

# Hypnoteaching untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik

**Muh. Syaifuddin**

E-mail: muhsyaifuddinmks01@gmail.com

**Eka Damayanti**

E-mail: eka.damayanti@uin-alauddin.ac.id

**Ahmad Afif,**

E-mail: ahmad.afif@uin-alauddin.ac.id

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

## **Abstract**

*This study aims to determine the increase in learning outcomes of Natural Sciences through learning the hypnoteaching method in class VIII MTs Balang-Balang. This type of research was conducted using a quasi-experimental study using the Nonequivalent Control Group Design research design. The research sample was selected using a purposive sampling technique by considering the homogeneity of the experimental class and the control class. The instrument used was a multiple choice test of 26 questions. After being analyzed using inferential statistical analysis using the Mann-Whitney test the learning outcomes of the experimental class and control class students after the treatment was given, the results obtained by Sig. (2-tailed) of  $0,000 < 0,05$ , which proves that there are significant differences in student learning outcomes between the control class and the experimental class using hypnoteaching learning methods. The results were proven by the results of descriptive analysis which showed differences in the average learning outcomes of students. The average learning outcomes using the hypnoteaching learning method by 80.37 is higher than the average learning outcomes without using the hypnoteaching method by 48.31. It can be concluded that the learning outcomes of students can be improved using hypnoteaching learning methods.*

**Keywords:** learning outcomes; hypnoteaching

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) melalui pembelajaran metode hypnoteacing di kelas VIII MTs Negeri Balang-Balang. Jenis penelitian dilakukan menggunakan quasi eksperimen dengan menggunakan desain penelitian *Nonequivalent Control Group Design*. Sampel penelitian terpilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan mempertimbangkan homogenitas kelas eksperimen dan kelas kontrol. Instrumen yang digunakan berupa tes pilihan ganda sebanyak 26 soal. Setelah dianalisis menggunakan analisis statistik inferensial menggunakan uji *Mann-Whitney* hasil belajar peserta didik kelas eksperimen dan kelas kontrol sesudah diberikan perlakuan, didapatkan hasil nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , yang membuktikan terdapat perbedaan hasil belajar peserta didik yang signifikan antara kelas kontrol dan kelas eksperimen yang menggunakan metode pembelajaran *hypnoteaching*. Hasil itu dibuktikan dengan hasil analisis deskriptif yang menunjukkan adanya perbedaan rata-rata hasil belajar peserta didik. Rata-rata hasil belajar dengan menggunakan metode pembelajaran *hypnoteaching* sebesar 80,37 lebih tinggi dibanding rata-rata hasil belajar tanpa menggunakan metode *hypnoteaching* sebesar 48,31. Maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar peserta didik dapat ditingkatkan menggunakan metode pembelajaran *hypnoteaching*.

**Kata Kunci:** hasil belajar; hypnoteaching;

Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam (JPPI) Volume 16. Nomor 2. Tahun 2019.  
Copyright © 2019. Pusat Penelitian dan Layanan Psikologi.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan menempati posisi yang sangat strategis untuk mencapai tujuan hidup manusia. Melalui pendidikan diharapkan dapat meningkatkan kualitas moral bangsa di negeri ini dan sesegera mungkin melahirkan anak bangsa yang bisa melakukan perubahan

sikap atau perilaku kebangsaan ke depan. Pendidikan bukan hanya sekedar slogan yang hanya terpampang di setiap sudut sekolah, perlu ada keinginan dan tekad kuat untuk mewujudkan secara bersama-sama (Drajat, dan Efendi, 2004: 23). Hasil belajar adalah hasil yang dicapai dalam suatu usaha, dalam

hal ini hasil belajar berupa perwujudan prestasi siswa yang dapat dilihat pada nilai setiap mengikuti tes hasil belajar (Komara, 2014: 44).

Hasil belajar merupakan perilaku yang diperoleh pembelajar setelah mengalami aktivitas belajar. Perolehan aspek-aspek perubahan perilaku tersebut tergantung pada yang dipelajari oleh pembelajar. Jika pembelajar mempelajari pengetahuan tentang konsep, maka perubahan perilaku yang diperoleh adalah berupa penguasaan konsep (Anni, 2004: 4)

Hasil belajar peserta didik dipengaruhi oleh berbagai macam faktor. Faktor-faktor tersebut diantaranya berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri dan adapula yang berasal dari luar diri peserta didik. Faktor dari luar diri peserta didik atau yang disebut sebagai faktor eksternal diantaranya adalah keadaan keluarga, keadaan masyarakat dan keadaan sekolah. Sementara faktor dari dalam diri peserta didik atau yang disebut sebagai faktor internal diantaranya adalah tingkat intelegensi, motivasi, minat dan bakat, serta kepribadian peserta didik (Syah, 2014: 133).

Metode memiliki posisi yang sangat strategis dalam suatu kegiatan. Bila suatu aktivitas tidak didukung metode yang baik, maka dapat dipastikan usaha tersebut tidak mungkin mencapai hasil yang maksimal. Demikian pula dalam aktivitas pendidikan peran metode sangat menentukan pencapaian tujuan pendidikan. Penggunaan metode sangat erat hubungannya dengan kemampuan guru untuk mengorganisir, memilih dan meningkatkan seluruh program kegiatan belajar mengajar (Marjuni A, 2014).

Guru harus menyiapkan metode pembelajaran yang tepat berdasar pada tujuan pembelajaran, materi pembelajaran serta karakteristik peserta didik. Selain itu, metode yang diterapkan juga harus memicu peserta didik untuk melakukan komunikasi aktif, bersemangat dan menyenangkan (Ginting,

2013: 9). Metode belajar *hypnoteaching* dapat diartikan sebagai seni berkomunikasi dalam memberikan sugesti positif kepada siswa agar siswa lebih baik atau lebih cerdas (Hajar, 2012: 75).

Menurut Hakim (2010:143), teknik-teknik yang diterapkan pada proses *hypnoteaching* dapat memotivasi siswa agar semangat dalam proses pembelajaran sehingga mendapatkan hasil belajar yang memuaskan. Teknik ini biasa dilakukan dengan tidak memberatkan dan menyulitkan siswa disetiap pembelajaran. Pembelajaran *hypnoteaching* memiliki tujuan untuk mendorong guru dalam berkomunikasi secara aktif dengan siswa. Komunikasi yang baik antara guru dan siswa atau sebaliknya, mampu meningkatkan kualitas hasil belajar (Hajar, 2012: 79).

Telah banyak penelitian yang dilakukan yang membuktikan keefektifan metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran. Salah satunya sebagaimana dalam penelitian yang dilakukan oleh Hasbullah dan Rahmawati (2015) yang menunjukkan bahwa metode *hypnoteaching* dapat meningkatkan motivasi belajar bahasa Inggris. Motivasi belajar meningkat berhubungan dengan adanya hasil belajar peserta didik. Begitupun dengan hasil penelitian yang diteliti oleh Julianti (2018) bahwa metode *hypnoteaching* sangat berpengaruh dan dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Jika mengacu pada teori-teori mengenai metode *hypnoteaching* maka dapat dikatakan bahwa *Hypnoteaching* merupakan cabang (bagian) dari ilmu hipnosis. Hipnosis didefinisikan sebagai suatu kondisi pikiran direduksi sehingga memungkinkan individu masuk ke dalam kondisi bawah sadar (*subconscious/ unconscious*). Individu yang berada pada kondisi hipnotis atau "*hypnosis trance*" lebih terbuka terhadap sugesti dan dapat dinetralkan dari *phobia* (rasa takut berlebih), trauma, atau rasa sakit (Prasetyo & Rizal, 2010:17).

Kondisi hipnosis secara umum bisa digolongkan menjadi hipnosis sederhana (*light hypnosis*) dan hipnosis dalam (*deep hypnosis*). Metode *hypnoteaching* lebih mendekati kondisi hipnosis sederhana. Dalam pembelajaran tidak dibutuhkan hipnosis dalam atau bahkan menidurkan siswa kecuali pada saat tertentu saja. Mata siswa masih tetap terjaga, tetapi siswa dibawa dalam kondisi *trance* (trans) ringan. Dengan demikian, *critical area* siswa menjadi lebih berkurang sehingga segala bentuk informasi berupa materi, informasi atau motifasi dapat lebih mudah masuk *sub-conscious* (Navis, 2013:130).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Nurmaini guru mata pelajaran IPA Terpadu kelas VIII MTs Negeri Balang-Balang menyatakan bahwa hasil belajar mata pelajaran IPA Terpadu peserta didik masih rendah. Hal ini ditandai dengan banyaknya peserta didik yang mengikuti ujian perbaikan nilai semester. Terdapat 107 siswa dari 204 siswa kelas VIII yang harus mengikuti ujian perbaikan nilai, dikarenakan nilai siswa tersebut tidak mencapai (Kriteria Ketuntasan Minimal) KKM yakni 78. Berdasarkan pemaparan permasalahan di atas, maka peneliti mengkaji secara ilmiah apakah metode pembelajaran *Hypnoteaching* dapat meningkatkan hasil belajar IPA Terpadu pada Kelas VIII MTs Negeri Balang-balang.

Manfaat pada penelitian ini, bagi siswa dengan penggunaan metode pembelajaran *hypnoteaching*, lebih memudahkan siswa dalam memahami materi pelajaran sehingga dapat meningkatkan hasil belajarnya. Bagi guru, dapat dijadikan sebagai bahan informasi bagi guru dalam pemanfaatan hipnosis sebagai metode pembelajaran *hypnoteaching* sebagai upaya peningkatan hasil belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran. Bagi sekolah, dapat bermanfaat terhadap sekolah dalam hal peningkatan keefektifan proses pembelajaran

serta meningkatkan mutu pendidikan di sekolah.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan desain penelitian *Nonequivalent Control Group Design*. Desain ini merupakan salah satu bentuk dari jenis desain penelitian eksperimen semu (*Quasi Eksperiment*). Desain penelitian semacam ini dapat digambarkan seperti berikut:

**Tabel 1.** Desain Penelitian

Pretest	Treatment	Posttest
O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
O <sub>3</sub>		O <sub>4</sub>

Populasi dalam penelitian ini siswa kelas VIII MTs Negeri Balang-Balang tahun ajaran 2016/2017 yang terdiri dari enam kelas dengan jumlah populasi sebanyak 204 siswa. Maka pengambilan sampel dipilih secara tidak random. Sampling ditarik secara langsung dari populasi dengan pertimbangan tertentu, yakni peneliti melakukan segala usaha untuk memilih dua dari enam kelompok yang sedapat mungkin sama. Kedua kelompok tersebut memiliki kedekatan karakteristik dilihat dari nilai rata-rata hasil belajar disetiap kelas dari 6 kelas yang ada. Terdapat dua kelas memiliki kedekatan nilai, yaitu kelas VIII 2 sebanyak 34 siswa dengan nilai rata-rata sebesar 82,9 dan kelas VIII 6 sebanyak 35 siswa dengan nilai rata-rata sebesar 81,2. Mempertimbangkan homogenitas kelas kontrol dengan kelas eksperimen. Maka terpilihlah 69 peserta didik yang terbagi pada kelas VIII 2 dan VIII 6.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan instrument tes hasil belajar peserta didik yang digunakan untuk mengumpulkan data hasil belajar. Tes tertulis jenis pilihan ganda *multiple choice* digunakan sebagai instrumen yang disusun dan dikembangkan oleh peneliti sebanyak 26

item yaitu 26 item pretest dan 26 item posttest. Tes ini bertujuan mengungkap hasil belajar siswa pada mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) Terpadu berdasarkan kompetensi dasar yang ingin dicapai, yaitu menganalisis sistem ekskresi pada manusia dan memahami gangguan pada sistem ekskresi serta upaya menjaga kesehatan sistem ekskresi pada materi pembelajaran sistem ekskresi.

## HASIL

Sebelum diuji menggunakan t-test, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan homogenitas. Berdasarkan hasil analisis test of normality pada posttest kelas kontrol maka diperoleh nilai  $p = 0,031$  ( $p < 0,05$ ). Ini berarti data skor hasil belajar peserta didik posttest kelas kontrol yang tidak menggunakan metode pembelajaran *hypnotaecing* tidak berdistribusi normal. Begitu pula hasil analisis uji normalitas pada posttest kelas eksperimen maka diperoleh nilai  $p = 0,040$  ( $p < 0,05$ ) artinya data skor hasil belajar peserta didik kelas eksperimen yang diajar menggunakan metode *hypnoteaching* tidak berdistribusi normal, sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua kelompok eksperimen tersebut tidak berdistribusi normal.

**Tabel 2.** Uji Normalitas Kolomogorov-Smirnov

Variabel	Nilai Signifikan
Hasil Belajar <i>Posttest</i> Kontrol	0,031
Hasil Belajar <i>Posttest</i> Eksperimen	0,040

Pengujian homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah data skor hasil belajar IPA pada kelas eksperimen dan kelas kontrol berasal dari populasi yang homogen. Berdasarkan hasil analisis homogenitas diperoleh nilai  $p = 0,875$  ( $p > 0,05$ ). Hal ini berarti kelas eksperimen dan kelas kontrol berasal dari populasi yang homogen.

Uji hipotesis dilakukan setelah prasyarat normalitas dan homogenitas

terpenuhi. pada uji normalitas data yang diperoleh tidak berdistribusi normal. maka akan dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji *mann-whitney*. Hasilnya menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $P < 0,000$ ) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar yang signifikan antara kelas kontrol dan kelas eksperimen.

Hasil itu dibuktikan dengan hasil analisis deskriptif yang menunjukkan adanya perbedaan rata-rata hasil belajar peserta didik. Rata-rata hasil belajar dengan menggunakan metode pembelajaran *hypnoteacing* sebesar 80,37 lebih tinggi dibanding rata-rata hasil belajar tanpa menggunakan metode *hypnoteacing* sebesar 48,31. Maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar peserta didik dapat ditingkatkan menggunakan metode pembelajaran *hypnoteaching*.

**Tabel 3.** Hasil Analisis Deskriptif Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Data	N	Min	Max	Mean	SD
Pretes Kelas Eksperimen	35	12	46	27,71	8,344
Posttest Kelas Eksperimen	35	62	96	80,37	11,215
Pretes Kelas Kontrol	35	15	50	28,23	7,293
Posttest Kelas Kontrol	35	31	88	48,31	12,707

## DISKUSI

Hasil uji statistik deskriptif sejalan dengan hasil uji inferensial menggunakan uji *t mann-whitney* bahwa terdapat perbedaan hasil belajar peserta didik yang diajar menggunakan pembelajaran metode *hipnoteaching* dengan tanpa diajar menggunakan metode *hipnoteaching*. Hasil belajar menggunakan metode *hipnoteaching* lebih tinggi dibanding yang tanpa menggunakan pembelajaran metode *hipnoteaching*.

Hasil penelitian ini, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasbullah & Rahmawati (2015) yang menunjukkan bahwa metode *hipnoteaching* dapat meningkatkan motivasi belajar bahasa Inggris. Motivasi belajar meningkat berhubungan dengan adanya hasil belajar peserta didik. Begitupun dengan hasil penelitian yang diteliti oleh Julianti (2018) bahwa metode *hipnoteaching* sangat berpengaruh dan dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Dari hasil penelitian terjadi peningkatan motivasi belajar peserta didik dengan menggunakan metode *hipnoteaching*. hipnosis didefinisikan sebagai suatu kondisi pikiran direduksi sehingga memungkinkan individu masuk ke dalam kondisi bawah sadar (*subconscious/unconscious*). Individu yang berada pada kondisi hipnotis atau "*hypnosis trance*" lebih terbuka terhadap sugesti dan dapat dinetralkan dari *phobia* (rasa takut berlebih), trauma, atau rasa sakit (Prasetyo & Rizal, 2010:17). Dengan demikian, dapat dimaknai bahwa metode pembelajaran *hypnoteaching* merupakan cara guru untuk memasukkan pesan ke alam bawah sadar (*unconscious*) peserta didik dengan mempengaruhi gelombang otak melalui perantara kalimat sugesti, sehingga guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan menyenangkan.

Oleh karena itu, dengan *hipnoteaching* ini dapat membantu para peserta didik untuk menumbuhkan motivasinya untuk mengikuti pelajarannya dengan baik, dan dapat memperkuat daya ingat mereka dengan apa yang mereka tulis dan kerjakan. Peserta didik dapat meningkatkan hasil belajar. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Oleh Novianti dkk, (2014) dalam penelitiannya dinyatakan bahwa proses belajar mengajar dengan menggunakan metode *hipnoteaching* dapat berpengaruh positif terhadap berpikir kritis siswa pada materi sistem indra. Begitupun dengan hasil penelitian yang

diteliti oleh Hudah (2017) menunjukkan bahwa metode *hipnoteaching* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar peserta didik.

Pada saat proses pembelajaran dengan penerapan metode *hipnoteaching*, pembelajaran menjadi menarik dan menyenangkan karena metode *hipnoteaching* sebagai metode pembelajaran dapat memicu hasil belajar peserta didik karena dari pembelajaran tersebut peserta didik dapat membiasakan diri untuk selalu aktif dalam proses pembelajaran berlangsung.

Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang diteliti oleh Qomario (2018) bahwa metode *hipnoteaching* sangat berpengaruh dan sangat menarik untuk diterapkan dalam proses pembelajaran. Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Kasmaja (2016) menunjukkan bahwa penerapan metode *hipnoteaching* dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik serta peserta didik aktif dalam berdiskusi dan berkerjasama dengan sesama teman kelompoknya.

## SIMPULAN

Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan bahwa penerapan pembelajaran metode *hypnoteaching* dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas VIII MTs Negeri Balang-Balang. Hasil belajar menggunakan metode *hipnoteaching* menjadi lebih tinggi dibanding yang tanpa menggunakan pembelajaran metode *hipnoteaching*.

## DAFTAR RUJUKAN

- Anni, Catharina Tri. (2004) *Psilologi belajar*. Semarang: UPT MKK UNNES.
- Drajat, Manpan, & Efendi, Ridwan. (2014) *Etika Profesi Guru*. Bandung: Alfabeta.
- Hakim, Andri. (2010). *Hypnosis in Teaching*. Jakarta: Visimedia.

- Hajar, Ibnu. (2011). *Hypnoteaching: Memaksimalkan Proses Belajar Mengajar dengan Hypnoterapi*. Yogyakarta: Diva Press.
- Hasbulla, & Rahmawati, E.Y. (2015), Pengaruh Penerapan Metode Hypnoteaching Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Universitas Indraprasta PGRI. *Jurnal Formatif* 5 (1):83-90
- Hudah, Maftukin. (2017). Pengaruh Penerapan Metode Hypnoteaching Terhadap Kemampuan Renang gaya Dada Mahasiswa Semester 3 PJKR UPGRI 2016/2017. *Jurnal Jendela Olahraga*. 2(1):161-169
- Julianti, Marisa. (2018). Pengaruh Penerapan Metode Hypnoteaching Terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Agama Islam Di Kelas VII SMP Kartika II-2 Bandar Lampung. *Jurnal Pendidikan*. 5(1):1-20
- Kasmaja, Hadi. (2016). Efektivitas Implementasi Metode Hypnoteaching Untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Matematika Pada Siswa SMP Negeri. *Jurnal Of EST*, 2(1):33-45
- Komara, Endang. (2014). *Belajar dan pembelajaran Interaktif*. Bandung: Refika Aditama.
- Kusyairy, U. (2014). *Psikologi Belajar Panduan Praktis Untuk Memahami Psikologi dalam Pembelajaran*. Makassar: Alauddin University Press
- Marjuni, A, (2014) *Buku Daras Filsafat Pendidikan Islam*. Makassar: Alauddin University Press.
- Navis, Ali Akbar. (2013). *Hypnoteaching: Revolusi Mengajar untuk Melejitkan Prestasi Siswa*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Novianti, N. dkk. (2014). Pengaruh Metode Pembelajaran Hypnoteaching Terhadap Berpikir Kritis siswa Pada Materi sistem Indra. *Jurnal Pendidikan*. 5(1):1-7
- Prasetio, Probowo dan Rizal, Erwin. (2010). *Cara Cepat Menguasai Hypnohealing*. Yogyakarta: Leutika.
- Syah, Muhibbin. (2001). *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Qomario, (2018). Pengaruh Hypnoteaching Dalam Kontekstual Teaching and learning Terhadap Kemampuan Komunikasih Matematis. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*. 9(1):47-55