



Efektivitas Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Siswa dengan Menggunakan Teknik *Hypnotherapy*

Addin Haris Perdana¹, Annisa Arrumaisyah Daulay²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

E-mail: harissper@gmail.com, perkuliahannisadaulay@gmail.com

Article Info	Abstract
Article History Received: 2023-03-12 Revised: 2023-04-10 Published: 2023-05-01	The important of character education is the goal of various values and cultures of social life to create a diversity of nations. The field of guidance and counseling is included in the field of providing assistance/student coaching. The problem of character education can go through the effectiveness of Islamic guidance and counseling and look for supporting and inhibiting factors in the effectiveness of Islamic counseling in shaping this character. In relation to the concept, this study aims to determine the effectiveness of Islamic counseling guidance in shaping character by using Hypnotherapy techniques. This research method uses descriptive qualitative research. The subjects of this research are therapists who are directly involved in the counseling process using Hypnotherapy techniques. While the object of research is some students who have psychological problems with the application of group and individual counseling.
Keywords: <i>Character;</i> <i>Counseling Guidance;</i> <i>Hypnotherapy.</i>	
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2023-03-12 Direvisi: 2023-04-10 Dipublikasi: 2023-05-01	Pentingnya pendidikan karakter adalah tujuan dari beragam nilai dan budaya kehidupan bermasyarakat untuk menciptakan suatu keberagaman bangsa. Bidang bimbingan dan konseling termasuk pada bidang pemberian bantuan/pembinaan siswa. Permasalahan pendidikan karakter dapat lalui efektivitas bimbingan dan konseling Islam serta mencari faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam efektivitas konseling islam dalam membentuk karakter ini. Sehubungan dengan konsep, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan konseling islam dalam membentuk karakter dengan menggunakan teknik <i>Hypnotherapy</i> . Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Subjek penelitian ini yaitu terapis yang terlibat langsung dalam proses konseling menggunakan teknik <i>Hypnotherapy</i> . Sedangkan objek penelitian adalah sebagian siswa yang mempunyai masalah psikologis dengan penerapan konseling kelompok dan individu.
Kata kunci: <i>Karakter;</i> <i>Pasien Konseling;</i> <i>Hypnotherapy.</i>	

I. PENDAHULUAN

Konselor berperan sebagai motor penggerak dan model di lingkungan sekolah maupun masyarakat secara ideal harus memiliki kompetensi dan kreativitas yang tinggi dalam melaksanakan proses konseling terutama saat menemukan masalah dalam pembelajarannya. Kreativitas guru diartikan kemampuan seorang guru untuk membelajarkan siswanya dengan kemampuan yang diiringi sikap kreatif dan keingintahuan yang tinggi, keberanian mengambil resiko, tertantang oleh kemajemukan, imajinatif, serta menghasilkan produk yang kreatif dalam pembelajaran. Aktivitas yang dijalani oleh manusia dalam kehidupan ini, cenderung terforsir sehingga muncul berbagai keluhan baik dibidang kesehatan, sosial kemasyarakatan juga bahkan masalah psikologis. Bahkan Kemajuan peradaban manusia, ternyata tidak selamanya membuat manusia bahagia, tenang, aman dan nyaman. Berbagai persoalan ikut menyertai kemajuan peradaban manusia tersebut mulai dari per-

soalan ekonomi, persoalan lingkungan hidup, persoalan kriminalitas, kekacauan keluarga, persoalan politik dan persoalan keamanan. Persoalan-persoalan tersebut, cepat atau lambat, disadari atau tidak, lambat laun akan mempengaruhi psikis manusia. Sedangkan persoalan psikis merupakan bagian dari dalam diri manusia yang mampu membawa perubahan terhadap pola dan gaya hidup manusia.

Seiring bermunculannya masalah psikologis yang telah ditimbulkan maka dikembangkanlah berbagai metode yang diharapkan bisa mengatasinya, Metode ini dikembangkan oleh para professional yang sudah ahli dibidangnya masing-masing salah satunya para hipnoterapis yang mengembangkan ilmu berbasis hipnosis untuk dapat mengatasi masalah yang terjadi. Hypnotherapy diketahui memang sangat efektif bisa memberi solusi setiap masalah yang dialami. *Hypnotherapy* yang digunakan untuk pengobatan dan penyembuhan biasa dikenal dengan istilah hipnoterapi, dalam tulisan ini penulis

mencoba untuk sedikit menguraikan tentang pengertian Hipnoterapi. Tahapan dasar hipnoterapi dan manfaat hipnoterapi.

A. Konsep Karakter dan Bimbingan Konseling

Karakter memiliki peran penting dalam pembinaan moral. Menurut Lickona, karakter berkaitan dengan konsep moral (*moral knowing*), sikap moral (*moral felling*), dan perilaku moral (*moral behavior*) (Lickona, 1991). Berdasarkan ketiga komponen ini dapat dinyatakan bahwa karakter yang baik didukung oleh pengetahuan tentang kebaikan, keinginan untuk berbuat baik, dan melakukan perbuatan kebaikan. Penguatan karakter atau dalam masa sekarang sangat perlu diimplementasikan untuk mengatasi krisis moral yang sedang melanda negara ini. Krisis tersebut antara lain berupa meningkatnya pergaulan bebas seperti penyalahgunaan obat-obatan terlarang atau narkoba dan juga pornografi. Selain itu, saat ini juga marak terjadi kekerasan terhadap anak dan remaja, pencurian, kebiasaan menyontek dan tawuran sudah menjadi masalah sosial yang hingga saat ini belum dapat diatasi secara tuntas.

Pentingnya membentuk karakter ini adalah kearifan dari keaneragaman nilai dan budaya kehidupan bermasyarakat untuk membangun peradaban bangsa. Kearifan itu segera muncul, pada saat seseorang dapat membuka dirinya untuk dapat menjalani kehidupan bersama dengan melihat realitas plural yang terjadi. Oleh karena itu membentuk karakter harus diletakkan pada posisi yang tepat, apalagi ketika menghadapi konflik yang berbasis pada ras, suku dan keagamaan. Mengingat pentingnya penguatan karakter maka membentuk karakter di sekolah bertujuan untuk menghasilkan perubahan-perubahan positif dalam diri siswa yang sedang berkembang menuju kedewasaannya secara utuh. Untuk mencapai tujuan tersebut, dalam sistem di sekolah telah dikembangkan 3 sub sistem, yaitu yang meliputi subsistem administrasi (*administration*), subsistem pengajaran (*instruction*) dan subsistem pemberian bantuan atau pembinaan siswa (*pupil atau student personal service*). Bidang bimbingan dan konseling termasuk pada bidang pemberian bantuan/ pembinaan siswa.

Ketiga sub sistem ini bekerja sama menurut fungsinya masing-masing, dalam rangka pencapaian tujuan pembentukan. Tujuan membentuk karakter pada dasarnya meliputi beberapa komponen/aspek yang secara

bersama-sama merupakan suatu kebulatan. Komponen-komponen itu berupa komponen intelektual, komponen sikap, komponen nilai-nilai hidup dan juga komponen ketrampilan. Untuk mencapai tujuan tersebut belumlah cukup hanya melalui bidang pengajaran, meskipun disadari pada bidang pengajaran (*instruction*) memang merupakan bidang utama dalam keseluruhan pada pendidikan di sekolah.

Sebagaimana dikemukakan oleh Yusuf dalam rohmatun "bahwa bidang pengajaran dan administrasi belum cukup mampu untuk memberikan pelayanan kepada siswa, maka dibutuhkan bidang lain yang khusus memperhatikan perkembangan siswa masing-masing, bidang itu adalah bimbingan dan konseling". (Yusuf, 2016) Yang selanjutnya, proses membentuk karakter perlu bersinergi dengan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah yang pada akhirnya benar-benar memberikan penguatan karakter pada siswa. Disamping itu, dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling agar berjalan dengan efektif maka diperlukan adanya manajemen bimbingan dan konseling yang sesuai dengan nilai Islam. Konseling Islami adalah proses pada pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan juga petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akherat (Akhmadi, 2016).

Dapatlah dipahami bahwa konseling perspektif Islam adalah proses bantuan dalam upaya membantu individu untuk menumbuhkan serta mengembangkan kesadaran akan eksistensi dirinya sebagai hamba Allah secara profesional dalam jangka waktu tertentu sehingga individu mempunyai tanggungjawab terhadap dirinya dan juga terhadap lingkungan sekitar untuk mencapai kebahagiaan serta ketenangan hidup di dunia dan akherat. Seperti yang telah diketahui, konseling tekannannya pada upaya kuratif atau pemecahan masalah yang dihadapi seseorang. (El-Fiah, 2016) Secara Islami, konseling juga berarti membantu individu menyadari kembali keberadaan atau eksistensinya sebagai makhluk Allah untuk senantiasa mengabdikan kepada-Nya. Artinya menyadari bahwa di dalam dirinya Allah telah menyertakan fitrah untuk beragama Islam dan menjalankannya dengan sebaik-baiknya. Dengan demikian, permasala-

han apapun senantiasa akan dikembalikan pada petunjuk Allah dan anjuran Rasulullah, karena selama tidak menyimpang dari ketentuan dan petunjuk Allah tersebut, maka tidak akan pernah ada problem atau masalah dalam kehidupannya.

Menurut W.S. Sofyan (Willis, 2004) kualitas kepribadian konselor yaitu mengenal diri sendiri (*knowing one self*), memahami orang lain (*understanding others*) dan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain (*relating to others*). Sedangkan Muhammad Surya (Surya, 2004) mengemukakan beberapa karakteristik kepribadian konselor antara lain: pengetahuan mengenai diri sendiri (*self knowledge*), kompetensi, kesehatan psikologis yang baik, dapat dipercaya, kejujuran, kekuatan daya (*strength*), kehangatan, pendengar yang aktif, kesabaran, kepekaan, kebebasan, kesadaran holistik.

B. Konsep *Hipnocounseling* dalam Bimbingan Konseling Islami

Dalam proses konseling, *hipnocounseling* atau hipnoterapi konseling bisa dilakukan sebagai terapi individual dan kelompok. Secara klinis, apabila induksi diberikan oleh orang yang berpengalaman, induksi untuk pengeluaran muatan memori traumatik yang tersimpan di otak di dalam terapi kelompok bisa sangat efektif. Seperti yang sering terlihat dalam kelompok-kelompok doa dan majelis, para pesertanya menjadi menangis bersama-sama dan bahkan berteriak, saat pemimpin doa membacakan doa permohonan yang menyayat-nyayat hati. Hipnoterapi konseling adalah salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan dan perilaku. Hipnoterapi dapat juga dikatakan sebagai suatu teknik terapi pikiran dan penyembuhan yang menggunakan metode hipnotis untuk memberi sugesti atau perintah positif kepada pikiran bawah sadar untuk penyembuhan suatu gangguan psikologis atau untuk mengubah pikiran, perasaan, dan perilaku menjadi lebih baik. Orang yang sudah ahli dalam menggunakan hipnotis untuk terapi disebut "*hypnoterapist*" dan juga konseling disebut "*counseling*". Hipnoterapi konseling menggunakan pengaruh kata-kata yang disampaikan dengan Teknik-teknik hiptertentu. Salah satunya kekuatan dalam *hipnocounseling* adalah komunikasi (Kahija, 2017).

Hipnoterapi dalam konseling dapat dilakukan dengan berbagai teknik. Beberapa

teknik dasar hipnoterapi antara lain (*Direct Suggestion, Ideo Motor Response, Age Regression, Anchor, Object Imagery*). Istilah-istilah tersebut merupakan teknik dasar dalam menerapkan hipnosis. Selain itu terdapat teknik mediasi hipnoterapi yang terdiri dari: (*Part Therapy, Chair Therapy, Forgiveness Therapy, Affect Bridge, Informed Child Technique*). Salah satu dari beberapa teknik tersebut yang paling mudah untuk diaplikasikan yaitu *Forgiveness Therapy*, melalui kegiatan teknik relaksasi progresif. *Hypnocounseling* dapat diterapkan oleh konselor sebagai salah satu pendekatan dan teknik yang efektif untuk mempengaruhi perubahan tingkah laku pada individu (Handayani, 2017).

Tujuan *hipnocounseling* menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaki dalam Nailul Falah (Falah, 2016) yaitu:

1. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (*muthmainah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*) dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (*mardhiyah*)
2. 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
3. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang
4. 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 untuk menerima ujian-Nya
5. Untuk menghasilkan potensi ilahiyyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik, menanggulangi berbagai persoalan hidup dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungan pada berbagai aspek kehidupan.

C. Roy Hunter MS (Hunter, 2015), mendefinisikan *hipnocounseling* sebagai teknik hipnosis terapi untuk meningkatkan pencapaian tujuan, meningkatkan motivasi atau perubahan, meningkatkan pertumbuhan pribadi atau spiritual dan atau melepaskan klien dari masalah dan penyebab masalah. Singkatnya

penghipnotis hanya memberikan berbagai sugesti dan berharap mendapatkan hasilnya, sedangkan *hipnocounseling* tahu cara membujuk bawah sadar untuk dapat melepaskan penyebab supaya bisa memfasilitasi pelepasan dan pembelajaran ulang dan memecahkan masalah. Di bidang pendidikan dan juga pengembangan diri, *hipnocounseling* berperan pada salah tanggung jawab dalam memberikan asuhan terhadap proses perkembangan individu <http://www.syekh Nurjati.ac.id/jurnal/index.php/holistik>.

Bimbingan dan juga konseling merupakan bantuan individu di dalam memperoleh penyesuaian diri sesuai dengan tingkat perkembangannya. Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan komponen pendidikan yg dapat membantu para siswa dalam proses perkembangannya. Pemahaman terhadap masalah perkembangan dengan prinsip-prinsipnya akan merupakan kebutuhan yang mendasar juga bagi pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling (Teknik Bimbingan Konseling dalam Mengembangkan Potensi Siswa di Sekolah, 2017). Dari pernyataan di atas semakin jelas bahwa psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit, baik penyakit fisik, mental, moral maupun spiritual yang dilakukan oleh seorang terapis dengan latar belakang ilmu perilaku dan teknik-teknik usaha yang dikembangkan dengan melalui bimbingan Al-Quran dan As-Sunnah yang bertujuan untuk mengembalikan, memelihara, menjaga dan mengembangkan kondisi klien agar akal dan hatinya berada dalam kondisi dan posisi sebagai fitrahnya. Dalam proses *hipnocounseling* ada unsur relaksasi, dimana proses ini bisa diiringi dengan berdoa dan dzikir. Ketika dalam keadaan relaksasi, otak menampilkan gelombang alfa, dimana kondisinya dalam keadaan rileks, tetapi siaga melakukan sesuatu. Untuk dapat merelaksasikan diri bisa melalui duduk tafakur dan berdzikir, dimana hal ini dapat membangkitkan respon relaksasi.

C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Munculnya Masalah Pada Siswa

Hamdan Bakran Adz-Dzaky yang dikutip masdudi (Hamdan, 2017), mengklasifikasikan masalah individu atau siswa sebagai berikut:

1. Masalah individu yang berhubungan dengan Tuhan-Nya, ialah kegagalan individu melakukan hubungan secara vertikal dengan Tuhan-Nya; seperti sulit menghadirkan rasa takut, memiliki rasa tidak

bersalah atas dosa yang telah dilakukan, sulit menghadirkan rasa taat, merasa bahwa Tuhan senantiasa mengawasi perilakunya sehingga individu merasa tidak memiliki kebebasan. Dampak semuanya itu adalah timbulnya rasa malas atau enggan melaksanakan ibadah dan sulit untuk meninggalkan perbuatan-perbuatan yang dilarang Tuhan.

2. Masalah individu berhubungan dengan dirinya sendiri adalah kegagalan bersikap disiplin dan bersahabat dengan hati nurani yang selalu mengajak atau menyeru dan membimbing kepada kebaikan dan kebenaran Tuhan-Nya. Dampaknya adalah muncul sikap was-was, ragu-ragu, rendah motivasi dan dalam banyak hal tidak mampu bersikap mandiri.
3. Masalah individu berhubungan dengan lingkungan keluarga, misalnya kesulitan ataupun ketidakmampuan mewujudkan hubungan yang harmonis antara anggota keluarga seperti antara anak dengan ayah dan ibu, adik dengan kakak dan saudara-saudara lainnya. Kondisi ketidakharmonisan dalam keluarga menyebabkan anak merasa tertekan, kurang kasih sayang dan kurangnya ketauladanan dari kedua orang tuanya.
4. Masalah individu yang juga berhubungan dengan lingkungan kerja, misalnya kegagalan individu memilih pekerjaan yang sesuai dengan karakteristik pribadinya, kegagalan dalam meningkatkan prestasi kerja, ketidakmampuan berkomunikasi dengan atasan, rekan kerja dan kegagalan melaksanakan pekerjaan yang menjadi tugas dan tanggung jawabnya. Khususnya siswa, masalah yang berhubungan dengan karier misalnya ketidakmampuan memahami tentang karier, kegagalan memilih karier yang sesuai dengan latar belakang pendidikan dan karakteristik pribadinya.
5. Masalah individu yang juga berhubungan dengan masalah lingkungan sosialnya misalnya ketidakmampuan melakukan penyesuaian diri (adaptasi) baik dengan lingkungan tetangga, sekolah dan masyarakat atau kegagalan bergaul dengan lingkungan yang beraneka ragam watak, sifat dan perilaku.

Di sekolah sangat mungkin ditemukan siswa yang bermasalah, dengan menunjukkan gejala penyimpangan perilaku. Upaya untuk menangani siswa bermasalah, khususnya yang

terkait dengan pelanggaran disiplin sekolah dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu: (1) pendekatan disiplin; (2) pendekatan bimbingan dan konseling.

II. METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, agar dapat menghasilkan suatu yang lebih efektif, data yang diambil pada penelitian yaitu mengevaluasi fenomena sosial di lingkungan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif. Menurut Sugiyono (Sugiyono, 2019) metode penelitian kualitatif adalah metode yang digunakan untuk meneliti kondisi objek yang alamiah dimana peneliti sebagai instrumen kunci. Menurut Nana Syaodih Sukmadinata (Sukmadinata, 2011), penelitian deskriptif kualitatif ditujukan untuk mendeskripsikan dan menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik bersifat alamiah maupun rekayasa manusia, yang lebih memperhatikan mengenai karakteristik, kualitas, keterkaitan antar kegiatan. Teknik pada penelitian ini yaitu pertama wawancara antara peneliti dan narasumber agar untuk memberikan suatu peluang untuk menandai perasaan, pikiran, dan juga perilaku individu yang melakukan bimbingan konseling untuk membentuk karakter dengan teknik hypnoconseling. Adapun yang kedua Teknik observasi dilakukan untuk mengetahui keefektifan model konseling psikologi individual yang diterapkan pada siswa. Serta yang ketiga yaitu dokumentasi yaitu untuk mendapatkan data-data yang diperoleh dalam penelitian ini, dan untuk memperkuat hasil penelitian. Dalam hal ini diperoleh dari buku-buku, majalah, internet, jurnal dan sumber-sumber lainnya yang terkait dengan penelitian. Dalam mencapai tujuan utama dari penelitian ini, metode analisis fenomenologi interpretatif digunakan. Dalam konteks ini, penelitian meliputi tahap teoritis, kualitatif serta memberikan triangulasi. Data yang diperoleh dari penelitian dibahas dan dievaluasi berdasarkan literatur terkait.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Efektifitas Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Siswa dengan Menggunakan Teknik Hypnoconseling

Efektifitas bimbingan konseling islam terhadap akhlak siswa agar dapat tercapai maka dibutuhkan persiapan dan program yang terarah dan konsisten sehingga pembinaan terhadap akhlak santri dapat tercapai. Program bimbingan konseling pada beberapa

sekolah di Sumatera Utara saat ini masih belum dapat terpenuhi dengan baik secara keseluruhan. Hal ini juga karena bimbingan konseling yang ada baru pada tingkatan SMA sedangkan untuk tingkatan SMK masih beberapa saja. Sehingga dalam pembinaan akhlak siswa secara umum masih dianggap kurang efektif. Tingkat SMA sendiri program bimbingan konselingsnya masih kurang berjalan dan aktif untuk saat ini. Sehingga pihak guru masih belum keseluruhan memprogramkan untuk dapat membuka program bimbingan konseling pada tingkat SMK. layanan bimbingan konseling secara umum di SMA belum maksimal, karena dibutuhkan tenaga ahli yang dalam mendampingi siswa menghadapi tugas perkembangan yang sesuai dengan usianya. Menurut kepala sekolah, penerapan teknik hipnoterapi konseling dalam bimbingan konseling sangat membantu merumuskan dan menemukan secara cepat solusi masalah bagi siswa.

Subjek penelitian adalah terapis yang terlibat langsung yaitu sang peneliti dibantu oleh guru BK atau konselor yang ada di sekolah itu untuk menjadi mediasi dalam proses konseling melalui teknik hipno-konseling dengan menggunakan teknik verbal dan non verbal. Sedangkan objek penelitiannya adalah siswa yang mempunyai masalah psikologis melalui konseling kelompok dan konseling individu. Yang dilakukan dalam konseling kelompok adalah membuat empat kelompok dalam kelas kemudian tiap-tiap klien/siswa pada tiap-tiap kelompok mengajukan masalah (berkaitan dengan belajar) yang dihadapinya dengan di tulis pada kertas. Masalah tiap-tiap kelompok kemudian diidentifikasi dan dirumuskan menjadi tiga masalah yang dominan yang merupakan masalah yang dirasakan oleh semua klien/siswa. Proses aplikasinya dengan menggunakan hipnoterapi massal. Sedangkan dalam konseling individu proses aplikasinya dilakukan langsung kepada klien secara *face to face* yang mempunyai masalah dengan menggunakan teknik hipnoterapi pada masing-masing klien/siswa.

Penerapan hipnoterapi kepada klien/siswa yang mengalami masalah phobia di sekolah siswi dilakukan oleh peneliti dan didampingi guru BK. Proses aplikasinya menggunakan konseling kelompok sekaligus pada 4 siswi yang mengalami phobia (phobia binatang kecoa, gelap, mata pelajaran matematika dan makan nasi). Sedangkan dalam konseling

individu penerapan hipnoterapi dilakukan secara perorangan. Ada 3 klien/siswa yang mengalami masalah berbeda yaitu masalah stres pasca trauma, malas belajar dan sulit untuk menghafal. Setelah proses terapi selesai, orang tua kemudian biasanya diberikan edukasi berupa teknik-teknik terapi hipnosis tertentu yang nantinya dipergunakan untuk membantu pasca hipnoterapi yang dialami anak dan benar-benar bisa dihilangkan.

Dalam implementasinya, proses *hipnoconseling* ada unsur relaksasi, dimana proses ini diiringi dengan berdoa dan dzikir sebelum di hipnosis. Ketika dalam keadaan relaksasi, otak menampilkan gelombang alfa, dimana kondisinya dalam keadaan rileks, tetapi siaga melakukan sesuatu. Untuk merelaksasikan diri bisa melalui duduk tafakur dan berdzikir, dimana hal ini dapat membangkitkan respon relaksasi. Dzikir itu dapat menjadi salah satu fokus (kata-kata yang menjadi titik perhatian) dalam proses penyembuhan diri dari kecemasan dan ketakutan. Frase fokus ini kemudian dikombinasikan dengan respon relaksasi. Proses *hipnoconseling* islami tidak mengubah keyakinan seseorang dan tidak berkenaan dengan magic ataupun gendam (ilmu hitam) seperti yang selama ini disalahartikan oleh banyak kalangan. Proses hipnoterapi yang dilakukan diiringi dengan dzikir dan doa serta bacaan Al-Qur'an dengan tujuan untuk menambah keyakinan yang kuat (keimanan). Bahwa sesungguhnya yang menyembuhkan adalah Allah Swt., bukan terapis karena teknik hipnoterapi adalah sebagai alat bantu di dalam proses penyembuhan.

2. Faktor-Faktor yang Menjadi Pendukung dan Penghambat Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Siswa dengan Menggunakan Teknik *Hypnoconseling*

Faktor pendukung atau kelebihan dari *hipnoconseling* adalah metode tercepat dalam penyelesaian masalah dengan relaksasi tubuh. Sedangkan penghambatnya tidak semua guru BK kompeten dalam pelaksanaan *hipnoconseling* dan membutuhkan pelatihan-pelatihan. Faktor pendukung dari hipnoterapi harus ada kesediaan dari klien dan bukan paksaan dengan suasana yang mendukung dan adanya komunikasi. Faktor penghambatnya, karena tidak ada guru BK yang kompeten dalam menggunakan teknik hipnoterapi maka harus mendatangkan ahli dan mahal biaya

pelatihan. Yang menjadi penghambat lancernya pelaksanaan *hipnoconseling* yaitu kedua orangtuanya, ayah dan ibu, tidak bersedia bertemu terapis untuk dapat menjalani sesi wawancara mendalam dan konseling. Syarat ini sangat penting untuk dipenuhi. Biasanya bila salah satu orangtua tidak bersedia atau berkenan hadir maka kami biasanya akan mempertimbangkan melakukan hipnoterapi pada anak mereka. Syarat ini tentu tidak berlaku bagi orangtua tunggal (*single parent*).

Faktor pendukung yang lainnya adalah ketersediaan pihak sekolah untuk melakukan penelitian secara inten karena sangat membantu pihak sekolah khususnya guru BK dalam menyelesaikan masalah-masalah siswa terutama dalam mengidentifikasi dan juga merumuskan masalah-masalah siswa melalui teknik hipnoterapi. Selain itu faktor pendukung diterapkannya *hipnoconseling*, siswa sangat antusias dalam proses konseling melalui *hipnoconseling* sehingga memudahkan peneliti untuk secara mendalam menerapkan teknik *hipnoconseling*.

3. Dampak Keberhasilan Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Siswa dengan Menggunakan Teknik *Hypnoconseling*

Dampak *hipnoconseling* dalam bimbingan konseling islami terhadap karakter siswa tidak begitu memberikan kontribusi secara ideal, karena keterbatasan waktu yang diberikan pihak sekolah, akan tetapi melalui beberapa sesi yang diterapkan melalui hipnoterapi individu dan kelompok, dampaknya bagi klien banyak yang merasakan suatu perubahan yang signifikan. Masalah-masalah kilen yang menghambat proses pembelajaran seperti trauma, malas dalam belajar, phobia, stres, susah untuk menghafal, minder, kurang percaya diri dan masalah-masalah psikhis lainnya alhamdulillah melalui teknik hipnoterapi bisa teratasi kelihatan dari hasil evaluasi di kelas, walaupun tidak secara maksimal karena beberapa hambatan teknis dari pihak sekolah dan keterbatasan waktu yang diberikan kepada peneliti.

Perubahan-perubahan pada diri klien terlihat dari sifat dan perilakunya yang menunjukkan keceriaan dan motivasi dalam belajarnya, sholat berjamaah (duha dan duhur) di sekolahpun rajin menurut guru BK-nya, bahkan klien/siswa menunjukkan sikap dan karakter yang baik dalam kelas dan pergaulan dengan teman-temannya. Hal ini

menunjukkan bahwa penggunaan teknik hipnoterapi dalam bimbingan konseling islami memberikan kontribusi yang sangat signifikan terhadap pembentukan karakter klien/siswa di sekolah. Hasil wawancara dengan Guru BK, dia menjelaskan bahwa teknik hipnoterapi akan mampu mengubah karakter siswa dengan cara mengubah mindset siswa ketika siswa merasa minder dalam bergaul dan meningkatkan rasa kepercayaan diri dan *enjoy* dalam berinteraksi.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan tentang "implementasi layanan bimbingan dan konseling islami melalui teknik hipnoterapi dalam membentuk karakter siswa", maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Subjek penelitian adalah peneliti yang terlibat langsung dibantu oleh guru BK atau konselor yang ada di sekolah itu untuk menjadi mediasi dalam proses konseling melalui teknik hipnoconseling. Sedangkan objek penelitiannya adalah siswa yang mempunyai masalah psikologis melalui konseling kelompok dan konseling individu. Penerapan teknik *hipnoconseling* dalam proses bimbingan dan konseling islami di sekolah sangat membantu dalam memotivasi, membimbing dan mengoreksi penyelesaian permasalahan siswa. Penerapan teknik layanan bimbingan konseling islami walaupun belum maksimal akan tetapi penerapan teknik ini sangat membantu mengidentifikasi, merumuskan dan menemukan secara cepat solusi masalah bagi siswa.
2. Faktor yang menjadi pendukung penerapan teknik *hipnoconseling* dalam bimbingan konseling islami adalah ketersediaan pihak sekolah untuk melakukan penelitian secara inten karena sangat membantu pihak sekolah khususnya guru BK dalam menyelesaikan masalah-masalah klien/siswa terutama dalam mengidentifikasi dan juga merumuskan masalah-masalah pada siswa melalui teknik hipnoterapi konseling. Selain itu dalam prosesnya siswa mampu berkomunikasi tanpa ada hambatan bahasa dan mampu fokus dalam menjalani sesi terapi serta ada kemauan dan motivasi. Sedangkan faktor penghambatnya adalah kedua orangtuanya, ayah dan ibu, tidak

bersedia bertemu terapis untuk menjalani sesi wawancara mendalam dan konseling. Syarat ini sangat penting untuk dipenuhi.

3. Dampak hipnosist dalam bimbingan konseling islami terhadap karakter siswa tidak begitu memberikan kontribusi secara maksimal, karena keterbatasan waktu yang diberikan oleh pihak sekolah, akan tetapi melalui beberapa sesi yang diterapkan melalui *hipnoconseling* individu dan juga kelompok, dampaknya bagi klien banyak yang merasakan suatu perubahan yang signifikan. Masalah-masalah klien yang menghambat proses pembelajaran seperti trauma, malas dalam belajar, phobia, stres, susah untuk menghafal, kurang percaya diri dan masalah-masalah psikhis lainnya melalui teknik *hipnoconseling* bisa teratasi kelihatan dari hasil evaluasi di kelas. Perubahan-perubahan pada diri klien terlihat dari sifat dan juga perilakunya yang menunjukkan keceriaan dan motivasi dalam belajarnya, sholat berjamaah di sekolah, bahkan klien/siswa menunjukkan sikap dan karakter yang baik dalam kelas dan pergaulan dengan teman-temannya.

B. Saran

Pembahasan terkait penelitian ini masih sangat terbatas dan membutuhkan banyak masukan, saran untuk penulis selanjutnya adalah mengkaji lebih dalam dan secara komprehensif tentang Efektivitas Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Siswa dengan Menggunakan Teknik *Hypno-counseling*.

DAFTAR RUJUKAN

- Adam, Lickona, dkk 1991. "Educating for Character: How Our School Can Teach Respect and Responsibility (New York, Toronto, London, Sydney, Aucland" Bantam Books, p:51.
- Agus Akhmadi. 2016. "PENDEKATAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI PROBLEMA PSIKOLOGIS MASYARAKAT" Balai Diklat Keagamaan (BDK). Surabaya. Hlm 380
- Hamdan, dalam Masdudi. 2017. "Implementasi Layanan Bimbingan Konseling Islami Melalui Teknik Hipnoterapi dalam Membentuk Suatu Karakter". JE.V6 No 2. Hlm: 187

- Hamdani Bakran Adz-Dzaky dalam Nailul Falah, 2016. " HYPNOCOUNSELING SEBAGAI METODE TERAPI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM ". Studi Lembaga Indonesia. Yogyakarta. Hlm 5
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky dalam Nailul Falah, 2016." HYPNOCOUNSELING SEBAGAI METODE TERAPI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM". Studi lembaga indonesia. Yogyakarta. Hlm 5
- <http://www.syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/holistik>
- Hunter, C. Roy. 2015. "Seni Hipnoterapi (Penguasaan Tenik yang Berpusat Pada Klien". Terj Paramita Jakarta: Indek. Hlm: 4
- Journal For Islamic Social Sciences. 2017. "Teknik Bimbingan Konseling dalam Mengembangkan Potensi Siswa di Sekolah". IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Volume 2, Nomor 1. Hal 16 - 27
- Kahija, dalam Masdudi. 2017. "Implementasi layanan bimbingan konseling islami melalui teknik hipnoterapi dalam membentuk suatu karakter". JE. V6 No2. Hlm 185
- Nur Handayani, CH., CHT. 2017. HIPNOTERAPI KONSELING. Prodi BKI IAI Al-Azhaar: Lubuklinggau. Hlm:10
- Rifda El-Fiah. 2016. " KONSELING KELUARGA DALAM PERSEPEKTIF HUKUM ISLAM "IAIN Raden Intan. Lampung. Hlm 156
- Sugiyono. 2019. "Metode Penelitian Kualitatif". Jakarta. Hlm 2
- Sukmadinata. 2011. "Metode Penelitian Pendidikan". Bandung: Remaja Rosdakarya. Hlm: 73
- Surya, M. 2004. "Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran". Bandung: Pustaka Bani Quraisy. Hlm: 58-67
- Willis, Sofyan S. 2004. "Konseling Individual Teori dan Praktek". Bandung: Alfabet. Hlm: 198-199
- Yusuf, dalam Rohmatun, 2016. "Penguatan Pendidikan Karakter Siswa Melalui Manajemen Bimbingan dan Konseling Islam."JMPI. hlm. 37