunuhan. Pada hakikatnya perbuatan tersebut melanggar nilai-nilai yang terpuji (*mahmudah*), kasih sayang (*Ar-rahmah*), perlakuan baik (*ihsan*) dan penyantun (*hilm*). Penganiayaan yang merupakan ancaman terhadap kesehatan dan anggota-anggota tubuh tertentu yang dilakukan oleh

---

<sup>20</sup>Kartono, *kenakalan*, 37-38.

anak-anak remaja pada umumnya diawali oleh pertengkaran-pertengkaran kecil.

Kejahatan pembunuhan dan penganiayaan di dalam ajaran Islam dipandang sebagai perbuatan tercela. Firman Allah di dalam Al-Qur'an surah An-Nisa' 93.<sup>21</sup>

وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِدًا فَجَزَاءُوهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا وَغَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَلَعْنَهُ

وَأَعَدَّ لَهُ عَذَابًا عَظِيمًا ﴿٩٣﴾

Artinya: “Dan Barang siapa yang membunuh seorang mukmin dengan sengaja Maka balasannya ialah Jahannam, ia kekal di dalamnya dan Allah murka kepadanya, dan mengutukinya serta menyediakan azab yang besar baginya.”<sup>22</sup>

Bentuk kenakalan remaja individu (*delinquency individual*) yang lainnya yaitu membolos sekolah lalu bergelandangan sepanjang jalan, atau bersembunyi di tempat-tempat terpencil sambil melakukan eksperimen bermacam-macam kedurjanaan dan tindak a-susila.<sup>23</sup>

Selain itu bentuk kenakalan remaja individu (*dilenquin individual*)

<sup>21</sup> Sudarsono, *Etika Islam*, 62.

<sup>22</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, Q.S. An-Nisa': 93.

<sup>23</sup> Kartono, *kenakalan*, 12.

yang lain yaitu tindak-tindak immoral seksual secara terang-terangan, tanpa rasa malu.<sup>24</sup>

**b.) Kenakalan kelompok (*delinquency gang*)**

*Delinquency gang* banyak tumbuh dan berkembang di kota-kota besar, dan bertanggung jawab atas banyaknya kejahatan dalam bentuk pencurian, alkoholisme, narkotika dan perusakan milik orang lain dengan sengaja melanggar dan menentang moralitas. Pada umumnya anak-anak remaja ini sangat agresif sifatnya, suka berlaku hantam dengan siapapun (tawuran) tanpa suatu sebab yang jelas, dengan tujuan sekedar untuk mengukur kekuatan kelompok sendiri, serta membuat onar ditengah lingkungan.

Pada intinya, grombolan dari suatu gang dengan ciri-ciri a-susila dan kriminal itu adalah anak normal. Namun oleh satu atau beberapa bentuk pengabaian. Dan upaya mencari kompensasi bagi segala kekurangannya, menyebabkan kemudian anak-anak muda ini menjadi jahat. mereka lantas berusaha mendapatkan segala sesuatu yang “memuaskan”, yang tidak cukup diberikan oleh orang tua mereka, keluarga dan masyarakat sekitar. Hal-hal yang tidak ditemukan ditengah-tengah keluarga justru ditemukan di dalam *delinquency gang* antara lain berupa posisi sosial, status, pribadi idola,

---

<sup>24</sup>*Ibid.*, 22.



aksi-aksi bersama, ikatan persahabatan, simpati kasih sayang, harga diri dan rasa aman terlindungi.<sup>25</sup>

Adapun beberapa bentuk kenakalan remaja kelompok (*delinquency gang*) seperti mencuri, tawuran. Penyalahgunaan narkoba dan alcohol. Seperti diketahui, narkoba dan minuman yang mengandung alcohol mempunyai dampak terhadap sistem syaraf manusia.<sup>26</sup>

### 3) Faktor Penyebab Kenakalan Remaja

#### a.) Keluarga

Sebagian besar anak dibesarkan oleh keluarga, disamping itu kenyataan menunjukkan bahwa di dalam keluargalah anak mendapatkan pendidikan dan pembinaan yang pertama kali. Pada hakikatnya, kondisi keluarga yang menyebabkan timbulnya kenakalan anak atau remaja bersifat kompleks.

Kondisi tersebut dapat terjadi karena kelahiran anak diluar perkawinan yang sah menurut hukum atau agama. Disamping itu, kenakalan remaja juga disebabkan keadaan keluarga yang tidak normal; yang mencakup "*broken home*" dan "*quasi broken home*" atau *broken home* semu.<sup>27</sup>

<sup>25</sup> *Ibid.*, kenakalan, 12.

<sup>26</sup> Kartono, *Kenakalan Remaja*, 21.

<sup>27</sup> Sudarsono, *Etika Islam Tentang Kenakalan Remaja* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), 20.

Tidak diperhatikan oleh orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya sehingga anak kurang mendapat perhatian sehingga sang anak bebas dalam beraktivitas.

#### **b.) Lingkungan**

Lingkungan sekitar merupakan faktor pembentuk kepribadian seseorang. Jika dilingkungan tersebut merupakan lingkungan yang kurang kondusif maka sang anak akan terjerumus ke dalam pergaulan bebas dimana kita ketahui bahwa perkembangan seseorang lebih ditentukan pada lingkungan dari pada keluarga.

Pengaruh lingkungan ada yang baik misalnya di lingkungan itu aturan-aturan agama berjalan dengan baik, semua orang menjalankan syariat agama, semua orang menjalankan sholat, sering diadakan pengajian-pengajian dan ada madrasah diniyah, hal itu akan berpengaruh besar terhadap individu yang ada di sekitarnya.

Selain itu juga pengaruh tidak baik (*negative*) yang menyesatkan, misalnya dalam lingkungan banyak perjudian, banyak orang nakal, dan lain sebagainya.

#### **c.) Keadaan Ekonomi**

Kenakalan remaja dapat pula terjadi karena keadaan ekonomi keluarga, terutama menyangkut keluarga miskin atau keluarga yang menderita kekurangan jika dibandingkan dengan keadaan ekonomi penduduk pada umumnya.

Fenomena ini sering terjadi pada keluarga kelas bawah yang tergolong orang yang hanya dapat membiayai hidupnya dalam batas sangat minim yang biasa ditandai dengan kerja keras kepada keluarga; bahkan dalam keadaan mendesak seluruh anggota keluarga pun ikut mencari nafkah untuk mempertahankan hidupnya.

Kondisi keluarga seperti ini biasanya memiliki konsekuensi lebih lanjut dan kompleks terhadap anak-anak antara lain: hampir setiap hari anak terlantar, biaya sekolah anak-anak tidak tercukupi. Akibatnya akan kompleks pula, dalam kondisi yang serba sulit dapat mendorong anak-anak menjadi delinkwen.

**c. Penggunaan Metode *Hypnotherapy* Guru PAI dalam menangani Kenakalan Remaja pada Siswa di SMA Negeri 1 Besuki Tahun Pelajaran 2016/2017.**

Penggunaan metode *Hypnotherapy* terdapat tahapan dan langkah-langkah didalamnya. Adapun Tahap-tahap dan langkah-langkah penggunaan metode *Hypnotherapy* dalam menangani kenakalan remaja pada siswa di SMA Negeri 1 Besuki akan diuraikan seperti dibawah ini:

a. Tahap – tahap Metode *Hypnotherapy*

Menurut Nurul Nadira dalam bukunya yang berjudul *Super Mind*

Hypnosis tahapan *Hypnotherapy* atau Hypnosis ada 4 yaitu:

- 1) Membangun Hubungan Dengan Klien

Kerjasama yang baik antara juru terapis/ hipnosis merupakan hal yang mendasar dalam proses hipnosisnya. Pada siapa dan kesediaan klien menjadi persyaratan utama untuk keberhasilan proses hipnosis (*Every hypnotic is self hipotic*) : Terapis berfungsi sebagai fasilitator dan pemandu klien untuk memasuki alam bawah sadarnya. Untuk itu, perlu membangun hubungan dan komunikasi yang baik sebelum proses hipnosis dilakukan, karena kedekatan dan kepercayaan antara klien dan terapis membuat apapun yang disugestikan oleh juru terapis bisa diterima dan dilaksanakan klien.

## 2) Mengatasi Rasa Takut Klien

Perlu kita ketahui, dalam pandangan orang awam, menganggap hipnosis masih dinilai sebagai suatu hal yang bersifat kejahatan, persepsi bilamana hipnotis menyebabkan seseorang tidak bisa mengendalikan diri, semua rahasia pribadi terungkap, atau mungkin mitos-mitos yang berkembang dengan beranggapan negative tentang ilmu hipnotis.

Pemahaman klien seperti ini harus diluruskan, karena yang demikian bisa membuat klien membuat pertahanan mental agar tidak bisa dihipnotis, otomatis proses hipnosis tidak berjalan.

Untuk itu menjadi tanggung jawab juru terapis untuk meluruskan dan memberikan pemahaman yang benar berikut

proses yang dilakukannya. Dengan demikian ketakutan klien bisa teratasi dan merasa aman untuk melakukan proses hipnotis.

### 3) Membangun Harapan Klien

Tugas terapis menumbuhkan sugesti positif bahwa permasalahan yang dialami dapat diselesaikan atau penyakit dapat disembuhkan. Hasil ini dapat dilakukan dengan cara memberikan testimony tentang keberhasilan klien sebelumnya.

Apabila terapis belum pernah menangani kasus tersebut, dapat diceritakan permasalahan tersebut dapat diselesaikan dengan metode hypnosis, meskipun memakai referensi terapis lainnya. Hal ini dimaksudkan dengan tujuan agar pasien / klien memiliki harapan keyakinan dengan melakukan proses *Hypnotherapy* permasalahan yang dialami dapat terselesaikan, keyakinan pasien / klien adalah modal utama bagi hasil yang dicapai dalam proses *Hypnotherapy*.

### 4) Mengumpulkan Informasi Atau Bahan Keterangan

Seringkali pasien / klien memiliki sudut pandang yang keliru terhadap permasalahan yang dialaminya sendiri. Oleh karena itu seorang terapis harus benar-benar memahami dinamika permasalahan klien / pasien. Misalkan, ada orang yang datang dan mengatakan bahwa dirinya tidak percaya diri. Apakah juru terapis akan langsung menghipnotisnya dan memberikan sugesti agar percaya diri, ternyata tidak semudah dan sesederhana, mengapa demikian? Karena terapis

harus benar-benar mengetahui dinamika permasalahan klien / pasien secara komprehensif dari proses *Hypnotherapy* yang akan dilaksanakan.

b. Langkah-langkah *Hypnotherapy*

Berikut 5 langkah-langkah atau cara untuk mengetahui dan memahami permasalahan Klien / Pasien pada saat *Hypnotherapy* dilakukan:

1) Who

Siapa klien? juru terapis harus memahami profile klien yang dihadapi, juru terapis haruslah memahami bagaimana latar belakang klien / pasien, pekerjaan, hobinya, pendidikan, maupun aktivitas hariannya. Dengan memahami klien terlebih dahulu, terapis lebih mudah dalam proses membangun hubungan / raport, raport dalam Pra Induksi menjadi faktor penentu keberhasilan proses *Hypnotherapy*.

2) What

Apa masalahnya ? Mengetahui hal yang lebih riil, Apa itu ? yaitu perilaku nyata atau Indikator perilaku. Ketika seorang Klien tidak percaya diri, ketika seorang Klien mengatakan tidak percaya diri, terapis mungkin perlu bertanya seperti apa rasa ketidakpercayaan dirinya, pada saat apa, ketika dimana, berlaku terus atau hanya kasus yang digeneralisasi. Dengan lebih detail menjawab pertanyaan tersebut

seorang terapis menjadi lebih tahu intensitas masalahnya, dinamika permasalahannya, dan lebih terbantu melihat akar permasalahan klien.

3) When

Inilah pertanyaan yang berkaitan dengan demensi waktu, kapan permasalahan itu terjadi, pada saat apa permasalahan itu muncul, dan sejak kapan. Mungki Klien menganggap tidak percaya diri ketika berbicara di depan umum, bahkan sampai berkeringat dingin atau gemeteran seluruh tubuh. Mungkin Terapis mendapatkan bahan keterangan ketika Klien SMU kelas 1, ia diminta presentasi tapi tidak siap dan akhirnya ditertawakan oleh teman-teman dikelasnya. Terapis juga dapat menggali lebih dalam permasalahan Klien dengan mencari tahu apa yang terjadi sebelum, pada saat dan sesudahnya.

Ketika Klien memiliki permasalahan misalnya merasa tertekan dan ingin selalu menangis, terapis harus bertanya apa yang biasanya dilakukan, dipikirkan dan dirasakan sebelum muncul rasa tertekan dan ingin selalu menangis. Terapis harus paham bahwa kondisi itu mungkin mencetus permasalahan yang timbul adalah pertanyaan berdemensi waktu, yakni saat terjadinya permasalahan tersebut artinya, terapis harus dapat memahami apa yang terjadi ketika masalah tersebut muncul, tidak percaya diri, maksudnya bagaimana, apa yang dilakukan klien, selanjutnya terapis menanyakan yang berkaitan dengan demensi waktu setelah masalah tersebut muncul.

#### 4) Why

Pertanyaan mengapa adalah dimensi pertanyaan sebab, motifasi, untuk apa, atau alasan Klien ketika perilaku Klien terjadi seorang terapis tidak boleh menilai benar atau salah alasan seorang Klien karena apapun alasan Klien justru itulah yang menjadi dasar informasi bagaimana seorang terapis memahami sudut pandang atau perasaan apa adanya seorang Klien, dengan keterbukaan Klien seorang terapis dapat memahami dinamika permasalahan Klien. Seringkali pikiran bawah sadar berkolerasi dengan perasaan spontan dan murni dari Klien, yang tidak diintervensi dengan pikiran rasional atau bahkan malu dengan terapis. Oleh karena itu seorang terapis harus dapat memahami alasan murni dan spontan dari seorang Klien.

#### 5) How

Setelah memahami pertanyaan tersebut seorang terapis baru dapat melakukan, menentukan bagaimana menangani permasalahan Klien tersebut, semakin banyak dan detail Informasi yang didapat semakin membantu terapis untuk dapat menangani Klien dengan cara atau metode *Hypnotherapy* yang paling tepat dan sesuai dengan Klien tersebut.

Tidak ada alasan untuk menafikkan proses Pre-Induksi / Interview awal, apalagi menganggap proses awal tersebut hanya basa-basi belaka. Justru bisa jadi Pre-Induksi bisa menjadi lama dari pada



proses terapinya karena terapis harus memahami betul bahwa Pre-Induksi adalah bagian dari Pre-Induksi itu sendiri, tidak sedikit Klien yang sudah sembuh hanya Pre-Induksi saja.

