

**IMPLEMENTASI PELATIHAN HIPNOSIS DALAM
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL
MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN
DAN KOMUNIKASI ISLAM IAI
MUHAMMADIYAH SINJAI**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam (S.Sos)

Oleh:

RIFKA TUNNISA
NIM: 180202084

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM (IAI)
MUHAMMADIYAH SINJAI
TAHUN 2021/2022**



**IMPLEMENTASI PELATIHAN HIPNOSIS DALAM
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL
MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN
DAN KOMUNIKASI ISLAM IAI
MUHAMMADIYAH SINJAI**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam (S.Sos)

Oleh:

RIFKA TUNNISA
NIM: 180202084

Pembimbing:

1. Faridah, S. Kom. I., M. Sos. I
2. Mulkiyan S. Sos., MA.

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM (IAI)
MUHAMMADIYAH SINJAI
TAHUN 2021/2022**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : RIFKA TUNNISA
NIM : 180202084
Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan
Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Seluruh bagian dari sripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang digunakan sumbernya. Segala kekeliruan yang ada didalamnya adalah tanggungjawab saya.

Dengan demikian pernyataan ini dibuat sebagaimana mestinya. Bilamana dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Sinjai, 04 Juni 2022
Yang Membuat pernyataan,



RIFKA TUNNISA
NIM: 180202084

PENGESAHAN SKRIPSI

Skrripsi Berjudul Implementasi Pelatihan Hipnosis dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai yang ditulis oleh Rifka Tunnisa Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 1802020084, Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, yang dimunaqasyahkan pada hari Ahad, tanggal 3-4 Juli 2022 M bertepatan dengan 4-5 Dzulhijjah 1443 H, telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji, dan diterima sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial.

Dewan Penguji

Dr. Firdaus, M.Ag.	Ketua	(.....)
Dr. Ismail, M.Pd.	Sekretaris	(.....)
Dr. Kh. H. Hamzah Harun, M.Ag.	Penguji I	(.....)
Dr. H. Nur Taufiq, M.A	Penguji II	(.....)
Faridah, S.Kom.I., M.Sos.I.	Pembimbing I	(.....)
Mulkiyan, S.Sos., M.A.	Pembimbing II	(.....)



Mengetahui,
Dekan FUKIS IAIM Sinjai

Dr. Suriati, M.Sos.I.

NIM 948 500

KAT PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَاصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ أَمَا بَعْدُ

Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terimakasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak, yang telah memberikan bantuan berupa arahan dan dorongan selama penulis studi. Karena itu, penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan kepada:

1. Kepada orang tua tercinta yang telah mendidik dan membesarkan;
2. Rektor IAI Muhammadiyah Sinjai selaku Pimpinan Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;
3. Dr. Ismail, M. Pd. Selaku Wakil Rektor I Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai
4. Rahmatullah S. Sos. I., M.A. Selaku wakil Rektor II Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai
5. Dr. Muh. Anis, M. Hum. Selaku Wakil Rektor III Insitut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;

6. Kepada Dr. Suriyati. M. Ag. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam, selaku pimpinan pada tingkat Fakultas;
7. Faridah, S. Kom. I., M. Sos, I. Selaku pembimbing I dan Mulkiyan S. Sos., MA. Selaku pembimbing II;
8. Mulkiyan, S.Sos., MA. Selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam;
9. Seluruh Dosen yang telah membimbing dan mengajar selama studi di Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;
10. Seluruh Pegawai dan Jajaran IAI Muhammadiyah Sinjai yang telah membantu kelancaran akademik;
11. Kepala dan staff Perpustakaan Insitut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;
12. Kepala Kementrian Agama, para staff dan Pegawai Kementrian Agama kabupaten Sinjai, yang telah membantu kelancaran selama peneitian;
13. Teman-teman Mahasiswa IAI Muhammadiyah Sinjai dan berbagai pihak yang tidak dapat disebut satu persatu, yang telah memberikan dukungan moral sehingga penulis selesai studi. Teriring doa semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari

Allah Swt., dan semoga karya Ilmiah ini bermanfaat bagi siapa yang membacanya. Aamiin.

Sinjai, 04 Juni 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rifka Tunnisia', with a stylized flourish at the end.

RIFKA TUNNISA

NIM: 180202084

ABSTRAK

Rifka Tunnisa. *Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.* Skripsi. Sinjai: Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa (2) Faktor Penghambat Dan Pendukung Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional (3) Hasil Dari Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional. Penelitian ini termasuk dalam penelitian Deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Subyek dari penelitian ini adalah Mahasiswa semester 7 Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

Jenis penelitian ini adalah naturalistik dengan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswa semester 7 Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam. Objek penelitian ini adalah implementasi pelatihan hipnosis yang diterapkan oleh mahasiswa akhir semester 7 dalam meningkatkan kecerdasan emosional. Adapun teknik pengumpulan data yaitu dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis datanya menggunakan model analisis pengumpulan data, reduksi data, display data, dan verifikasi data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional adalah apabila stress mengerjakan tugas atau banyak pikiran. Dengan melakukan hipnosis seperti merileksasikan pikiran, mengendalikan emosi. Yang menjadi faktor penghambat yakni masih minimnya pengetahuan, teori, susah untuk

mengfokuskan diri, referensi masih sedikit. serta prakteknya. Kemudian yang menjadi faktor pendukung yakni kepercayaan, kesediaan klien maupun kita sebagai konselor, komunikasi, kejelian, lingkungan yang mendukung, serta tujuan yang jelas.

Kata kunci : *Pelatihan Hipnosis, Kecerdasan Emosional*

ABSTRACT

Rifka Tunnisa. Implementation of Hypnosis Training in Improving Emotional Intelligence of Students of the Faculty of Ushuluddin and Islamic Communication IAI Muhammadiyah Sinjai. Thesis. Sinjai: Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Ushuluddin and Islamic Communication Islamic Institute of Muhammadiyah Sinjai, 2022.

This study aims to determine: (1) Implementation of Hypnosis Training in Increasing Students' Emotional Intelligence (2) Inhibiting and Supporting Factors of Hypnosis Training in Increasing Emotional Intelligence (3) Results of Hypnosis Training in Increasing Emotional Intelligence. This research is included in descriptive research using a qualitative approach. The subjects of this study were 7th semester students of the Islamic Guidance and Counseling Study Program. This type of research is naturalistic with a qualitative approach. The subjects of this study were 7th semester students of the Islamic Guidance and Counseling Study Program. The object of this research is the implementation of hypnosis training which is applied by the final 7th semester students in increasing emotional intelligence. The data collection techniques are observation, interviews, and documentation. The data analysis technique uses an analysis model of data collection, data reduction, data display, and data verification. The results showed that the implementation of hypnosis training in increasing emotional intelligence was when the task was stressed or had a lot of thoughts. By doing hypnosis like relaxing the mind, controlling, and emotions. The inhibiting factor is the lack of knowledge, theory, it is difficult to focus on yourself, there are still few references. as well as practice. Then the supporting factors are trust, willingness of clients and us as counselors, communication, foresight, a supportive environment, and clear goals.

Keywords: Hypnosis Training, Emotional Intelligence

المستخلص

رفقة النساء. تنفيذ التدريب على التنويم المغناطيسي في تحسين الذكاء العاطفي لطلاب كلية أصول الدين والاتصال الإسلامي جامعة الإسلامية الممعدبة سنحائي. البحث. سنحائي:نسم برنامج دراسة الإشراف والإرشاد الإسلامي، كلية أصول الدين و للاتصال الإسلامي بجامعة الإسلامية الممعدبة سنحائي، ٢٠٢٢ .
تهدف هذه الدراسة إلى تحديد: (١) تنفيذ التدريب على التنويم المغناطيسي في زيادة الذكاء العاطفي لدى الطلاب (٢) تسييط ودعم عوامل التدريب على التنويم المغناطيسي في زيادة الذكاء العاطفي (٣) نتائج التدريب على التنويم المغناطيسي في زيادة الذكاء العاطفي. تم تضمين هذا البحث في البحث الوصفي باستخدام المنهج النوعي. شارك في هذه الدراسة طلاب الفصل السابع من برنامج دراسة الإشراف والإرشاد الإسلامي. هذا النوع من البحث طبيعي مع نصح نوعي. شارك في هذه الدراسة طلاب الفصل السابع من برنامج دراسة الإرشاد والإرشاد الإسلامي.

الهدف من هذا البحث هو تنفيذ تدريب التنويم المغناطيسي الذي يطبقه طلاب الفصل السابع النهائي في زيادة الذكاء العاطفي. تقنيات جمع البيانات هي المراقبة والمقابلات والتوثيق. تستخدم تقنية تحليل البيانات نموذج تحليل جمع البيانات وتقليل البيانات وعرض البيانات والتحقق من البيانات.

وأظهرت النتائج أن تنفيذ التدريب على التنويم الإيجابي في زيادة الذكاء العاطفي كان عندما يتم التشديد على المهمة أو عندما يكون هناك الكثير من الأفكار. عن طريق التنويم المغناطيسي مثل استرخاء العقل والسيطرة والعواطف. العامل المثبط هو نقص المعرفة، النظرية، من الصعب التركيز على نفسك، لا يزال هناك القليل من المراجع. وكذلك الممارسة. ثم العوامل الداعمة هي الثقة، واستعداد العملاء ونحن كمشترين، وتواصل، وبصيرة، وبيئة داعمة، وأهداف واضحة.

الكلمات الأساسية: تدريب التنويم المغناطيسي، الذكاء العاطفي

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	4
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. Kajian Pustaka	7
B. Hasil Penelitian yang Relevan	30
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	35
B. Definisi Operasional	36
C. Tempat dan Waktu Penelitian	36
D. Subjek dan Objek Penelitian	37
E. Teknik Pengumpulan Data	38
F. Instrument Penelitian	39
G. Pengujian Keabsahan Data	40

H. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN	45
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	45
B. Hasil Dan Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP.....	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Nama-nama Ketua Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam	50
Table 2 Jumlah Mahasiswa Aktif Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam	52
Table 3 Nama-nama Mahasiswa Yang Telah Mengikuti Pelatihan Hipnosis	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Struktur Organisasi Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam	48
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	91
Lampiran 2 Pedoman Wawancara	93
Lampiran 3 Hasil Penelitian.....	95
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian.....	134
Lampiran 5 Izin Penelitian.....	135
Lampiran 6 Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	136
Lampiran 7 SK Pembimbing.....	137
Lampiran 8 Keterangan Plagiasi	139
Lampiran 9 Biodata Penulis.....	140

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mengikuti pelatihan hipnosis, Anda akan melihat, mendengar dan merasakan apa yang belum pernah Anda dapatkan sebelumnya. Setelah mengikuti pelatihan ini, Anda tidak akan menjadi orang yang sama lagi. Anda berbeda karena Anda mengetahui kunci untuk mengakses dan memanfaatkan kekuatan pikiran Anda sendiri dan bisa membantu orang lain mengatasi masalah psikologisnya. Disisi lain pelatihan ini adalah seminar pengembangan diri atau pelatihan pemberdayaan diri, dimana Anda akan memahami kekuatan pikiran bawah sadar dan bagaimana meningkatkan kemampuan Anda dalam segala bidang. Hipnosis adalah salah satu cabang ilmu psikologis yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku. Jika kita mengikuti hipnosis, kita akan dibimbing memasuki kondisi *trance* (relaksasi pikiran) agar pikiran kita siap menerima sugesti yang diberikan oleh hipnoterapis (Aprilyadi, 2020).

Manfaat hipnosis ada banyak, dan teknik ini telah banyak digunakan sebagai salah satu metode pengobatan.

Selain itu, hipnosis juga bisa membantu seseorang mengurangi atau menghentikan kebiasaan buruk dalam hidupnya, seperti sering merokok atau kecanduan minuman beralkohol (Adrian, 2021). Manfaat hipnosis yang sangat besar tersebut dapat kita pelajari sehingga kita mampu untuk menggunakan hipnosis bagi diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, pelatihan ini sangat penting dengan konsep teori dan praktik bagaimana seseorang mampu melakukan hipnosis pada diri sendiri dan orang lain (User, 2019).

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi ikut berperan dalam perkembangan hipnosis saat ini, hipnosis mulai dikembangkan sesuai dengan kebutuhan yang ada di masyarakat. Beberapa perkembangan hipnosis adalah *hypnoteaching* (penerapan hipnosis dalam pembelajaran), *hypnoselling* (penerapan hipnosis dalam pemasaran), *hypnoslimming* (penerapan hipnosis dalam program gizi), *hypnoparenting* (penerapan hipnosis dalam pola mengasuh anak), *hypno prenatal* (penerapan hipnosis dalam pertolongan persalinan), dan masih banyak lagi penerapan hipnosis.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol emosinya dengan cerdas, hal

ini berkaitan juga dengan cara menjaga keseimbangan antara emosi dengan akal (Wuwung Cherdy, 2020). Emosi seseorang terbagi dua yaitu positif dan negatif. Positif berupa cinta, optimisme, dan sebagainya, sedangkan negatif berupa rasa marah, dendam, takut, sedih, dan sebagainya. Dengan emosi, manusia bisa bergerak untuk melakukan sesuatu. Bayangkan jika seseorang tidak punya rasa takut, mungkin seseorang tersebut tidak akan bergerak untuk menjauh ketika ada bahaya bencana alam. Karena ada perasaan takut, maka seseorang akan lari menjauh ketika ada bencana, dan tidak berdiam diri saja (JA, 2019).

Mahasiswa membutuhkan pelatihan hipnosis guna meningkatkan kecerdasan emosionalnya agar dapat mengontrol emosi yang dimiliki dan dapat berkembang dengan latihan yang terus menerus. Kecerdasan ini memberikan motivasi kepada individu untuk memotivasi orang lain dan juga dapat dipengaruhi oleh perilakunya. Individu dengan kecerdasan emosional sangat peka terhadap lingkungan sekitarnya, sehingga kecerdasan emosional dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam membina moralitas mahasiswa.

Observasi awal menunjukkan bahwa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam di Prodi Bimbingan dan

Penyuluhan Islam mengadakan Pelatihan Hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa. Inilah alasan mengapa penulis tertarik untuk membahas tentang pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional karena masih banyak mahasiswa yang belum bisa mengendalikan emosinya. Berdasarkan hasil dari observasi peneliti, mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan hipnosis mengatakan mereka merasa lebih percaya diri, dapat mengaplikasikan kepada orang lain maupun untuk dirinya sendiri.

Permasalahan diatas membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang **Implementasi Pelatihan Hipnosis dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.**

B. Batasan Masalah

Agar peneliti lebih terarah dan tidak menimbulkan perluasan masalah maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, merujuk dari identifikasi masalah maka penulis akan mengkaji tentang Implementasi Pelatihan Hipnosis dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional terkhusus semester 7 Fakultas Ushuluddin dan

Komunikasi Islam Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam
IAI Muhammadiyah Sinjai.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat ditarik rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana implementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai?
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat impementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang penulis angkat maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui implementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa.
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dan pembahambat implementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah dalam dunia keilmuan terutama ilmu Bimbingan dan Penyuluhan Islam di Fakultas Ushuluddin Komunikasi Islam.
- b. Sebagai referensi untuk penulis selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan dalam memahami bagaimana perbedaan sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional.
- b. Untuk memenuhi gelar sarjana.
- c. Bagi institut, penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi khususnya bagi Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Pustaka

1. Tinjauan tentang Pelatihan Hipnosis

a. Pengertian Pelatihan

Pelatihan menurut Soeprihanto dalam Alhempri mengatakan bahwa “Pelatihan adalah kegiatan untuk memperbaiki kemampuan dengan cara meningkatkan pengetahuan dari keterampilan operasional dalam menjalankan suatu pekerjaan” (Irawati, 2018).

Dale S. Beach mengemukakan, “*The objective of training is to achieve a change in the behavior of those trained*” (Tujuan pelatihan adalah untuk memperoleh perubahan dalam tingkah laku mereka yang dilatih).

Michael J. Jucius mengemukakan bahwa “Pelatihan bertujuan untuk mengembangkan bakat, keterampilan, dan kemampuan.” Senada dengan yang diungkapkan Moekijat, menjelaskan tujuan umum dari pelatihan adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk mengembangkan keahlian, sehingga pekerjaan dapat diselesaikan dengan lebih cepat dan lebih efektif.
- 2) Untuk mengembangkan pengetahuan, sehingga pekerjaan dapat diselesaikan secara rasional.
- 3) Untuk mengembangkan sikap sehingga menimbulkan kemajuan bersama dengan teman-teman pegawai dan dengan manajemen (pimpinan).

Tujuan lain dari pelatihan adalah mendapatkan ide dan gagasan baru dalam rangka memperluas nalar untuk memperoleh pengetahuan, sikap yang lebih baik dan keterampilan dalam menjalankan tugas sehari-hari. Sedangkan pelatihan hipnosis bertujuan untuk memahami konsep dasar hipnosis, memahami pandangan umum tentang hipnosis, fenomena hipnosis yang sering ditemukan, memahami prosedur *self hypnosis*, auto

hipnosis serta dapat mempraktikannya. Metode pelatihan yang digunakan dalam pelatihan ini adalah sistem aplikasi langsung, memadukan antara teori dan praktek (Wahdania, 2018).

b. Pengertian hipnosis

Hipnosis (hipnosis yang berasal dari bahasa Yunani, artinya tidur) bukanlah tidur, tetapi perubahan dalam bimbingan atau perhatian yang dapat terjadi secara spontan dalam hitungan detik. Pandangan umum tentang hipnosis bahwa hipnosis adalah keadaan trance di mana seorang individu kehilangan kemampuan logis dan mengalami perubahan sensasi, persepsi, pemikiran atau perilaku. Kondisi ini dapat terjadi secara spontan, atau terapis dapat bekerja dengan klien, atau klien itu sendiri secara formal dapat menyebabkannya (seperti dalam kasus hipnosis itu sendiri). Meskipun ada banyak pemicu yang berbeda, sebagian besar hipnosis dikaitkan dengan saran untuk relaksasi, ketenangan, dan kesehatan. Berfantasi atau berpikir tentang pengalaman yang menyenangkan juga dapat diinduksi dalam induksi hipnosis. Meskipun orang menanggapi hipnosis dengan cara yang berbeda dan

derajat yang berbeda, mereka biasanya menggambarkan pengalaman hipnosis sebagai sangat menyenangkan. Ketakutan dan kecemasan dapat menghambat kemampuan seseorang untuk mengalami sugesti hipnosis akibat miskonsepsi yang didapat dari media sosial (Stephen, 2011). Seperti dalam firman Allah surah An-Nahl:125

Terjemahnya:

“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-Mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk. (Qs. An-Nahl: 125).

Surat An-Nahl ayat 125 merupakan ayat yang menunjukkan kewajiban berdakwah dan menjelaskan metode dakwah. Meskipun khitab ini ditujukan kepada Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam, ia juga berlaku bagi kaum muslimin. Bahwa setiap kaum muslimin wajib berdakwah dan dalam berdakwah harus menggunakan metode dakwah sebagaimana tuntunan ayat ini. Tiga metode dakwah pada ayat ini juga menunjukkan prioritas

implementasinya. Tiga metode dakwah itu adalah hikmah, mauidhah hasanah dan jidal. Buya Hamka dalam Tafsir Al Azhar menjelaskan, hikmah adalah kebijaksanaan. Yaitu cara yang bijaksana, akal budi yang mulia, dada yang lapang dan hati yang bersih guna menarik hati orang kepada agama Allah. Hikmah itu bukan sekedar kata-kata melainkan juga sikap hidup dan perbuatan. Bahkan sikap hidup dan perbuatan bisa lebih berhikmah daripada kata-kata. Mauidhatul hasanah adalah pengajaran yang baik, pesan-pesan yang baik sebagai nasehat. Sedangkan jidal adalah debat. Metode ini hanya ditempuh jika diperlukan. Ketika dakwah dibantah, disanggah atau ditantang untuk beradu argumentasi maka hendaklah perdebatan dilakukan dengan cara yang lebih baik yakni “lemah lembut, tutur kata yang baik serta cara yang bijak”, kata Ibnu Katsir.

Setelah menunjukkan metode dakwah, ayat ini mengisyaratkan bahwa kewajiban dai adalah menyampaikan, bukan memberi hidayah. Hanya Allah yang Kuasa memberikan hidayah. Allah mengetahui siapa di antara hamba-Nya yang tersesat dan siapa yang mendapat petunjuk. Allah Maha

Mengetahui siapa yang mau menentang dakwah dan siapa yang mau menerimanya. Sedangkan kewajiban nabi dan kaum muslimin hanyalah berdakwah.

Hipnosis adalah penetrasi kesadaran, dan kemudian penerimaan sugesti/ide atau gagasan yang mengarah pada perubahan perilaku dan tatanan psikologis dan emosional. Itu juga dapat didefinisikan sebagai keadaan pikiran ketika pikiran beroperasi itu dikurangi untuk memungkinkan individu memasuki keadaan bawah sadar, berbagai potensi internal dipertahankan, dan kualitas hidup dapat ditingkatkan secara efektif, cepat dan efisien untuk menginformasikan alam bawah sadar (Almatin, 2010).

Secara etimologis, kata hipnosis berasal dari bahasa Yunani hypnos yang berarti tidur. Padahal, bukan tidur tapi dalam keadaan konsentrasi, Dimana konsentrasi, klien tidak sadar tapi tidak sepenuhnya mengabaikan lingkungan (Rahmawati Tepi, 2018).

Adapun secara terminologi, menurut beberapa para ahli:

- 1) Indra majdid didalam bukunya Ibnu Hajar mendefinisikan hipnosis adalah suatu kondisi pikiran yang terpusat, sehingga tingkat *sugestibilitas* (daya terima saran) meningkat sangan tinggi. Dengan kondisi semacam ini maka intinya akan lebih memudahkan saran atau sugesti menjadi nilai baru bagi seseorang walaupun telah disadarkan dari kondisi hipnosis, yang disebut dengan *post hypnosis suggestion*.
- 2) Freddi Fadly Syukur, hipnosis adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya yang di capai dengan cara menurunkan gelombang otak. Adapun kondisi gelombang otak ketika seseorang dalam kondisi hipnosis adalah antara alpha dan theta (Wahyudi, 2012).

Keajaiban hipnosis dalam hal ini sebenarnya terlihat pada penyampaian pesan yang ditujukan langsung kepada klien (*other/self*). Pusat informasi yang disebut dalam dunia hipnosis terdapat di dalam diri semua manusia itu sendiri, disebut juga alam bawah sadar, dan memiliki fungsi dan gaya kerja yang berbeda dari pikiran normal.

Sebagai seni komunikasi, hipnosis melibatkan verbal (Latin) dan aspek Nonverbal (bahasa tubuh). Seperti halnya komunikasi sehari-hari, masih banyak orang yang pada umumnya belum mengetahui arti dari hipnosis, sehingga hal ini harus dipahami dan dipublikasikan (Faridah, 2017).

Dari pengertian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa pelatihan hipnosis adalah suatu kegiatan untuk menembus alam bawah sadar seseorang dimana seolah-olah dalam keadaan sedang tidur.

Hipnosis dikelompokkan ke dalam 2 kategori, sebagai berikut:

- 1) Hipnosis klasik, yaitu menyelami dan mempengaruhi lebih dalam pikiran orang secara mistis, dan syirik dalam pandangan islam. Misalnya sesajen, membakar kemenyan, ramu-ramuan tertentu dan lain sebagainya untuk mendatangkan bantuan jin.
- 2) Hipnosis modern, yakni dalam praktiknya tidak mengandung hal-hal yang bersifat haram, mistis, syirik, termasuk ideologi, perasaan, dan tradisi non Islam (Mustofa, 2017).

Saat berada dalam kondisi hipnosis, sebagaimana orang mungkin hanya merasakan sebuah kondisi relaksasi biasa. Namun, sebenarnya ketika dihipnosis ada sebuah perubahan aktivitas dalam otak seseorang. Kondisi tersebut hampir sama pada saat menjelang tidur, yaitu adanya pergeseran kondisi dari kondisi alpha ke delta.

Kondisi alpha ialah keadaan yang menyenangkan seperti pada saat melamun. Dalam keadaan ini, pikiran sangat terbuka sehingga mudah melakukan visualisasi dan memiliki pengalaman indrawi yang luar biasa. Semakin anda merasakan realitas dari kondisi tersebut, efeknya semakin anda rasakan pada saat anda bangun (Wong & Hakim, 2009).

c. Aplikasi Hipnosis

Hipnosis dan keterampilan yang melingkupinya sebenarnya dapat dipelajari oleh siapa saja, namun bagi mereka yang benar-benar tertarik untuk menjadi seorang praktisi memiliki syarat utama untuk dapat berlatih hipnosis yang harus dipenuhi. Persyaratan yang mesti dimiliki agar mampu melakukan proses hipnosis meliputi:

- 1) Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan baik atau memiliki hambatan serius dalam berkomunikasi (misalnya: gagap atau memiliki gangguan pendengaran).
- 2) Memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

Praktik hipnosis sesungguhnya cukup mudah apalagi bagi yang hendak melakukan *self hypnosis*. Berikut langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam proses hipnosis:

- 1) *Pra Induksi* yaitu langkah untuk menganalisa permasalahan klien, pengujian tingkat sugesti klien dan pemahamannya terhadap hipnosis.
- 2) *Induksi* yaitu trik yang berfungsi menjadikan kesadaran klien menjadi sangat rileks atau bahkan tertidur.
- 3) *Deepening* yaitu upaya untuk membimbing client berimajinasi melakukan sesuatu kegiatan atau berada di suatu tempat yang mudah dirasakan oleh klien tersebut.
- 4) *Dept lefel test Tes* adalah tehnik yang digunakan untuk mengukur seberapa dalam level *trance* (fokus) klien. Tes ini dilakukan karena beberapa orang yang telah mencapai level *trance* tertentu.

- 5) *Sugesti* yakni pemberian saran kepada klien.
- 6) *Terminasi* adalah tahapan akhir dari proses hipnosis (Faridah, 2017).

Dengan melakukan langkah-langkah tersebut, seseorang akan dapat melakukan hipnosis sepanjang memiliki persyaratan seperti yang telah dikelaskan sebelumnya.

2. Tinjauan Tentang Kecerdasan Emosional

a. Pengertian kecerdasan

Kebutuhan untuk memahami arti dan pentingnya pengukuran kecerdasan manusia dapat dikatakan berasal dari Paris pada awal 1900-an, ketika Menteri Pendidikan Prancis dan para pemimpin Paris melakukan percakapan dengan psikolog Alfred Binet tentang permintaan yang tidak biasa yang dapat ia desain. Alat yang dapat mengidentifikasi anak-anak dengan cacat intelektual dan membutuhkan bantuan tambahan Binet berhasil, dan lahirlah tes IQ (Hoerr R, 2007). Sejak saat itu dimulailah perkembangan teori-teori kecerdasan dari ahli-ahli psikologi di dunia.

Dari berbagai teori-teori kecerdasan menurut para ahli. Berikut ini beberapa teori kecerdasan yang populer :

- 1) Kecerdasaan menurut Alfred Binet dalam bukunya Purwa Almaja Prawira, kecerdasan adalah kecenderungan untuk mengambil dan mempertahankan pilihan yang tepat, kapasitas untuk beradaptasi dengan maksud memperoleh tujuan yang diinginkan dan kekuatan *autokritik* (Prawira Almaja, 2016).
- 2) Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall dalam bukunya Munif Chatib, kecerdasan tertinggi adalah kecerdasan Spritual, mereka meninggalkan jauh-jauh kecerdasan manusia berbasis angka (Chatib, 2012).

Dari beberapa pengertian diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa Kecerdasan adalah kemampuan pribadi untuk memahami, melakukan *inovasi* dan memberikan *solusi* terhadap berbagai persoalan dalam hidup.

b. Pengertian Emosi

Emosi tidak muncul hanya dalam kaitannya dengan apa yang telah terjadi. Namun terkadang kita

juga bisa mengalami emosi untuk sesuatu yang belum terjadi, karena emosi tidak hanya muncul dalam situasi nyata, tetapi juga bisa muncul dalam situasi imajiner. Bagi otak kita, tidak memiliki perbedaan apakah itu sebuah peristiwa nyata atau hanya imajinasi (Aji, 2020).

Adapun pengertian emosi menurut beberapa ahli, diantaranya:

- 1) William James, emosi adalah kecenderungan untuk memiliki perasaan yang khas apabila berhadapan dengan objek tertentu dalam lingkungannya.
- 2) Crow dan Crow, mengartikan emosi sebagai suatu keadaan yang berkeaja pada diri individu yang berfungsi sebagai *inner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu (Sobur, 2016).

Emosi memiliki pengaruh yang besar terhadap keputusan hidup manusia. Keputusan yang dibuat melalui emosi tidak jarang terjadi. Manusia bahkan tidak mengambil keputusan murni melalui pemikiran rasional. Ketika seseorang dapat

memperhatikan keputusan dalam hidup, ternyata keputusan itu lebih ditentukan oleh emosi daripada akal sehat (Amrozi Rahmatullah, 2019).

Di luar suasana hati terdapat tempramen, dimana kesiapan untuk memunculkan perasaan emosi tertentu atau suasana hati yang membuat orang menjadi gembira, murung, atau takut. Ada juga gangguan emosi seperti kecemasan yang tak kunjung reda atau depresi, ketika seseorang merasa terus menerus terjebak dalam kesedihan (Daud, 2012).

Dari beberapa pengertian di atas, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa emosi merupakan setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap.

c. Kecerdasan emosional

Istilah kecerdasan emosional pertama kali di kemukakan pada tahun 1990 oleh dua orang psikolog bernama Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan seseorang. Salovey dan Mayer

mendefinisikan kecerdasan emosional (EQ) sebagai berikut: “ Himpunan bagian dari kecerdasan social yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan orang lain, memilih-milah semuanya dengan menggunakan informasi itu untuk membimbing pikiran dan tindakan” (Gusniawati, 2015).

Individu perlu memiliki kecerdasan emosional, karena kondisi emosional mempengaruhi pikiran, ucapan, dan perilaku, termasuk di tempat kerja. Orang dengan EQ akan dapat memahami keadaan emosinya dan bagaimana mengekspresikan emosinya dengan tepat, sehingga mengendalikan emosinya dan memberikan banyak manfaat dalam kehidupan sehari-hari. Banyak orang yang cerdas secara akademis tetapi tidak memiliki kecerdasan emosional tidak dapat berhasil di tempat kerja. EQ juga dapat mempelajari keterampilan sederhana yang mendukung kinerja (Sumiyarsih, 2012).

Cooper dan Sawaf menjelaskan kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan

kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi, dan pengaruh yang manusiawi.

Adapun menurut Goleman, kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain. Seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, keterampilan sosial, dan empati.

Kecerdasan emosional sering disebut sebagai "*street smart*" atau "akal sehat" sebagai keterampilan khusus. Kecerdasan emosional mengacu pada kemampuan membaca dan memperbaiki lingkungan sosial. Juga dalam hal kemampuan untuk secara langsung memahami apa yang diinginkan dan dibutuhkan orang lain, hal yang sama Tidak hanya kelebihan dan kekurangan kemampuan membaca mereka, tetapi juga kemampuan untuk merasa nyaman karena kehadiran mereka diidamkan oleh orang lain. Oleh karena itu, semakin tinggi EQ seseorang, semakin besar

kemungkinan dia untuk berhasil sebagai pekerja, orang tua, manajer, siswa, dll (Daud, 2012).

Berdasarkan definisi para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali emosi diri sendiri, mengelola, mengekspresikan emosi diri sendiri dengan tepat, memotivasi diri sendiri, mengenali orang lain dan menjaga hubungan yang baik dengan orang lain. Dengan demikian, kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol emosinya secara sehat terutama dalam berhubungan dengan orang lain.

Emosional sangat memberikan pengaruh besar dalam merubah diri seseorang, karena kecerdasan emosional yang baik akan mampu mengelola jiwa dan perasaan dengan baik. Di dalam al-Qur'an banyak ayat yang memberikan gambaran tentang perlunya untuk mengelola kecerdasan emosi salah satunya dengan berfikir.

Seperti dalam firman Allah swt:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ
لآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَبْصَارِ

Terjemahnya :

“Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal.” (QS. Ali-Imran/3: 190).

Kandungan ayat ini, menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki akal sehat akan selalu berfikir untuk merenungkan tanda-tanda kebesaran Allah seperti pergantian siang dan malam. Orang-orang yang selalu berfikir dengan baik, ini merupakan hasil dari kecerdasan emosional yang dimilikinya. Dalam ayat ini, Allah menyebutkan dalam Firman-Nya bahwa merekalah yang mempunyai akal sehat, mengetahui hakikat banyak hal secara jelas dan nyata, mereka bukan orang-orang tuli dan bisu yang tidak berakal (Petettengi Zuhri, 2019).

Kecerdasan emosional adalah sisi lain kecenderungan kognitif yang berperan dalam

aktivitas manusia, yang meliputi kesadaran diri dan kendali diri, semangat dan motivasi diri serta empati dan kecakapan sosial. Kecerdasan emosi lebih di tunjukkan kepada upaya mengendalikan, memahami dan mewujudkan emosi agar terkendali dan dapat dimanfaatkan untuk menyelesaikan masalah kehidupan, terutama yang terkait dengan kehidupan manusia.

Kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mempersepsikan emosi orang lain dan diri sendiri, dapat membedakan dan menggunakan informasi tersebut dalam berfikir dan bertindak. Adanya ide bahwa emosi menyebabkan seorang individu berfikir lebih cerdas, yang salah satunya pikiran cerdas itu ialah berhubungan dengan emosi, kecerdasan emosional sebagai kemampuan mempersepsi emosi, membangkitkan, dan memahami emosi sehingga dapat mengembangkan pertumbuhan (Fauziah, 2015).

d. Komponen-komponen kecerdasan emosional

Adapun komponen-komponen kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman:

1) Kesadaran diri

Kesadaran diri adalah mengetahui bagaimana perasaan kita pada saat tertentu dan menggunakannya untuk membuat keputusan tentang diri kita sendiri, efikasi diri, dan kepercayaan diri yang kuat. Termasuk: kepercayaan diri dan kecerdasan emosi diri.

2) Pengaturan diri

Pengaturan diri adalah cara menangani emosi, dan mereka dapat memiliki dampak positif pada kinerja tugas. Termasuk: pengendalian diri, inovasi, kemampuan beradaptasi, kewaspadaan, dan kepercayaan.

3) Motivasi

Dalam proses pelaksanaan tugasnya, pendidik sering menemukan bahwa siswa kurang memiliki motivasi untuk meningkatkan prestasi akademiknya, oleh karena itu pendidik harus mampu meningkatkan semangat belajar siswa.

4) Empati

Empati adalah tentang merasakan perasaan orang lain, memahami pendapat Anda

sendiri, membangun hubungan kepercayaan, dan berteman dengan orang yang berbeda. Komposisi: Memahami orang lain dan mengembangkan orang lain.

5) Keterampilan sosial

Keterampilan sosial menangani emosi dengan baik ketika berinteraksi dengan orang lain dan kemampuan untuk membaca situasi dan jaringan sosial dengan cermat, dan berkomunikasi dengan orang lain, dan untuk bekerja sama dan bekerja dalam tim. Terdiri dari: komunikasi, pengaruh, kepemimpinan, serta kerja sama tim (Zidan, 2019).

e. Kecerdasan emosional dalam Al-Qur'an

Al-Quran adalah kitab pemberi petunjuk kepada jalan yang lurus sebagaimana firman-Nya:

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَيِّنُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا

Terjemahnya:

“Sesungguhnya Al-Qur'an ini memberikan petunjuk kepada (jalan) yang lebih lurus dan memberi kabar gembira kepada orang yang mu'min yang mengerjakan amal sholeh bahwa bagi mereka ada

pahala yang besar. (QS. Al-Isra'/17:9) (Khazanah, 2013).

Instruksi tersebut ditujukan untuk memastikan kesejahteraan dan kebahagiaan bagi orang-orang, baik secara individu maupun kelompok. Banyak sekali ayat Al-Qur'an yang berisi ajaran bahwa seseorang harus selalu memperkuat iman, sabar, percaya diri, optimis, selalu memiliki harapan, tidak mudah menyerah, semangat, dll. Sebagai manifestasi dari iman seseorang pelayan.

Iman dapat mendidik emosi, iman yang benar adalah yang bermanfaat tidak hanya dalam bentuk vertikal untuk dirinya sendiri yaitu *hablu min Allah*, tetapi juga dapat digunakan secara horizontal dalam kehidupan bermasyarakat yaitu *hablu min an-nas*, yang dapat diwujudkan dengan emosi yang stabil. Bentuknya bisa berupa sikap terhadap diri sendiri atau orang lain. Dalam berbagai ayat, ungkapan beribadah kepada Allah (iman) selalu dirangkai dengan perintah untuk berbuat baik kepada sesama, seperti perintah untuk

shalat (dimensi vertikal) dan selalu disertai dengan perintah untuk membayar zakat (dimensi horizontal).

f. Faktor pendukung

Kecerdasan emosi juga dipengaruhi oleh beberapa faktor penting pendukungnya. Menurut Goleman, ada 2 faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosi antara lain:

- 1) Faktor internal merupakan faktor dalam diri seseorang. Setiap orang akan mempunyai otak emosional yang di dalamnya terdapat sistem saraf pengantar emosi atau lebih dikenal dengan otak emosional.
- 2) Faktor eksternal merupakan faktor pengaruh yang berasal dari luar diri seseorang. Faktor eksternal kecerdasan emosi adalah faktor yang datang dari luar dan mempengaruhi perubahan sikap. Pengaruh tersebut dapat berupa perorangan atau secara kelompok. Perorangan mempengaruhi kelompok atau kelompok mempengaruhi perorangan. Hal ini lebih memicu pada lingkungan (Anwar, 2020).

g. Faktor penghambat

Proses induksi tidak selamanya berlangsung mulus atau mudah. Faktor-faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya hambatan terdapat pada terapis dan klien. Hipnoterapis yang bersifat kaku, otoriter, bersifat memaksa, atau tidak peka akan kondisi dan kebutuhan klien pasti akan mengalami masalah selama induksi. Ketika klien merasa dihargai, diundang untuk berpartisipasi aktif dalam proses permitif, kolaboratif, dan didasari penghormatan pada tujuan yang hendak klien capai, maka kecil kemungkinan muncul kendala dalam proses induksi. Saat hipnoterapis bersikap lentur, penuh perhatian, tulus, terbuka, dan fokus pada kebaikan klien maka sangat tinggi peluang keberhasilan induksi dan terapi (Gunawan, 2017).

B. Penelitian Relevan

Masalah yang peneliti bahas dalam proposal ini memiliki beberapa referensi, meski ada yang membahas secara tersirat maupun tersurat, sumber yang menjadi relevan terhadap masalah yang peneliti bahas diantaranya:

1. Jainal Ilmi, *Pelatihan self Hypnosis Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa*. Penelitian ini bertujuan untuk Tujuan

penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian Pelatihan Self Hypnosis untuk meningkatkan kepercayaan diri berbicara di depan publik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis eksperimen murni serta dengan desain One Group Pre test-Post test Design. Penentuan subjek penelitian menggunakan teknik purposive sampling. Pengambilan data menggunakan alat ukur skala kepercayaan diri berbicara di depan public. Teknik analisa data menggunakan uji nonparametrik berupa Wilcoxon Signed Ranks Test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri berbicara di depan publik antara sebelum (Pre test) dengan sesudah di berikan intervensi (Post test. Hal ini membuktikan bahwa Pelatihan Self Hypnosis dapat di gunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam berbicara di depan publik. Adapun persamaan dari penelitian penulis adalah pelatihan hypnosis kepada mahasiswa Fukis IAIM Sinjai (Ilmi, 2017). Sedangkan perbedaannya dari penelitian penulis yaitu untuk meningkatkan kecerdasan emosional

mahasiswa Fukis IAIM Sinjai dengan menggunakan penelitian kualitatif.

2. Muhammad Sidik Afandi, *Pelatihan Hypnoteaching dalam Penguatan Kompetensi Pedagogik Calon Guru Pendidikan Agama Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga Tahun 2018*. Penelitian ini bertujuan untuk menguatkan kompetensi pedagogik calon guru PAI. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan penelitian eksperimen. Dengan menanamkan langkah-langkah hypnoteaching pada calon guru PAI, adapun langkah-langkahnya adalah (1) niat dan motivasi dalam diri sendiri; (2) pacing atau menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak dengan orang lain atau peserta didik; (3) leading atau mengarahkan peserta didik; (4) menggunakan kata-kata positif; (5) memberikan pujian; (6) modeling atau memberi teladan melalui ucapan dan perilaku, sehingga mampu menyentuh dimensi spiritual dan dimensi emosional peserta didik. Dengan demikian, pelatihan hypnoteaching efektif menguatkan kompetensi pedagogik calon guru PAI IAIN Salatiga tahun 2018 (Afandi Sidik, 2018). Persamaanya terletak

pada pelatihan. Sedangkan perbedaannya terletak pada penelitian penulis di khususkan untuk mahasiswa.

3. Wahdania, *Persepsi Mahasiswa BPI IAIM Sinjai Terhadap Maraknya Pelatihan Hipnotherapy Di Kabupaten Sinjai*. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Persepsi Mahasiswa BPI IAIM Sinjai Terhadap Maraknya Pelatihan Hipnotherapy Di Kabupaten Sinjai dan Manfaat Hipnotherapy Bagi Mahasiswa Terhadap Maraknya Pelatihan Hipnotherapy. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, yaitu sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif, berupa kata-kata dari orang yang diteliti. Pengumpulan data dilakukan dengan mengadakan wawancara, dokumentasi, dan observasi. Analisis datanya menggunakan metode analisis data kualitatif yang bersifat deskriptif melalui penjelasan atau uraian yang dapat ditarik kesimpulan dengan menggunakan nalar berfikir induktif. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa tanggapan mahasiswa BPI IAIM Sinjai Terhadap Maraknya Pelatihan Hipnotherapy di Kabupaten Sinjai Mengenai pelaksanaan dan manfaatnya diterima dengan baik oleh Mahasiswa BPI IAIM Sinjai terbukti dari keseriusan mereka beberapa diantaranya sudah pernah

mengikuti pelatihan Hipnosis/Hipnotherapy dan merasakan manfaat dari pelatihan itu sendiri adapun pembimbing pada dasarnya baik, akan masih perlu meningkatkan keprofesionalan dalam bidang bimbingan khususnya dalam penguasaan metode dan materi. Dengan demikian pelaksanaan pelatihan hipnotherapy di kabupaten sinjai menjadi sangat penting dilakukan karena memiliki manfaat tersendiri terkhususnya terhadap mahasiswa BPI IAIM Sinjai sebagai suatu keahlian (Wahdania, 2018). Persamaan dari penelitian penulis terletak pada keseriusan mereka beberapa diantaranya sudah pernah mengikuti pelatihan hypnosis dan merasakan manfaat dari pelatihan itu sendiri. Sedangkan perbedaannya terletak di penelitian penulis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti berusaha mendapatkan informasi dan data yang menggunakan jenis dan pendidikan penelitian.

1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis memilih jenis penelitian yang akan dipakai yaitu naturalistik. Penulis akan langsung terjun kelokasi penelitian untuk mencari data pendukung permasalahan yang diajukan. Penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah penelitian deskriptif yang berusaha mendeskripsikan peristiwa dan kejadian yang menjadi pusat perhatian tanpa memberikan perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut (Noor, 2017).

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif pada dasarnya merupakan suatu proses penyelidikan, dari sebuah penyelidikan akan dihimpun data-data utama dan sekaligus data tambahan. Sumber data utama dalam

penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan. Sedangkan data tertulis, foto, dan statistik adalah data tambahan. Tujuan utama penelitian kualitatif adalah untuk memahami (*to understand*) fenomena atau gejala sosial dengan lebih menitik beratkan pada gambaran yang lengkap tentang fenomena yang dikaji. Harapannya dengan diperoleh pemahaman yang mendalam tentang fenomena untuk selanjutnya akan menghasilkan sebuah teori (All et, 2016).

B. Definisi Operasional

Untuk menghindari kekeliruan penafsiran dan kesalahpahaman serta pengertian yang simpan siur, maka peneliti kemukakan pengertian dan penegasan judul skripsi bahwa Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai adalah bagaimana penerapan mahasiswa setelah mengikuti pelatihan hiposis dalam peningkatan kecerdasan emosional di Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Adapun tempat dan waktu penelitian sebagai berikut:

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian merupakan tempat dimana peneliti melakukan kegiatan penelitian untuk memperoleh data-data dan informasi yang diperlukan dalam penelitian. Penelitian ini bertempat di kampus IAI Muhammadiyah Sinjai.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian merupakan batas waktu yang digunakan peneliti untuk melakukan penelitian dimulai dari proses penelitian sampai selesai. Adapun waktu yang digunakan peneliti Desember 2021 sampai April 2022.

D. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa akhir semester 7 sebanyak 20 orang di prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam. Subjek ini dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu dan dianggap sebagai orang yang tepat dalam memberikan informasi terkait judul penelitian yang akan dilakukan peneliti.

2. Objek Penelitian

Objek dari penelitian ini adalah implementasi pelatihan hipnosis yang diterapkan oleh mahasiswa akhir semester 7 dalam meningkatkan kecerdasan emosional.

E. Teknik Pengumpulan data

Adapun tehnik pengumpulan data yang digunakan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi merupakan metode yang dilakukan dengan cara pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode observasi non partisipan, yaitu peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen (Baswori & Suwandi, 2008).

2. Wawancara

Wawancara merupakan proses Tanya-jawab yang mengarah pada tujuan tertentu. Tujuan tertentu itu adalah tujuan penelitian untuk menggali informasi yang relevan dengan fokus penelitian untuk menggali informasi yang relevan dengan fokus penelitian. Dalam penelitian ini pewawancara harus memiliki kompetensi membangun kepercayaan dan hubungan yang baik dengan partisipan sehingga partisipan dapat secara jujur memberi informasi-informasi mendalam yang diperlukan (Hanurawan, 2016). Adapun data yang di dapat pada wawancara yaitu bagaimana implementasi pelatihan

hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan daftar dokumen alat atau sarana yang digunakan untuk memperoleh data melalui arsip-arsip atau gambar yang ada hubungannya dengan masalah yang akan dibahas. Metode dokumentasi dalam penelitian ini dipergunakan untuk melengkapi dari hasil wawancara dan hasil pengamatan (observasi) (Hasan, 2002).

F. Instrument Penelitian

Keberhasilan suatu penelitian tidak lepas dari instrument yang digunakan, karena itu instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Lembar Observasi

Alat observasi yang penulis gunakan adalah daftar check list dan buku.

2. Pedoman Wawancara

Instrument wawancara pada penelitian penulis ini adalah sejumlah pertanyaan yang sudah disusun oleh penulis untuk memperoleh data yang berkaitan dengan implementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan

kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

3. Dokumentasi

- a. Catatan atau data Implementasi Pelatihan Hipnosis dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.
- b. Buku, buku adalah sumber referensi yang memiliki kekuatan bukti yang lebih nyata.
- c. Alat dokumentasi, alat dokumentasi yang digunakan adalah *Handphone* (kamera) berfungsi untuk memotret jika peneliti sedang melakukan pembicaraan dengan responden atau sumber data serta untuk mempermudah penelitian berupa foto-foto kegiatan pelaksanaan penelitian. *Flashdisk* berfungsi untuk menyimpan file untuk kepentingan penelitian.

G. Pengujian Keabsahan Data

Menjamin data yang telah dikumpulkan, maka penulis melakukan pengecekan kebenaran data yang diperoleh. Teknik pengecekan tersebut dilakukan dengan menggunakan metode triangulasi. Triangulasi dilakukan dengan membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu

dan alat yang berbeda dalam penelitian kualitatif. Jadi, melalui teknik ini, penulis betul-betul memeriksa dan meng-*crosscek* data observasi, wawancara, dan termasuk dokumentasi. Keseluruhan data tersebut dicek sumbernya dan termasuk dengan teori-teori yang telah ada sebelumnya.

Beberapa langkah yang dilakukan oleh penulis dalam menerapkan triangulasi ini adalah:

1. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
2. Membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi.
3. Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu.
4. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan masyarakat dari berbagai kelas.
5. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

Manakala ada data yang diragukan, maka penulis tidak serta merta memasukkannya sebagai hasil penelitian karena dianggap data tersebut tidak valid.

H. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian karena dari analisis ini akan diperoleh temuan, baik temuan substantif maupun formal. Selain itu, analisis data kualitatif sangat sulit karena tidak ada pedoman buku, tidak berproses secara linier dan tidak ada aturan-aturan sistematis. Pada hakikatnya, analisis data merupakan sebuah kegiatan mengatur, mengurutkan, mengelompokkan, memberi kode/tanda dan mengkategorikannya sehingga diperoleh suatu temuan. Berdasarkan fokus atau masalah yang ingin dijawab melalui serangkaian aktifitas tersebut, data kualitatif yang biasanya berserakan dan bertumpuk-tumpuk biasa disederhanakan akhirnya bisa dipahami dengan mudah (Gunawan, 2016).

Uraian diatas, maka prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengumpulan data (*Collection data*)

Pada analisis model pertama dilakukan pengumpulan data hasil wawancara, hasil observasi, dan berbagai dokumen berdasarkan kategorisasi yang sesuai dengan penelitian yang kemudian dikembangkan penajaman data melalui pencarian data selanjutnya.

2. Reduksi Data (*Data reductions*)

Reduksi data adalah proses merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, mencari tema dan polanya. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran lebih jelas dan memudahkan dalam pengumpulan data.

3. Display Data

Pemaparan data sebagai sekumpulan informasi tersusun, dan memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian data digunakan untuk lebih meningkatkan pemahaman kasus dan sebagai acuan mengambil tindakan berdasarkan pemahaman dan analisis sajian data.

4. Verifikasi Data

Verifikasi data atau penarikan kesimpulan merupakan hasil penelitian yang menjawab fokus penelitian berdasarkan analisis data. Berdasarkan hasil uraian diatas teknik analisis data maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa dalam melakukan analisis data sebagai kegiatan yang mengatur dan mengelompokkan data sehingga diperoleh suatu temuan sesuai dengan fokus atau masalah yang ingin dijawab dalam suatau penelitian, dengan menggunakan reduksi data, paparan data, verifikasi data untuk memilih hal-hal pokok dan hal-hal

penting dalam suatu penelitian dapat menginginkan pemahaman dari kasus dalam mengambil suatu tindakan dan kesimpulan dari hasil penelitian (Sugiyono, 2015).

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam

Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam merupakan salah satu Fakultas di IAI Muhammadiyah Sinjai. Cikal bakal Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam telah ada sejak berubahnya nama lembaga pendidikan dari sekolah Tinggi ilmu Tarbiyah Muhammadiyah Sinjai menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Muhammadiyah yang melakukan penambahan Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

Peralihan status STAIM Sinjai menjadi IAI Muhammadiyah Sinjai berdasarkan SK Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 6722 Tahun 2015 tanggal 24 November 2015. Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai bertempat di Kabupaten Sinjai Provinsi Sulawesi Selatan yang dari sejak awal pendiriannya untuk batas waktu yang tidak ditentukan, setelah peralihan status dari sekolah tinggi ke Institut, Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam dijadikan sebagai satu fakultas setelah ditambahkan dengan Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir.

Dengan demikian, Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam resmi terbentuk dengan membina dua program studi, yaitu Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang terbentuk sejak tanggal 16 Juni 1995 sesuai surat Keputusan menteri Agama RI Nomor 226/1995 dan Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir yang terbentuk sejak Tahun 2015 sesuai dengan SK Kementerian Agama RI. Nomor 361 Tahun 2015. Pada tahun 2019 Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam telah bergabung pada Asosiasi Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam/ BKI Seindonesia (PABKI). Hal yang sama juga pada Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dengan bergabungnya pada Asosiasi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir pada tahun 2020.

Setelah terbentuknya Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam yang membina dua jurusan, Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam kemudian mengusulkan untuk pembukaan prodi baru, yaitu Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam resmi dibuka dengan diterimanya SK Direktur Jenderal Pendidikan Islam RI No. 5374 Tahun 2016 tertanggal 26 September 2016 tentang izin penyelenggaraan program studi. Pada tahun 2017 tepatnya di bulan Mei, Program

Studi Komunikasi Islam dan Penyiaran Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai bergabung dengan Asosiasi Komunikasi dan Penyiaran Islam Indonesia. Hal ini ditandai dengan diterimanya piagam penghargaan ASKOPIS bernomor 04/ASKOPIS/P.H/A/XII/2016 dengan Nomor Induk Keanggotaan: 16.02.A.0009.

2. Visi, Misi dan Tujuan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam

1) Visi

“Menjadi Lembaga Pusat Keislaman yang Berbasis Riset dan Teknologi.”

2) Misi

- a) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran yang Berbasis riset dan Teknologi dalam bidang Ilmu Ushuluddin dan Komunikasi Islam.
- b) Melakukan dan mengembangkan penelitian yang berbasis Teknologi dan kerjasama dalam bidang Ilmu Ushuluddin dan Komunika-sin Islam.
- c) Melakukan dan mengembangkan Pengabdian kepada Masyarakat yang Berbasis Riset dan

Teknologi dalam Bidang Ilmu Ushuluddin dan Komunikasi Islam.

- d) Melakukan kajian Al-Islam dan Kemuhammadiyah yang Berbasis Riset dan Teknologi dalam Bidang Ilmu Ushuluddin dan Komunikasi Islam.

3) Tujuan

Menghasilkan sarjana yang menguasai ilmu ushuluddin dan komunikasi islam serta bertanggung jawab atas terwujudnya masyarakat berkemajuan.

3. Struktural Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam

Gambar 1.1 Struktur Organisasi IAI Muhammadiyah Sinjai



Peneliti lebih memfokuskan di Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam. Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam sendiri berdiri Sejak tanggal 12 september 2005. Saat itu perkembangan

program studi masih belum begitu pesat dilihat dari jumlah mahasiswa yang masih begitu kecil dan pengetahuan masyarakat akan prodi bimbingan dan penyuluhan islam masih belum begitu meluas. Pengembangan program studi dari tahun ke tahun terus dilakukan mulai dari penambahan dosen tetap, peningkatan jumlah mahasiswa, perubahan akreditasi.

Berubahnya peralihan status dari Sekolah Tinggi Agama islam Muhammadiyah (STAIM) menjadi IAI Muhammadiyah Sinjai membawa perubahan yang signifikan bagi kampus terkhusus pada program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, tepatnya pada tahun 2016 kemajuan program studi Bimbingan dan penyuluhan Islam dapat dilihat dari jumlah mahasiswa yang sudah mencapai dua ruangan dengan jumlah mencapai 70an mahasiswa. Mulai dari tahun tersebut perkembangan program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam terus berkembang, ditahun berikutnya tepat pada tahun 2015 program studi Bimbingan dan Penyuluhan islam sudah mencapai tahap akreditasi B.

Berikut nama-nama ketua program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam:

Tabel 1.1 Nama-nama Ketua Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

No.	NAMA	PERIODE
1.	Dr. A.Makmur Jaya Nur, M.Pd	
2.	Dr. Hardianto Rahman, M.Pd.I	
3.	Dr. Suriati, S.Ag, M.Sos.I	
4.	Rahmatullah, S.Sos.I, M	2015-2019
5.	Mulkiyan, S.Sos, MA	2020-2024

1. Visi

Menjadi Program Studi yang islami,
Kompetiti dalam Bidang Bimbingan dan Peyuluhan
Islam.

2. Misi

- a. Melaksanakan pendidikan dan pengajaran tentang Bimbingan Penyuluhan Islam.
- b. Melakukan penelitian dan pengembangan tentang bimbingan dan penyuluhan islam sesuai dengan kebutuhan masyarakat.
- c. Melaksanakan pengabdian kemasyarakatan mengenai bimbingan penyuluhan islam.

d. Melaksanakan pengkajian dan pembinaan al islam dan kemuhammadiyah.

e.

3. Tujuan

a. Tujuan Umum

Mendidik calon cendekiawan muslim yang beriman, bertaqwa dan berakhlak mulia serta memiliki keahlian dan keterampilan dalam bidang ke-BPI-an.

b. Tujuan Khusus

Menghasilkan sarjana bimbingan dan Penyuluhan Islam yang memiliki kompetensi:

a. Pembimbing-konselor agama di lembaga pemerintah dan masyarakat.

b. Pembimbing-konselor Pendidikan di Madrasah, Pesantren dan sekolah.

c. Pembimbing karir Islam di lembaga pendidikan dan perusahaan.

d. Pembimbing-konselor Pra Nikah dan Keluarga Sakinah di Kemenag/ BP 4.

e. Pembimbing-konselor mental rohani (BIMTAL/BIMROH) di DEPHANKAM, Kepolisian, Lembaga Pemasarakatan.

f. Pembimbing rohani Islam di Rumah Sakit.

g. Penyuluh agama di Kemenag.

h. Penyuluh Keluarga Berencana di BKKBN.

- i. Penyuluh Anti Narkoba dan HIV/AIDS, (Penyuluh Sosial di BNN/BNP/BNK dan KPA).
- j. Penyuluh Sosial di Kemensos.
- k. Terapis/pendamping dengan basis psikoterapi Islam pada berbagai lembaga terapi.
- l. Ilmuwan/akademisi dakwah (dosen/peneliti) bidang bimbingan Penyuluhan, penyuluhan dan psikoterapi Islam.

Adapun jumlah mahasiswa yang masih aktif di Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan sampai sekarang melakukan penelitian adalah:

Tabel 1.2 Jumlah mahasiswa aktif Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam

No.	JUMLAH MAHASISWA	PERIODE
1.	70	2018-2019
2.	71	2019-2020
3.	44	2020-2021
4.	22	2021-2022

Berdasarkan wawancara dengan ketua Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang mengatakan

bahwa “Mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan hipnosis sebanyak 70 orang.”

Adapun nama-nama mahasiswa Prodi Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai semester 7 yang telah mengikuti pelatihan hipnosis adalah sebagai berikut:

Tabel 1.3 Nama-nama Mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan hipnosis.

No	Nama Mahasiswa	No	Nama Mahasiswa	No	Nama Mahasiswa
1.	M. Ikhsan	25.	Ummul Khaera	48.	Hasmi
2.	Muh Yusril	26.	Helmiani	49.	Ritawati
3.	Nurul Awaliah R	27.	Hawa	50.	Wahyuni
4.	Muh. Fazlur Rahman	28.	Riskayanti	51.	Mir nawati
5.	Rifka Tunnisa	29.	Rina Amelia	52.	Nurul Afwani
6.	Nurul Annisya	30.	Irfan	53.	Megawati
7.	Harmadani	31.	Asfar	54.	Lukman
8.	Sartika Said	32.	Marlina	55.	A.Sriwidari

					Ashar
9.	Nurhidayat	33.	Erniati	56.	Sri Devi
10.	Nurasmila	34.	Nurul Annaha	57.	Diyah Rahayu
11.	Nurlinda Reski	35.	Fikri Sabri A.	58.	Faisal
12.	Rika Rahayu	36.	Tri Astuti	59.	Mulkhaeri
13.	Suprianto	37.	Khairunnisa	60.	Syamsinar
14.	Musyarif	38.	Risdawati	61.	Riski Amelia
15.	A.Nurhidayah	39.	Nurhayati	62.	Firawati
16.	Nurul Fadillah Arna	40.	Ulfianti	63.	Serianti
17.	Miftahul Jannah	41.	Astriani	64.	Nursyila
18.	Abd. Samad	42.	Amelia Anas	65.	Miftahul Rahmat
19.	Haeruddin	43.	Muhaeda	66.	M.Nur Abrar
20.	Muhammad Sulaiman	44.	Agustina	67.	Risnawati
21.	Irfandi	45.	Muh. Syukur	68.	Reskiawan
22.	Muzayyana	46.	Muh. Harsal	69.	Nusyamsidar
23.	Satriani	47.	Arming	70.	Putri Ananda

					P
24.	Haerul				

Nama-nama diatas adalah mahasiswa semester 7 Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam yang baru saja telah mengikuti pelatihan hipnosis.

B. Hasil Dan Pembahasan Penelitian

1. Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa

Umumnya hakikat manusia dan manusia seutuhnya memberikan gambaran mengenai tuntutan terhadap perikehidupan manusia dan potensi yang ada pada diri manusia. Manusia dituntut untuk mampu mengembangkan dan menyesuaikan diri terhadap masyarakat, dan untuk itu manusia telah dilengkapi dengan berbagai potensi, baik potensi yang berkenaan dengan keindahan dan ketinggian derajat kemanusiaannya. Pengembangan kemanusiaan hendaknya mencapai pribadi-pribadi yang pendiriannya matang, dengan kemampuan social yang menyejukkan, kesusilaan yang tinggi, dan keimanan serta ketakwaan yang dalam.

Keadaan yang sering dijumpai adalah keadaan pribadi yang kurang berkembang dan rapuh, kesosialan yang panas dan sangar, kesusilaan yang rendah, dan keimanan serta ketakwaan yang dangkal. Sehubungan dengan hal itu terkadang terkadang kita temui permasalahan mahasiswa, maka dari itu metode hipnosis merupakan suatu bentuk metode konseling dan terapi untuk klien atau pun mahasiswa dengan memberikan sugesti langsung kealam bawah sadarnya. Penerapan metode ini dalam proses konseling dan terapi diharapkan mampu menjadi *problem solving* (penyelesaian masalah) dalam membantu klien atau mahasiswa menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dengan tuntas. Setelahnya klien atau mahasiswa mampu melakukan pengembangan diri dalam mewujudkan impian dan cita-citanya.

Konsep kecerdasan emosional yang ditawarkan dalam dunia psikologi, seperti ada sebuah pintu yang tadinya terkunci rapat menjadi terbuka. Sehingga psikologi saat ini dapat memetakan perasaan manusia, sebagai jiwa manusia yang tidak rasional. Emosi yang dimunculkan dalam suatu tindakan sangat mempengaruhi kehidupan manusia ketika dalam mengambil suatu keputusan. Hal ini tentu tidak jarang suatu keputusan

diambil hanya dari sudut emosional tanpa ada kolaborasi dengan akal rasional yang pada akhirnya menghasilkan keputusan yang terkesan kurang bijak.

Sebagaimana yang diungkapkan oleh salah satu narasumber peneliti, yakni Nursyamsidar selaku mahasiswa prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah mengikuti pelatihan tersebut mengatakan bahwa:

Cara saya menerapkan yaitu pertama saya mencari tempat yang aman dan nyaman tanpa ada gangguan suara bising. Kemudian saya mengatur nafas dan menutup mata lalu membayangkan saya berada di tempat yang paling nyaman, lalu disitulah saya mulai mensugesti diri saya untuk menjadi lebih baik lagi (Nursyamsidar, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut cukup jelas bahwa setelah mengikuti pelatihan Hipnosis ini dapat menerapkan dikehidupan sehari-harinya dan penerapan setelah mengikuti pelatihan Hipnosis menjadi lebih baik lagi. Kemudian narasumber Selanjutnya yakni Muhammad Yusril selaku Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang telah mengikuti pelatihan tersebut juga mengungkapkan bahwa :

Penerapan Hipnosis yang saya lakukan sehari-hari biasanya apabila stress mengerjakan tugas

atau banyak pikiran. Dengan melakukan hipnosis seperti merileksasikan pikiran, mengendalikan emosi. Contohnya biasanya saya mensugesti diri agar lebih tenang (Muh. Yusril, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara tersebut tidak jauh beda dengan apa yang telah dikatakan oleh narasumber sebelumnya dimana cara menerapkannya biasanya mensugesti diri sendiri.

Hipnosis sesungguhnya merupakan peristiwa *self hypnosis* yang artinya orang menghipnotis dirinya sendiri. Dalam suatu fenomena hipnosis, sesungguhnya hipnotist hanya berperan sebagai fasilitator saja. Dimana setiap orang sesungguhnya dapat terhipnosis, namun tingkat kedalaman fokusnya berbeda-beda. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Agustina bahwa:

“Biasanya saya lebih ke *Self hypnosis* (menghipnotis diri sendiri), setiap susah tidur atau sedang kelelahan saya biasa terapkan untuk mengembalikan jiwa semangat dan sehat kembali.”

Berdasarkan wawancara diatas bahwa hipnosis dapat juga dilakukan kepada diri sendiri gunanya untuk kembali merileksasi tubuh maupun fikiran.

Hal tersebut juga diungkapkan oleh narasumber yang ketiga yakni Erniati Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang juga telah mengikuti pelatihan Hipnosis tersebut, bahwa:

Ilmu yang saya dapat dipelajari hipnosis ini saya terapkan dalam kehidupan sehari-hari seperti saat saya capek atau lelah setelah beraktivitas seharian biasanya merelaksasi diri sendiri pada saat malam hari sebelum tidur agar di pagi hari saya merasa segar kembali (Agustina, 2022).

Berdasarkan hasil dari wawancara tersebut dapat diketahui bahwa hipnosis juga dapat dilakukan apabila hendak tidur supaya ketika bangun di pagi hari tubuh menjadi segar kembali.

Permasalahan hidup yang dihadapi umat manusia kian hari kian kompleks. Tidak setiap permasalahan tersebut menemukan jalan keluar, bahkan sebagian orang menemui jalan buntu. Pada akhirnya muncullah berbagai kasus psikologis seperti stress, depresi, krisis kepercayaan diri, dan kecanduan. Tentu, masih sering di jumpai berbagai kasus atau gangguan psikologis lainnya.

Pada dasarnya hipnosis adalah sebuah praktik psikologis yang sering digunakan untuk membantu seseorang mengatasi kondisi tertentu, seperti kecanduan. Prosesnya melibatkan sugesti dan induksi untuk membuat pikiran lebih rileks. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber keempat yakni Miftahul Rahmat Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang juga telah mengikuti pelatihan tersebut, bahwa:

“Saya menerapkan ketika mempunyai masalah baik dari masalah keluarga, pribadi, maupun yang ada di sekitar saya” (Miftahul Rahmat, 2022).

Berdasarkan dari wawancara tersebut bahwa Hipnosis juga dapat dilakukan ketika memiliki berbagai permasalahan baik pribadi maupun keluarga.

Hipnosis merupakan perspektif lain yang patut dijadikan alternative bagi para terapi psikologis, konselor, guru, dokter, bidan, atau profesi apapun yang dalam bekerja melibatkan kompetensi komunikasi dan pola pikir *problem solving* (penyelesaian masalah). Sebagaimana yang dikatakan oleh narasumber ke lima yakni Muh Syukur Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam mengungkapkan bahwa:

“Cara saya menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari yaitu dengan selalu berfikir positif. (Muh. Syukur, 2022)”

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat juga diketahui bahwa melakukan Hipnosis pada diri sendiri agar selalu berfikir positif.

Rasa kurang berdaya, tidak percaya diri, merasa kurang mampu dan takut melakukan sesuatu seringkali dialami sebagian besar orang. Dengan teknik hipnosis hal ini dengan mudah diatasi. Melalui teknik pengelolaan mental dan menelusuri potensi terpendam, anda akan mampu mengelola mental *block* yang menghambat keberhasilan anda menjadi *empowerment* (pemberdayaan) terhadap tujuan hidup agar lebih baik lagi. Dengan memanfaatkan emosi dan pengalaman secara mental, teknik hipnosis sangat membantu untuk mengembalikan seseorang pada kondisi terbaiknya dengan cara yang lebih mudah dan cepat. Hipnosis juga dapat menjadi metode yang efektif untuk mengatasi stres dan kecemasan. Meskipun hipnosis dapat menjadi terapi yang efektif dalam membantu orang mengatasi stres dan kecemasan namun terapi perilaku kognitif tetap dianggap sebagai pengobatan pertama untuk kondisi tersebut.

Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Nur Asmila, yaitu:

“Saya menerapkan dikehidupan sehari-hari agar tujuan hidup saya menjadi lebih baik dan juga sangat membantu saya dalam mengembalikan kondisi saya dengan cara yang lebih mudah ”
(Nur Asmila, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat di ketahui bahwa dalam penerapan setelah mengikuti pelatihan hipnosis tersebut dapat mengembalikan keadaan dari yang tadinya buruk menjadi lebih baik.

Pelatihan hipnosis dapat meningkatkan kecerdasan emosional dimana dapat di artikan sebagai salah satu kemampuan atau intelegensi yang ada di dalamnya terdapat kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri dan orang lain. Hal ini berguna untuk memindai hal apa yang akan dilakukan Selanjutnya, karena sudah memahami situasi dan suasana yang terjadi. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Mul Khaeri bahwa:

“Tentang pemahaman emosi tentunya orang yang sering emosi dapat memahami dirinya sendiri ketika dalam situasi tersebut karena perasaan menimbulkan tindakan.(Mul Khaeri, 2022)”

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat diketahui yakni apabila seseorang sering emosi maka dapat juga dipahami sendiri. Sebagaimana yang dikatakan oleh narasumber Firawati bahwa:

“Ya, saya dapat memahami jika diri sedang emosi maka saya memilih diam, begitu pula dengan orang lain jika dia emosi terhadap saya maka saya tidak menaggapinya.(Firawati, 2022)”

Berdasarkan wawancara di atas dapat diketahui yakni secara tidak langsung dapat memahami ketika sedang emosi ataupun orang lain. Narasumber Nurul Awaliah Ramadani juga mengungkapkan bahwa:

“Jujur saja, saya belum terlalu mengenali emosi yang ada pada diri saya apalagi kepada orang lain.”

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa ada juga beberapa mahasiswa yang masih belum memahami apakah dia sedang emosi atau tidak.

Bisa dikatakan sangat penting untuk memiliki kecerdasan emosional. Kapan kita harus berempati, kapan kita harus memahami orang lain, kapan kita harus marah, dan bagaimana cara menghormati orang lain, hal-hal

tersebut sangat berhungan dengan kecerdasan emosional. Semakin baik pengelolaan emosi, maka sebaik itu pula kita diterima oleh lingkungan masyarakat. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Haerul bahwa:

Saya sangat berempati setelah mempelajari hipnosis karena pada dasarnya dalam diri manusia harus ada beberapa siklus kelemahan dan kekuatan yang harus diketahui sehingga itu bisa memicu adrenalin seseorang untuk peka terhadap seseorang atau sosial bermasyarakat (Haerul, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat diketahui bahwa mempunyai rasa empati terhadap orang lain memang penting karena secara tidak langsung kita juga dapat merasakan apa yang orang lain rasakan. Narasumber Mulkhaeri juga mengungkapkan bahwa:

“Tentunya rasa empati itu sudah alamiah di miliki manusia yang perlu adalah bagaimana seharusnya kita memperlakukan dan diperlakukan terhadap sesama.”

Berdasarkan wawancara diatas bahwa rasa empati pada dasarnya sudah dimiliki oleh setiap manusia, akan tetapi bagaimana kita ingin diperlakukan dan memperlakukan orang lain.

Empati atau kemampuan untuk memahami bagaimana perasaan orang lain merupakan bagian paling penting dari kecerdasan emosional. Empati merupakan kemampuan yang lebih dari sekedar mengenal kondisi emosional orang lain. Empati melibatkan respons kita terhadap orang berdasarkan informasi seperti, kapan kita dapat merasakan bahwa orang lain sedang sedih atau putus asa dan bagaimana respons kita terhadapnya. Seseorang yang berempati mungkin akan memperlakukan mereka dengan kepedulian tinggi dan perhatian, atau berusaha melakukan sesuatu untuk mengembalikan semangat mereka. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Harmadani bahwa:

“Tentunya, apabila kita melihat ada situasi yang terjadi maka kita juga harus berempati, harus memberikan motivasi kepada orang lain.(Harmadani, 2022)”

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui apabila melihat sesuatu maka kita juga harus memiliki rasa empati. Narasumber Wahyuni juga mengungkapkan bahwa:

“Setelah mengikuti pelatihan hipnosis rasa empati saya juga meningkat. (Wahyuni, 2022)”

Berdasarkan wawancara di atas pelatihan hipnosis juga dapat membuat seseorang mempunyai rasa empati terhadap orang lain semakin meningkat.

Kemampuan berinteraksi dengan baik, maka seseorang telah memenuhi salah satu aspek terpenting dalam kecerdasan emosional. Pemahaman emosional yang baik melibatkan lebih dari pemahaman emosi diri sendiri, tetapi juga orang lain. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber M. Ikhsan bahwa:

Dapat dikatakan meningkat karena setiap ada teman saya yang meminta bantuan terkait masalahnya dan pada saat itu saya ada sebagai pemberi solusi dan tidak jarang diantara sekian banyak nya teman yang meminta solusi itu berjalan dengan baik (M. Ikhsan, 2022).

Berdasarkan wawancara diatas dapat pula diketahui yakni kemampuan bersosialisasi terhadap orang lain dapat dikatakan meningkat setelah mengikuti pelatihan hipnosis tersebut. Narasumber Ulfianti juga mengungkapkan bahwa:

“Alhamdulillah, sekarang lebih sering bersosialisasi dengan masyarakat.(Ulfianti, 2022)”

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa bersosialisasi dengan masyarakat merupakan hal yang sangat penting. Hal tersebut juga diungkapkan oleh narasumber Khaerunnisa bahwa:

“Iya, setelah mengikuti pelatihan ini saya semakin percaya diri dan lebih membuka diri beradaptasi dengan orang lain.(Khaerunnisa, 2022)”

Berdasarkan wawancara diatas bahwa pelatihan hipnosis dapat membuat semakin percaya diri untuk kemudian bersosialisasi dengan orang banyak.

Motivasi dalam diri juga mempunyai peran penting dalam pembentukan kecerdasan emosional yang sempurna. Orang dengan kecerdasan emosional tinggi tidak terlalu termotivasi pada hal-hal yang melampaui ketenaran, uang, pengakuan, dan pujian. Mereka justru lebih bergairah mencapai setiap tujuan dan memuaskan kebutuhan batinnya sendiri. Mereka mencari penghargaan internal, di mana segala aktivitas yang ia lakukan akan membawanya ke puncak pengalaman yang paling unik. Ia ingin mencari pengalaman, karena bagi seseorang yang kemampuan motivasi diri yang baik, pengalaman adalah segalanya. Orang-orang yang berkompeten dalam

memotivasi dirinya cenderung lebih berorientasi pada aksi. Mereka menentukan tujuannya, punya gairah dan semangat tinggi untuk mencapainya serta selalu berusaha untuk menjadi lebih baik. Mereka juga cenderung berkomiteman tinggi serta punya inisiatif yang bagus. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Mul Khaeri bahwa:

“Motivasi itu perlu, motivasi tanpa aksi adalah halusinasi maka yang saya tanamkan dalam diri saya adalah segala hal tentang tindakan yang melahirkan kebaikan bagi diri saya maupun orang banyak.(Mul Khaeri, 2022)”

Berdasarkan wawancara diatas dapat pula di ketahui yakni motivasi juga sangat penting dimiliki oleh setiap individu. Narasumber Ummul Khaera juga mengungkapkan bahwa:

Tentu meningkat dari pelatihan hipnosis kemarin karena banyak sekali pelajaran dan ilmu yang didapatkan jadi saya dapat termotivasi dari yang dilakukan karena hipnosis kan sesuatu yang dapat menjernihkan fikiran dan juga membuat fokus.

Berdasarkan wawancara diatas dapat diketahui pelatihan hipnosis dapat menyebabkan motivasi meningkatkan.

Semakin memahami kondisi emosi yang ada di dalam diri dan pengendaliannya, semakin baik juga kondisi kecerdasan emosi yang terbentuk. Selain memahami tentang emosi yang ada di dalam diri, seseorang juga harus sadar akan dampak dan tindakan, suasana hati dan emosi ketika berinteraksi dengan orang lain. Individu harus memiliki kontrol terhadap emosi yang ada di diri, untuk membentuk kesadaran diri, selain punya akses kontrol emosi, harus mengerti akan reaksi dan emosional yang tidak sama, dan mampu memahami emosi apa yang tengah muncul. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Agustina bahwa:

“Mungkin bisa dibilang lebih mampu untuk mengendalikan dari sebelumnya, akan tetapi saya merasa sebelum mengikuti pelatihan hipnosis tersebut saya sudah mengendalikan emosi.(Agustina, 2022)”

Berdasarkan wawancara tersebut bahwa setelah mengikuti pelatihan sudah mampu mengendalikan emosi sendiri.

Alangkah baiknya, untuk membentuk kecerdasan emosional seseorang harus memahami dan mengetahui hubungan antara yang mereka rasakan dan bagaimana mereka harus bersikap. Selain itu harus

mampu mengenali apa kelebihan dan kekurangan dari diri mereka sendiri. Sebagaimana yang diungkapkan narasumber Nursyamsidar bahwa:

“Ketika saya telah mengikuti pelatihan hipnosis tersebut saya dapat mengendalikan emosi diri, kecerdasan emosional saya juga lebih meningkat.”

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat pula diketahui bahwa pelatihan hipnosis sangat mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Narasumber Miftahul Rahmat juga mengungkapkan bahwa:

“Kadang saya dapat mengendalikan emosi kadang juga tidak, ketika emosi saya di tingkat maximal mungkin butuh pemicu untuk kembali tenang atau pada saat itu saya tidak terkontrol.(Miftahul Rahmat, 2022)”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut diketahui bahwa emosi kadang bisa dikendalikan tapi terkadang juga tidak.

Jadi berdasarkan hasil wawancara diatas dari berbagai narasumber terkait setelah mengikuti pelatihan hipnosis dapat meningkatkan kecerdasan emosional yaitu mahasiswa sudah mampu mengendalikan emosinya, lebih

percaya diri, dan kecerdasan emosionalnya juga lebih meningkat.

2. Faktor Penghambat dan Pendukung Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa

Menjalani atau melakukan sesuatu baik yang berkaitan dengan diri sendiri maupun dengan orang lain tentu dijalani atau dilakukan dengan dorongan atau dukungan baik dalam diri individu, keluarga maupun masyarakat. Dalam hal ini terkait dengan bagaimana implementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa.

Tidak menutup kemungkinan bahwa mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosionalnya memiliki faktor pendukung yang akan menopang agar pelatihan yang telah ditetapkan dapat tercapai, maupun faktor penghambat yang akan menjadi hambatan-hambatan dalam melakukan pelatihan hipnosis dengan tujuan meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa itu sendiri.

a. Faktor penghambat

Faktor-faktor yang akan mengakibatkan terjadinya hambatan terdapat pada terapi dan klien.

Hipnosis yang bersifat kaku, otoriter, bersifat memaksa, atau tidak peka akan kondisi dan kebutuhan klien pasti akan mengalami masalah selama proses induksi. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Nursyamsidar bahwa:

Faktor yang menjadi penghambatnya yaitu saya kadang tidak bisa melakukan hipnosis secara mandiri karena takut nanti tidak bisa keluar dari alam bawah sadar di tambah juga masih minimnya pengetahuan dan teori serta prakteknya.

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa yang menjadi faktor penghambat pelatihan hipnosis dengan tujuan meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa karena masih minimnya teori, pengetahuan serta prakteknya. Terkait hal tersebut tidak jauh berbeda dengan yang diungkapkan oleh Muh Yusril selaku Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yaitu:

“Faktor penghambat saya dalam praktik hipnosis biasanya tidak bisa fokus sehingga cenderung gagal apalagi jika mengahadapi seseorang yang mental block.”

Berdasarkan hasil wawancara dari narasumber diatas dapat pula diketahui bahwa faktor

penghambat pelatihan hipnosis dengan tujuan meningkatkan kecerdasan emosionalnya mahasiswa biasanya tidak bisa fokus sehingga cenderung gagal. Sehingga masih memerlukan praktek yang berkelanjutan. Narasumber Nurul Annaha juga mengungkapkan bahwa:

“Faktor penghambatnya mungkin karena pada saat dilakukan hipno saat itu hanya 3 hari dengan batas peserta yang terlalu banyak jadi tidak terlalu efektif.(Nurul Annaha, 2022)”

Berdasarkan wawancara tersebut yang menjadi penghambatnya yakni karena terbatasnya waktu pelatihan.

Terkait dengan salah satu hambatan pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosionalnya mahasiswa mengenai kurang fokus dan minimnya praktek serta teori, sebagaimana juga yang diungkapkan oleh narasumber Erniati bahwa:

“Faktor yang menjadi penghambat yaitu terkadang saya susah untuk memfokuskan diri saya dan referensi saya masih sedikit.(Erniati, 2022)”

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat diketahui bahwa faktor penghambat yang dialami dari beberapa mahasiswa tidak jauh-jauh dengan susahnyanya memfokuskan diri dan mahasiswa juga mengatakan referensi yang dimiliki masih sangat kurang. Hal tersebut juga diungkapkan oleh narasumber Nur Asmila yakni:

“Karena suasananya pada saat itu masih kurang fokus walaupun memang sudah diberikan bakround akan tetapi belum maksimal.(Nur Asmila, 2022)”

Berdasarkan wawancara tersebut yakni rata-rata mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan tersebut memiliki faktor penghambat yang hampir sama, seperti yang dikatakan narasumber diatas bahwa suasana juga menjadi salah satu faktor penghambat dalam pelatihan hipnosis.

Tidak hanya itu penghambat yang dirasakan mahasiswa sebagaimana diungkapkan oleh narasumber Miftahul Rahmat bahwa:

“Faktor penghambat saya yang pertama yaitu terdapat dipembayaran untuk mengikuti pelatihan, kemudian yang kedua saya berfikiran acuh tak acuh pada pelatihan tersebut.”

Berdasarkan hasil wawancara diatas bahwa pembayaran juga menjadi salah satu penghambat bagi mahasiswa untuk mengikuti pelatihan itu, kemudian seringnya berfikiran acuh tak acuh padahal pelatihan hipnosis dilaksanakan guna meningkatkan kecerdasan emosionalnya sendiri.

Jadi berdasarkan hasil wawancara dari beberapa narasumber terkait faktor yang menjadi penghambat pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa yakni kurang fokus, masih minimnya pengetahuan, teori, praktek, adanya rasa bodo amat, serta pembayarannya.

b. Faktor pendukung

Selain dari faktor penghambat pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa, juga terdapat faktor pendukung yang menopang atau menunjang suatu keberhasilan pelatihan hipnosis dengan tujuan meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa itu sendiri. Sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Muh Yusril selaku Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yakni:

Faktor pendukungnya adalah kompetensi pemateri dan mentor yang memberikan bimbingan sehingga cepat memahami materi pelatihan hipnosis. Selain itu ada buku panduan yang diberikan untuk mempelajari tentang hipnosis itu sendiri (Muh. Yusril, 2022).

Berdasarkan wawancara diatas dapat diketahui bahwa yang menjadi faktor pendukung dalam mengikuti pelatihan hipnosis yakni pemateri dan mentor yang memberikan bimbingan sehingga dapat dengan cepat memahami materi, kemudian juga adanya buku panduan sehingga memudahkan. Narasumber Nursyamsidar juga mengungkapkan bahwa:

“Faktor pendukungnya itu saya lebih fokus dalam menentukan sesuatu dan dalam mengendalikan emosi saya bisa teratur.”

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat pula diketahui faktor pendukung pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa yakni lebih fokus dalam menentukan sesuatu, kemudian emosi dapat dikendalikan dengan baik dan teratur. Narasumber Erniati juga mengungkapkan bahwa:

“Faktor yang menjadi pendukung saya yaitu, kepercayaan, kesediaan klien maupun kita sebagai konselor, komunikasi, kejelian, lingkungan yang mendukung, serta tujuan yang jelas.(Erniati, 2022)”

Berdasarkan hasil wawancara diatas beberapa faktor pendukung pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional yaitu adanya kepercayaan, kesediaan untuk melakukan hipnosis, komunikasi, kejelian, lingkungan yang mendukung dalam melakukan pelatihan hipnosis serta memiliki tujuan yang lebih jelas. Hal tersebut juga diungkapkan oleh narasumber Nurul Anniha bahwa:

“Faktor pendukungnya yaitu dapat menambah wawasan ilmu terkait hipnosis, mampu mengatur emosi/mengendalikan diri, menstimulus energi-energi positif.”

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui yang menjadi faktor pendukung yakni menambah wawasan, sudah mampu mengatur emosi. Narasumber Muh Syukur mengungkapkan bahwa:

“Faktor yang menjadi pendukung saya dalam mengikuti pelatihan yakni fasilitas yang baik dan waktu yang banyak.”

Berdasarkan hasil wawancara diatas diketahui faktor pendukung pelatihan hipnosis salah satunya memiliki fasilitas yang baik serta waktu yang banyak. Sebagaimana juga yang diungkapkan oleh narasumber Reskiawan bahwa:

“Faktor yang menjadi pendukung yaitu adanya keinginan tauhan tentang apa itu hipnosis.(Reskiawan, 2022)”

Berdasarkan wawancara diatas bahwa adanya keinginan untuk mengetahui apa itu hipnosis. Narasumber Risnawati juga mengungkapkan bahwa:

“Faktor pendukungnya yakni materi yang disampaikan dengan cara terstruktur, serta tempat pelaksanaan sangat nyaman karena disesuaikan dengan keadaan.(Risnawati, 2022)”

Berdasarkan wawancara diatas bahwa yang menjadi salah satu faktor pendukung terletak pada materi yang disampaikan dan juga tempatnya. Narasumber Khaerunnisa juga mengungkapkan bahwa:

“Adapun faktor pendukung dalam pelatihan ini ialah mampu menambah relasi dengan sehat.”

Berdasarkan wawancara diatas dapat diketahui bahwa pelatihan hipnosis juga dapat menambah relasi.

Selain beberapa faktor pendukung yang telah diungkapkan oleh beberapa narasumber diatas yang menunjang keberhasilan pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional, sebagaimana yang diungkapkan oleh narasumber Miftahul Rahmat yakni:

“Faktor pendukung saya yang pertama pelatihan hipnosis itu syarat untuk mengikuti magang, yang kedua pelatihan hipnosis mempunyai banyak manfaat untuk saya pribadi.(Miftahul Rahmat, 2022)”

Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwasanya faktor pendukung pelatihan hipnosis salah satu syarat mengikuti magang, kemudian memiliki manfaat untuk diri sendiri maupun untuk orang lain.

Jadi hasil wawancara diatas dari beberapa narasumber terkait faktor pendukung implementasi pelatihan hipnosis dalam meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai yaitu,

pemateri dan mentor yang memberikan bimbingan sehingga cepat memahami materi pelatihan hipnosis, buku panduan yang diberikan untuk mempelajari tentang hipnosis itu sendiri, lebih fokus dalam menentukan sesuatu, dapat mengendalikan emosi, kepercayaan, komunikasi, kejelian, lingkungan yang mendukung, tujuan, fasilitas yang baik, serta waktu yang banyak.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai penulis dapat menarik kesimpulan bahwa:

1. Impementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, yaitu :
 - a. Mengurangi emosi negatif.
 - b. Berlatih tetap tenang
 - c. Dapat mengatasi stress
 - d. Berlatih mengekspresikan emosi
 - e. Bersikap proaktif bukan reaktif saat berhadapan dengan orang yang memicu emosi.
 - f. Kemampuan untuk bangkit dari kesulitan.
 - g. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dalam hubungan pribadi maupun keluarga.
2. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa

Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai

Adapun faktor pendukung dan penghambat Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, antara lain:

a. Faktor Pendukung

- 1) Lebih fokus dalam menentukan sesuatu.
- 2) Dalam mengendalikan emosi saya bisa teratur.
- 3) Pemateri dan mentor yang memberikan bimbingan sehingga cepat memahami materi.
- 4) Adanya buku panduan yang diberikan untuk mempelajari tentang hipnosis itu sendiri.

b. Faktor Penghambat

- 1) Tidak bisa melakukan hipnosis secara mandiri.
- 2) Masih minimnya pengetahuan, teori serta prakteknya.
- 3) Kurang fokus.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil kesimpulan yang diperoleh, saran yang dapat penulis sampaikan bahwa hasil ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan untuk dijadikan

acuan dalam Pelatihan Hipnosis untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, K. (2021). *Manfaat Hipnosis Untuk Kesehatan Tubuh*.
- Afandi Sidik, M. (2018). *Pelatihan Hypnoteaching Dalam Penguatan Kompetensi Pedagogik Calon Guru Pendidikan Agama Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga Tahun 2018*.
- Aji, D. (2020). *Elf-Caoching: Seni Mengola Diri Untuk Memaksimalkan Potensi (Cet I)*.
- All et, M. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Bidang Kesehatan (Cet I)*.
- Almatin, I. (2010). *Dahsyatnya Hypnosis Learning Untuk Guru Dan Orang Tua; Hypnosis Untuk Pembelajaran Di Sekolah Dan Pengasuhan Anak Di Rumah (Cet I)*.
- Amrozi Rahmatullah, S. (2019). Pemikiran Daniel Goleman Dalam Bingkai Pembaharuan Pendidikan Islam Di Indonesia. *Al'Adalah*, 22, 107.
- Anwar, S. (2020). *Upaya Dalam Membentuk Kecerdasan Emosional Siswa Kelas IV Di Madrasah Ibtidaiyah Nurul Ihsan Kota Jambi*.

Aprilyadi, N. (2020). Pelatihan Hipnoterapi Untuk Menurunkan Nyeri Dismenorea Pada Siswi SMA PGRI I Kota Lubuklinggau. *Jurnal Of Community Engagement In Health*, 3, 218.

Agustina. (2022, Juni 07). Wawancara Pribadi

Baswori, & Suwandi. (2008). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Rineka Cipta.

Chatib, M. (2012). *Sekolah Anak-Anak Juara: Berbasis Kecerdasan Jamak Dan Pendidikan Berkendalian* (Cet I).

Daud, F. (2012). Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo. *Pendidikan Dan Pembelajaran*, 19, 246.

Data Terkait Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai

Erniati. (2022, Mei 24). Wawancara Pribadi

Faridah. (2017). *Hypnoterapi Dan Konseling Qur'ani* (Cet I).

Fauziah. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Semester II Bimbingan

Konseling UIN Ar-Raniry. *Ilmiah Edukasi, I*, 94–95.

Firawati. (2022, Juni 09). Wawancara Pribadi

Gunawan. (2017). *Mengatasi Hambatan Dalam Proses Induksi Hipnosis*.

Gunawan, I. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik* (4th ed.). Bumi Aksara.

Gusniawati. (2015). Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Minat Belajar Terhadap Penguasaan Konsep Matematika Siswa SMAN Di Kecamatan Kebon Jeruk. *Formatif*, 5, 30.

Hanurawan, F. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi* (1st ed.). Rajawali Pers.

Harmadani. (2022, Juni 09). Wawancara Pribadi

Hasan, I. (2002). *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian Dan Aplikasinya*.

<http://fukis.iaimsinjai.ac.id>. diakses pada 5 Juni 2022, pukul 15.44.

Hoerr R, T. (2007). *Buku Kerja Multiple Intelligence* (Cet I).

Haerul. (2022, Juni 07). Wawancara Pribadi

- Ilmi, J. (2017). *Pelatihan Self Hypnosis Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa*.
- Irawati, R. (2018). Pengaruh Pelatihan Dan Pembinaan Terhadap Pengembangan Usaha Kecil. *Jurnal JIBEKA*, 12, 75.
- JA, D. (2019). *Kecerdasan Spritual Untuk Umrah* (cet I).
- Khazanah. (2013). Kecerdasan Emosional Pendidik Dalam Al-Qur'an. *Pendidikan*, 1, 36.
- Khaerunnisa. (2022, Juni 08). Wawancara Pribadi
- Mustofa, B. (2017). Hipnotisme Dalam Dakwah. *Jurnal Pemikiran Islam*, 23, 96.
- Muh. Yusril. (2022, Mei 30). Wawancara Pribadi
- Mul Khaeri (2022 Juni 10). Wawancara Pribadi
- Muh. Syukur (2022 Mei 25). Wawancara Pribadi\
- Muh. Ikhsan (2022 Juni 10). Wawancara Pribadi
- Miftahul Rahmat. (2022, Mei 26). Wawancara Pribadi
- Noor, J. (2017). *Metodologi Penelitian* (Cet VII).

Nursyamsidar. (2022, Mei 24). Wawancara Pribadi

Nur Asmila (2022, Mei 30). Wawancara Pribadi

Nurul Awaliyah Ramadani. (2022, 07 Juni). Wawancara Pribadi

Nurul Anniha. (2022, Juni 07). Wawancara Pribadi

Petettengi Zuhri, A. . (2019). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Lingkungan Belajar Terhadap Potensi Menghafal Al-Qur'an Siswa SMP Islam Al-Azhar 4 Kemandoran Jakarta Selatan.*

Prawira Almaja, P. (2016). *Psikologi Pendidikan Dalam Perspektif Baru* (Cet I).

Rahmawati Tepi, D. (2018). Efektivitas Hipnosis Pada Penatalaksanaan Cemas Dan Nyeri Persalinan. *Jurnal Of Midwifedy, I, 9.*

Reskiawan. (2022, Juni 10). Wawancara Pribadi

Risnawati. (2022, Juni 09). Wawancara Pribadi

Sobur, A. (2016). *Psikologi Umum* (Cet VI).

Stephen, P. (2011). *Konseling Dan Psikoterapi* (Cet I).

- Sugiyono. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (22nd ed.). Alfabeta.
- Sumiyarsih, W. (2012). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Orrganizational Citizenship Behavior (OCB) Pada Karyawan CV Aneka Ilmu Semarang. *Psikologi Undip, II*, 21–22.
- User, S. (2019). *Pelatihan Hypno Medic Prenetal HCI (AKBID KBH)*.
- Ulfianti. (2022, Mei 24). Wawancara Pribadi
- Ummul Khaera. (2022, Juni 09). Wawancara Pribadi
- Wahdania. (2018). *Persepsi Mahasiswa BPI IAIM Sinjai Terhadap Maraknya Pelatihan Hipnoteraphi Di kabupaten Sinjai*.
- Wahyudi. (2012). *Penetapan Hypnoteaching Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Keaktifan Siswa Dalam Kegiatan Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam*. IAIN Sunan Kalijaga.
- Wahyuni. (2022, Juni 07). Wawancara Pribadi
- Wong, W., & Hakim, A. (2009). *Dahsyatnya Hipnosis* (Cet I).

Wuwung Cherdy, O. (2020). *Strategi Pembelajaran Dan Kecerdasan Emosional*.

Zidan, Z. (2019). Pengembangan Kecerdasan Emosional Di SMA Primaganda Bulurejo Diwekjombang. *Ilmuna, I*, 50–51.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

“Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai”

Nama : Rifka Tunnisa

Nim : 180202084

Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

No	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item
1.	Implementasi pelatihan hipnosis	1. Studi Dokumen 2. Observasi/ Pengamatan 3. Indepth interview (informan bisa berkembang)	1. Manfaat pelatihan hipnosis 2. Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan baik 3. Memiliki rasa percaya diri yang tinggi	5 – 9

2.	Meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa	1. Studi Dokumen 2. Observasi/ Pengamatan 3. Indepth interview (informan bisa berkembang)	1. Kesadaran diri 2. Pengaturan diri 3. Motivasi 4. Empati 5. Keterampilan sosial	1 – 4
----	---	---	---	-------

Lampiran 2 Pedoman Wawancara

Pedoman Wawancara

1. Data Pribadi

Nama :

Nim :

Tempat, Tanggal Lahir :

Jenis Kelamin :

Hari/Tanggal wawancara :

2. Pertanyaan

1. Setelah mengikuti pelatihan hipnosis tersebut, Bagaimana Anda menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari ?
2. Apakah ada perbedaan sebelum Anda mengikuti pelatihan hipnosis dan setelah mengikuti ?
3. Apa saja manfaat yang Anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?
4. Setelah mengikuti pelatihan Hipnosis tersebut apakah Anda dapat mengendalikan emosi diri?
5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain?
6. Dapatkah Anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain?
7. Apakah keterampilan sosial Anda meningkat?
8. Apakah motivasi Anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan?

9. Apakah kecerdasan emosional Anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hipnosis ini ?
10. Apa saja faktor yang menjadi pendukung dan penghambat Anda dalam mengikuti pelatihan hipnosis ?

Narasumber

Ttd

Lampiran 3 Hasil Wawancara

Hasil Wawancara

Nama Responden : Agustina

Nim : 180202058

Tempat, Tanggal Lahir : Sinjai, 17 Agustus 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden :

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : iya ada

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : saya merasa lebih percaya diri dari sebelumnya, saya lebih merasa berani untuk berhadapan dengan orang banyak.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : mungkin bisa dibilang lebih manpu untuk mengendalikan dari sebelumnya, tapi saya merasa sebelumnya sudah mampu mengendalikannya.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : iya

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orng lain ?

Responden : iya bisa sedikit

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : sedikit meningkat

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : iya sedikit juga

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : faktor pendukung, materi dan pemateri yang disajikan sangat menarik dan mudah untuk dipahami. Faktor penghambatnya yaitu tempat dan ruang yang disediakan kurang nyaman menurut saya karna panas jadi susah untuk fokus.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : sedikit.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Khaerunnisa

Nim : 180202048

Tempat, Tanggal Lahir : 24 Juni 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden :

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : sebelum saya mengikuti pelatihan ini saya merasa belum mampu mengatur secara teratur termasuk dalam hal mengontrol emosi . setelah saya mengikuti pelatihan ini kemudian menerapkan kedalam diri saya sendiri terlebih dahulu, saya merasa lebih tenang, mampu fokus dalam mengerjakan sesuatu dan emosional lebih terkontrol.

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : menambah relasi, mampu mengontrol diri, pikiran lebih fokus dan tenang.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : iya. Dengan pelatihan ini saya mampu mengendalikan diri saya ketika emosi.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : iya

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : saya sepenuhnya belum bisa mengenali diri orang lain ketika emosi.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : iya. Setelah mengikuti pelatihan ini saya semakin percaya diri dan lebih membuka diri beradaptasi dengan orang lain.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : iya tentu, ketika saya ingin mendapatkan sesuatu saya lebih berusaha dan fokus untuk mencapai tujuan itu.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : adapun factor pendukung dalam pelatihan ini mampu menambah relasidengan sehat, mengendalikan diri sendiri dengan mudah. Sedangkan factor penghambatnya susah menerapkan ke orang lain terlebih dahulu.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : iya tentu.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Nurul Anniha

Nim : 180202045

Tempat, Tanggal lahir : Sinjai, 08 Oktober 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : Ketika saya sedang mengalami rasa ketidakpercayaan diri, seperti berbicara di depan umum, dan lain-lain.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : iya ada perbedaan, kalau sebelumnya saya tidak berani melakukan apa-apa, salah satunya berbicara didepan umum tetapi setelah saya mengikuti pelatihan hypnosis ini saya mampu merelaksasi diri saya sendiri saat saya merasa cemas dan khawatir.

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : manfaatnya yang pertama, saya merasa percaya diri. Yang kedua. Saya mampu mengendalikan diri, yang ketiga. Dapat menstimulus energi positif didalam diri, yang

ke empat. Saya mampu mengendalikan emosi saya.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : iya, saya mampu mengendalikan emosi saya, meski itu tidak terlalu sering.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : iya sangat berempati

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : iya kalau untuk diri sendiri masih sementara memahami, dan kalau untuk orang lain belum tentu.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : iya mungkin 50%

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : iya sangat

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : factor pendukungnya itu yang pertama. Menambah wawasan ilmu terkait hipno, yang kedua. Mampu mengatur emosi?mengendalikan diri, yang ketiga. Menstimulus energy-energi positif, yang ke

empat. Membuat motivasi hidup yang baik. Sedangkan factor penghambatnya yaitu mungkin pada saat dilakukan hypno saat itu hanya tiga hari dengan batas peserta yang terlalu banya, jadi tidak terlalu efektif.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : iya lumayan tinggi

Hasil Wawancara

Nama Responden : Firawati
Nim : 180202018
Tempat, tanggal Lahir : Sinjai, 27 Maret 2000
Jenis Kelamin : Perempuan

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : cara saya menerapkannya yaitu mencari tempat yang menurut saya paling nyaman jauh dari keramaian, kemudian saya mengambil posisi duduk , menutup mata dan membayangkan saya berada diatas langit menikmati indahnya langit yang diselimuti awan, setelah itu saya sugesti diri saya untuk memulai menjalani hari-hari saya dengan hal-hal yang positif.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : iya pasti ada, sekarang saya lebih bijak dalam menjalani kehidupan saya yang kadang tak sesuai dengan yang saya inginkan

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : manfaatnya itu saya lebih tenang, positif thinking, santai dan rileks dalam menjalani hari-hari saya.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : iya saya bisa mengendalikan diri saya saat saya sedang emosi.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : iya saya lebih berempati setelah saya mengikuti pelatihan hypnosis contoh, ketika saya melihat teman saya bersedih saya ikut merasakan

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : iya saya dapat memahami ketika saya emosi saya memilih diam, begitupun dengan orang lain jika dia emosi terhadap saya maka saya tidak menanggapi dan memilih diam.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : iya ada perkembangan setelah saya mengikuti pelatihan hypnosis.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : sangat meningkat, karena untuk mencapai tujuan kita harus benar-benar fokus tetapi

tetap tenang dan semua itu sudah diajarkan dalam pelatihan ini.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : factor pendukungnya itu saya lebih bisa fokus mengontrol emosi, rileks tetapi tetap tenang untuk mencapai tujuan. Factor penghambatnya yaitu terkadang takut hypnosis orang lain atau teman karena mereka nanti terbawa kealam bawah sadar karena masih kurang pengetahuan dan prakteknya.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : iya saya menyadari kecerdasan emosional saya, Alhamdulillah ada perkembangandari sebelumnya

Hasil Wawancara

Nama Responden : Reskiawan

Nim : 180202024

Tempat, Tanggal Lahir : Sinjai, 10 Januari 2000

Jenis Kelamin : Laki-laki

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : dimana dalam kehidupan sehari-hari kita biasanya berlari, menghindar atau melawan dengan secara tidak sadar kita lakukan.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : tentu banyak hal perbedaan yang kita rasakan dalam diri

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : tubuh lebih rileks, percaya diri meningkat

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : emosi yang ada dalam diri kita sudah mampu dikendalikan setelah mengikuti hypnosis

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : i ya

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : iya

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : iya

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : iya

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : faktor pendukung, keingintahuan tentang apa itu hypnosis dan yang menghambatnya yaitu kurang percaya diri sebelum mengetahui tentang hypnosis.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : iya

Hasil Wawancara

Nama Responden : Haerul

Nim : 180202027

Tempat, tanggal lahir : Sinjai, 01 Juli 1999

Jenis Kelamin : Laki-laki

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : saya sering menguunakanya dalam diri sendiri untuk mrefleksi tubuh saya jika lelah dalam hal pekerjaan.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : jelas ada perbedaan, kontrol dalam diri saya itu ada dan penanaman emosi itu sangat peka.

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : saya bisa implementasikan ilmu saya ke teman teman saya dan masyarakat di desa saya.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : iya saya dapat mengontrol emosi saya. dalam hal pekerjaan saya bisa bekerja dibawah tekanan, saya bisa menahan diri ketika marah.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : saya sangat berempati setelah saya mempelajari hypnosis karena pada dasarnya dalam diri manusia harus ada beberapa siklus kelemahan dan kekurangan yang harus diketahui sehingga itu bisa memicu adrenalin seseorang untuk peka terhadap seseorang atau social masyarakat.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : saya bisa memahami emosi saya sendiri karena kontroling hypnosis yang saya miliki itu bisa meningkatkan kepekaan orang lain.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : saya sangat merasakan kepekaan dalam hal pembimbingan masyarakat saya bisa lebih terbuka untuk berinteraksi dalam masyarakat.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : sangat meningkat untuk mencapai karir, karna mungkin kesadaran saya tertanam dalam pikiran memiliki ilmu hypnosis saya pusing kalau tidak bekerja.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : factor pendukung, menunjang basic keilmuan di jurusan, factor penghambatnya itu kendala persoalan ahli dalam hal pembimbingan misalnya pemberi materi hypnosis masih belum terlalu ahli

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : sangat meningkat, padahal ini baru dasar yang saya pelajari, dan harapan mudahan ada ruang untuk meningkatkan kapasitas.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Nursyamsidar

Nim : 180202025

Tempat, tanggal lahir : Sinjai, 29 september 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : cara saya menerapkannya yaitu pertama saya mencari tempat yang aman dan nyaman tanpa ada gangguan suara yang bising, kemudian saya mengatur nafas dan menutup mata lalu membayangkan saya berada ditempat yang paling nyaman kemudian disitulah saya mensugestikan diri saya untuk lebih baik.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : ya tentu ada dimana saya bisa lebih sedikit tenang ketika ada situasi yang tidak sesuai harapan dan saya lebih bisa memposisikan diri lebih rileks lagi.

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : manfaatnya saya lebih fokus untuk mengerjakan sesuatu dan lebih santai, rileks

apabila ada masalah yang datang kepada saya.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : iya saya dapat mengendalikanya

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : iya dengan selesainya kegiatan tersebut saya makin berempati kepada teman-teman dan kepada orang lain.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orng lain ?

Responden : untuk saat ini saya belum terlalu paham mengenai emosi orang lain

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : iya dengan adanya pelatihan tersebut membuat saya makin gemar bersosialisasi diluar sana.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : sangat meningkat. Contohnya sja ketika saya ingin melakukan sesuatu saya pasti akan mencapai tujuan tersebut.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : factor pendukungnya , saya lebih fokus dalam menentukan sesuatu dan dalam mengendalikan emosi saya bisa teratur. Kalau factor penghambatnya yaitu kadang saya tidak bisa melakukan hypnosis secara sendiri karena takut nanti tidak bisa keluar dari alam bawah sadar disebabkan masi kurangnya pemahaman dan peraktek.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : sangat meningkat. Contohnya sja ketika saya ingin melakukan sesuatu saya pasti akan mencapai tujuan tersebut.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Mulkhaeri
Nim : 180202014
Tempat, tanggal lahir : Sinjai, 27 februari 2000
Jenis kelamin : Laki-laki

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : Hypnosis sangat berperan penting dalam setiap aktivitas yang saya kerjakan sehari-hari, contoh sederhanaya saja sebisa mungkin sebelum istirahat pada malam hari saya mensugestikan diri saya untuk menarik setiap energy positif, dan alhasil setiap saya bangun saya kemudian sudah siap dan meyakinkan diri saya untuk mengerjakan hal-hal yang memberikan saya energy positif.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : jelas ada, setelah saya mengikuti pelatihan hypnosis ini saya kemudian bisa menyatukan pelajaran yang telah lebih dahulu saya ketahui mengenai ilmu olah gerak nafas dan tenaga dalam dan bisa saya implementasikan saat dalam konteks jasmani dan rohani

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : banyak sekali manfaat yang telah saya dapatkan diantaranya belajar mensugesti diri sendiri dan orang lain agar bisa mencapai alam bawah sadar dan mengetahui begitu panjang perjalanan seorang manusia.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : Alhamdulillah, bahkan sebelum saya mengikuti pelatihan hypnosis saya telah banyak belajar mengenai pengendalian diri saya entah itu dalam hubungan social saya ataupun dalam keluarga saya sendiri.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : tentu rasa empati itu sudah dimiliki oleh manusia. Yang perlu adalah bagaimana seharusnya kita memperlakukan dan diperlakukan terhadap sesama.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : Bercerita tentang pemahaman emosi tantunya orang yang sering emosi dapat memahami dirinya sendiri ketika dalam situasi tersebut karna perasaan

menimbulkan tindakan begitu pula sebaliknya.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat

Responden : Ya sangat meningkat, saya lebih peka dalam memahami orang lain, saling berinteraksi dan saling berbagi energy positifmelajirkan makna positif vibes dalam diri saya sendiri sehinga cara bersosial saya sangat meningkat.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : Motivasi itu perlu tapi motivasi tanpa aksi itu halusinasi maka saya tanamka dalam diri saya adalah segala hal dalam tentang tindakan yang melahirkan kebaikan bagi diri saya dan orang lain.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : factor pendukung saya untuk mengikuti pelatihan hypnosis adalah saya ingin banyak tahu tentang hypnosis agar bisa saya terapkan dalam kehidupan sehari-hari factor penghambat saya hanya masalah biaya untuk mengikuti pelatihan tersebut.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : ya sangat meningkat, pengendalian diri saya semakin hari semakin meningkat karna sugesti yang saya tanamkan setiap saat.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Miftahul Rahmat

Nim : 180202021

Tempat, tanggal lahir : Sinjai, 24 mei 2000

Jenis Kelamin : Laki-laki

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : Saya menerapkan ketika saya punya masalah baik dari masalah keluarga , pribadi, dan yang ada disekitas saya.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : Ada Perbedaan

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : Manfaatnya agar sesuatu yang negative atau emosi yang ada dalam diri saya itu bisa saya hilangkan dengan hasil tubuh dan jiwa saya menjadi rileks, fokus, dan terkendali..

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : Kadang saya dapat mengendalikan emosi saya kadang tidak, ketika emosi saya ditingkat maksimal mungkin butuh pemicu

untuk meredakan atau pada saat itu saya tidak terkontrol.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : Iya saya berempati dengan orang lain maupun diri saya sendiri.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : emosi dalam diri saya, iya saya dapat mengendalikannya. Sedangkan orang lain kadang-kadang.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : kadang-kadang

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : Iya motivasi saya meningkat

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : yang menjadi pendukung yaitu, pelatihan hypnosis itu syarat untuk mengikuti magang, dan pelatihan hypnosis punya banyak manfaat untuk diri saya sendiri. Sedangkan factor penghambatnya yaitu. Pertama pembayaran untuk mengikuti pelatihan hypnosis, dan yang ke dua,

berfikir bodoh amat pada pelatihan hypnosis.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : Kadang-kadang karena pelatihan hypnosis ini belum maksimal dalam pelaksanaannya.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Nur Awaliah Ramadhani

Nim : 180202079

Tempat, tanggal lahir : 20 november 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : Biasanya saya melakukannya dengan merilekskan diri, membuat tubuh menjadi nyaman dan menghindari keributan yang dapat mengganggu konsentrasi lalu biasanya saya mengsuggesti diri saya untuk menjadi tenang lalu membuang pikiran negative yang ada dalam diri saya.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : menurut saya ada walaupun perubahan itu tidak terlalu banyak, karena biasanya saya memang selalu melakukan self hyposis dirumah sebelum ada kegiatan pelatihan ini, karena itu dapat membantu saya menghindari stress yang berlebihan.

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : Manfaat yang saya dapatkan itu saya merasa lebih percaya diri dan mempunyai wawasan serta kenalan yang banyak.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : Iya tentu saja, pelatihan hypnosis memberikan saya pengetahuan tambahan tentang tentang ilmu hypnosis yang lebih baik lagi.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : Iya, sifat empati harus dimiliki oleh setiap manusia, tetapi dengan pelatihan hypnosis menyadarkan saya, memberikan perhatian lebih kepada sesama.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : Jujur saja saya belum terlalu mengenali emosi yang ada pada diri saya apalagi orang lain.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : saya tidak terlalu yakin dengan hal itu.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : mungkin saja iya.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : Faktor pendukung saya yang pasti saya berfikir saya akan menemukan pengetahuan tambahan tentang ilmu hypnosis.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : mungkin tidak.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Muh. Yusril

Nim : 180202081

Tempat, tanggal lahir : Sinjai, 01 mei 2000

Jenis kelamin : laki-laki

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden : Apabila saya stress mengerjakan tugas atau banyak pikiran. Dengan melakukan hypnosis seperti merilekskan pikiran, mengendalikan emosi. Contohnya biasanya saya mensugestikan diri untuk tenang.

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : Ada, sebelumnya saya tidak mengenal dan tau tentang hypnosis, setelah mengikuti pelatihan hypnosis saya mendapatkan beberapa ilmu baru yang bisa saya terapkan pada diri dan mungkin bisa membantu orang lain.

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : Mendapatkan ilmu baru , baik secara teori maupun praktek. Dan manfaat hypnosis itu sendiri bagi kesehatan dan mental.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : Iya sada dapat sedikit demi sedikit mengendalikan emosi apalagi dengan praktek hypnosis pada diri sendiri dalam bentuk mensugesti diri.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : Iya saya cukup berempati kepada orang lain. Seperti ikut merasakan diposisi teman yang terkena musibah.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orng lain ?

Responden : kalau pada diri saya cukup mampu untuk merasakan dan mengenali. Kalau orang lain biasanya ada seseorang yang mampu menutupi emosinya dengan ekspresi lain jadi kadang say sulit untuk mengenali emosi orang lain.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : Iya saya sudah cukup mampu untuk menerima kritik, feedback, dan menghargai diri sendiri.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : Untuk mencapai tujuan saya berusaha memotivasi diri, ketika saya berusaha mencapai suatu tujuan saya berusaha meningkatkan motivasi pada diri.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : factor pendukung adalah kompetensi pemateri dan mentor yang memberikan bimbingan sehingga cepat memahami materi pelatihan hypnosis selain itu ada buku panduan yang diberikan untuk mempelajari tentang hypnosis itu sendiri. Factor penghambat mungkin kadang dalam praktek hypnosis kadang kurang fokus sehingga cenderung gagal apalagi jika menghadapi seseorang yang mentalnya block.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : Bisa dibilang dengan pelatihan hypnosis ini juga bisa menambah meningkatkan

kecerdasan emosional karena jika diterapkan untuk sehari-hari apalagi jika merasa stress atau banyak pikiran dengan hypnosis diri dengan sugesti bisa mengontrol emosi.

Hasil Wawancara

Nama Responden : M. Ikhsan

Nim : 180202061

Tempat, tanggal lahir : Sinjai, 21 desember 1999

Jenis kelamin : Laki-laki

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?

Responden :

2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?

Responden : Ada semenjak mengikuti pelatihan hypnosis lebih dapat mengontrol diri dan lebih tenang dalam menghadapi masalah.

3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?

Responden : Mudah mengontrol emosi, Mudah memecahkan masalah.

4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikan emosi diri ?

Responden : iya sangat.

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : Iya semenjak mengikuti pelatihan lebih mudah untuk mengerti seseorang dan

tentunya memberikan bantuan ketika ada permasalahan yang dialami.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orang lain ?

Responden : iya , setelah mengikuti pelatihan lebih mampu memahami karakter kita baik dari segi emosional dan lebih mampu memahami orang lain tentunya.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : terkait persoalan social tentu meningkat kenapa, karena setiap ada teman yang meminta bantuan terkait masalah dan pada saat itu saya ada sebagai pemberi solusi dan tidak jarang dari sekian banyak yang meminta solusi berjalan baik dan bagus

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : Iya.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : yang menjadi pendukung yaitu, rasa ingin tau akan ilmu hypnosis itu sendiri, factor penghambatnya kurangnya kegiatan pelatihan seperti pelatihan hypnosis

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : Iya, disbanding sebelum mengikuti pelatihan hypnosis ini lebih cenderung pusing, kebingungan dalam memecahkan masala, disbanding setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini rasanya lebih mudah, lebih tenang dalam menghadapi masalahdan tentunya mudah menemukan solusinya.

Hasil Wawancara

Nama Responden : Ulfianti
Nim : 180202052
Tempat, tanggal lahir : 08 Agustus 2000
Jenis kelamin : Perempuan

1. Peneliti : Bagaimana anda menerapkan dalam kehidupan sehari-hari ?
Responden : ketika saya sangat merasa stress menghadapi persoalan disitu saya mengedalikan pikiran untuk tetap tenang.
2. Apa ada perbedaan sebelum anda mengikuti pelatihan hypnosis dan setelah mengikuti?
Responden : Ya tentu ada, yang sebelumnya saat ada masalah dan stress saya hanya bisa menangis dan tidak tau cara mengendalikanya.
3. Apa saja manfaat yang anda peroleh selama pelatihan hypnosis tersebut ?
Responden : salah satunya yaitu beban pikiran tidak terlalu berat karena paham bahwa segala sesuatu pasti ada jalan keluarnya.
4. Setelah mengikuti pelatihan hypnosis tersebut apakah anda dapat mengendalikakan emosi diri ?

Responden : iya. Mungkin tidak sepenuhnya tapi dibandingkan dengan sebelumnya di hypnosis sekarang jauh lebih baik .

5. Apakah anda semakin berempati kepada orang lain ?

Responden : iya. Saya merasa empati juga meningkat.

6. Dapatkah anda mengenali dan memahami emosi di dalam diri maupun orng lain ?

Responden : iya, saya paham bagaimana jika saya emosi begitupun dengan orang lain, dapat dilihat dari raut wajah dan nada suaranya.

7. Apakah keterampilan social anda meningkat ?

Responden : iya Alhamdulillah sekarang saya lebih sering bersosialisasi dengan masyarakat.

8. Apakah motivasi anda juga meningkat ketika ingin mencapai suatu tujuan ?

Responden : iya sangat berpengaruh besar.

9. Apa saja factor yang menjadi pendukung dan penghambat dalam mengikuti pelatihan hypnosis ?

Responden : yang menjadi pendukung yaitu, saya tanamkan dalam diri saya bahwa saya harus mengikuti hypnosis karena manfaatnya bukan hanya dalam diri saya melainkan orang lain juga. Factor penghambatnya. Saya susah fokus ketika mengikuti karena

terngiang dari kecil bahwa takutnya saya ditanya sifat pribadi yang tidak pantas dikatakan didepan orang banyak.

10. Apakah kecerdasan emosional anda meningkat setelah mengikuti pelatihan hypnosis ini ?

Responden : iya Alhamdulillah, saya bisa paham ternyata dengan hypnosis ini kita bisa jauh lebih tenang dalam menghadapi persoalan.

Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian

Gambar 1.2



Gambar 1.3



Gambar 1.4



Gambar 1.5



Gambar 1.6



Gambar 1.7



Lampiran 5 Izin Penelitian



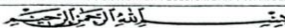
INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM

KAMPUS : JL. SULTAN HASANUDDIN NO. 20 KAB. SINJAI, TLP/FAX 048221418, KODE POS 92612

Email : fukisialmsinjai@gmail.com

Website : <http://www.iainmsinjai.ac.id>

TERAKREDITASI INSTITUSI BAN-PT SK NOMOR : 1088/SK/BAN-PT/Akred/PT/xii/2020



Nomor : 057.D2/III.3.AU/F/2022
Lamp : 1 Rangkap
Hal : Izin Penelitian

Sinjai, 16 Syawal 1443 H
17 Mei 2022 M

Kepada Yang Terhormat
Rektor IAI Muhammadiyah Sinjai
di-
Tempat

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Dalam rangka penulisan skripsi mahasiswa program Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Institut Agama Islam Muhammadiyah (IAIM) Sinjai, dengan ini disampaikan bahwa mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

Nama : Rifka Tunnisa
NIM : 180202084
Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Semester : VIII

akan mengadakan penelitian dengan judul:

Implementasi Pelatihan Hipnosis dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa FUKIS IAIM Sinjai

Sehubungan dengan hal tersebut di atas dimohon kiranya yang bersangkutan dapat diberikan izin melaksanakan penelitian di IAI Muhammadiyah Sinjai.

Atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.



Tembusan:

1. Ketua BPH IAIM Sinjai di Sinjai
2. Rektor IAIM Sinjai di Sinjai
3. Wakil Rektor I IAIM Sinjai di Sinjai
4. Ketua Prodi BPI IAIM Sinjai di Sinjai

Lampiran 6 Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
KAMPUS : JL. SULTAN HASANUDDIN NO. 20 KAB. SINJAI, T.L.P. 082348048870, KODE POS 92612
Email : info.iainsinjai@yahoo.com Website : <http://www.iainsinjai.ac.id>

TERAKREDITASI INSTITUSI BAN-PT SK NOMOR : 1088/SK/BAN-PT/Akred/PT/X11/2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

Nomor : 457.R/III.3.AU/D/KET/2022

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Yang bertanda tangan dibawah ini Rektor Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai menerangkan bahwa:

Nama	: Rifka Tunnisa
NIM	: 1800202084
Program Studi	: Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)
Semester	: VIII (Delapan)

Yang bersangkutan diatas benar telah melakukan penelitian di Institut Agama Islam Muhammadiyah (IAIM) Sinjai dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul : **Implementasi Pelatihan Hipnosis Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa FUKIS IAIM Sinjai.**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Sinjai, 14 Dzulkaidah 1443 H
14 Juni 2022 M

Rektor,

Dr. Firdaus, M.Ag
NPM. 886 069

Lampiran 7 SK Pembimbing



**INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM**

KAMPUS : JL. SULTAN HASANUDDIN NO. 20 KAB. SINJAI, TLP/FAX 048221418, KODE POS 92612

Email : fukisiamsinjai@gmail.com

Website : <http://www.iainsinjai.ac.id>

TERAKREDITASI INSTITUSI BAN-PT SK NOMOR : 1088/SK/BAN-PT/Akred/PT/XII/2020



SURAT KEPUTUSAN

Nomor: 0222.D2/III.3.AU/F/KEP/2021

**TENTANG
DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai setelah:

- Menimbang** : 1. Bahwa dalam rangka penulisan Skripsi mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai Tahun Akademik 2020/2021, maka dipandang perlu untuk menetapkan Dosen Pembimbing penulisan Skripsi dalam Surat Keputusan.
2. Bahwa nama-nama yang tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk melaksanakan tugas yang diamanahkan kepadanya.
- Mengingat** : 1. Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga Muhammadiyah
2. Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas
3. Undang-undang RI No. 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi.
4. Keputusan Menteri Agama RI No. 6722 Tahun 2015, tentang perubahan nama STAI Muhammadiyah Sinjai menjadi Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai.
5. Pedoman PP. Muhammadiyah No. 02/PED/1.0/B/2012 tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah.
6. Statuta Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai.
- Memperhatikan** : Kalender Akademik Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam T. A 2020/2021.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** : Keputusan Dekan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai tentang Dosen Pembimbing penulisan skripsi mahasiswa.
- Pertama** : Mengangkat dan menetapkan Bapak/Ibu:

Pembimbing I	Pembimbing II
Faridah, S.Kom.I., M.Sos.I.	Mulkiyan, S.Sos., M.A.

Untuk penulisan skripsi mahasiswa:

Nama : Rifka Tunnisa
NIM : 180202084
Prodi : BPI
Judul : Implementasi Pelatihan Hipnotis dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fukis IAIM Sinjai

Lampiran 8 Keterangan Plagiasi

BIODATA PENULIS

Nama : Rifka Tunnisa
Nim : 180202084
Tempat, Tanggal Lahir : Sinjai, 31 Desember 2000
Alamat : Dusun Jatie, Desa Samaturue,
Kecamatan Tellulimpoe

Pengalaman Organisasi :

1. Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (IMM)
2. Pengurus UKM PIK M Ahmad dahlan
3. Pengurus HIMAPRODI

Nama Orang Tua :

1. Ayah : Salman
2. Ibu : Marhama

Riwayat Pendidikan :

1. SD : SD Negeri 95 Jatie
2. SMP : SMP Negeri 2 Bikeru
3. SMA : SMA Negeri 2 Bikeru
4. S1 : Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai

Handpone : 085394408079

Email : rifkatunnisa900@gmail.com.

PAPER NAME
180202084

AUTHOR
RIFKA TUNNISA



WORD COUNT
9190 Words

CHARACTER COUNT
61905 Characters

PAGE COUNT
44 Pages

FILE SIZE
171.8KB

SUBMISSION DATE
Oct 28, 2022 10:22 AM GMT+7

REPORT DATE
Oct 28, 2022 10:23 AM GMT+7

● **19% Overall Similarity**

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 17% Internet database
- 4% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 11% Submitted Works database

