

**PELAKSANAAN HYPNOTERAPI DALAM MENANGANI
KLIEN GANGGUAN PSIKOSOMATIS DI HYPNOTERAPI
GRAHA INSPIRASI LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk melakukan Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna mendapatkan gelar strata

Oleh:
CRISTINA FEBRIYANTI
NPM : 1641040037

Jurusan :Bimbingan dan Konseling Islam



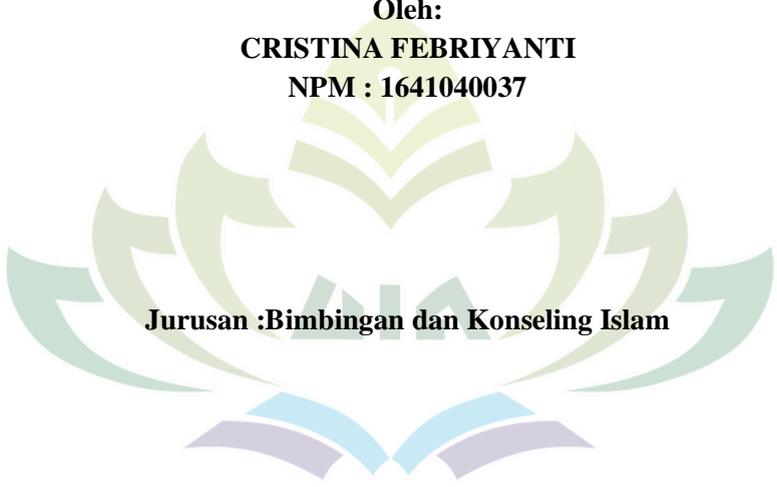
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H / 2023 M**

**PELAKSANAAN HYPNOTERAPI DALAM MENANGANI
KLIEN GANGGUAN PSIKOSOMATIS DI HYPNOTERAPI
GRAHA INSPIRASI LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk melakukan Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna mendapatkan gelar strata

Oleh:
CRISTINA FEBRIYANTI
NPM : 1641040037



Jurusan :Bimbingan dan Konseling Islam

Pembimbing I : Dr. Hi. Sri Ilham Nasution, M.Pd
Pembimbing II : Umi Aisyah, M.Pd.I

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1445 H / 2023 M**

ABSTRAK

Psikosomatis adalah jenis gangguan mental yang awalnya di populerkan oleh Maxmilliam Jacobi, seorang psikiater jerman, yang menekankan kesatuan yang *kauatif* dan pendekatan *holisti* serta serta , menyakini semua penyakit di pengaruhi faktor psikologis Psikosomatis di tandai dengan adanya gejala-gejala seperti : pegal-pegal,kembung,gatal-gatal,mual,kesemutan,nyeri di bagian dada dan lain sebgainya , yang mana tidak di temukanya penjelasan secara medis yang adekuat berdasarkan pemeriksaan fisik atau laboratorium.

Setelah timbul berbagai macam gejala , biasanya cenderung berobat secara medis di rumah sakit atau klinik, tanpa memikirkan atau memperhatikan mental atau psikologis,setelah berobat mungkin akan sembuh secara medis ,tetapi secara psikologis masih mengalami permasalahan, yang jika di biarkan terus menerus akan mengakibatkan permasalahan lainya atau bertambah parah .

Salah satu penyelesaian masalah psikosomatis adalah Hipnoterapi,Hipnoterapi adalah suatu metode terapi dengan menggunakan pikiran alam bawah sadar manusia dan menggunakan atau memasukan sugesti kedalam pikiran alam bawah sadar untuk tujuan tertentu, tentunya dalam kontes penelitian ini untuk menyembukan klien dengan gangguan psiosomatis.

Penelitian ini melibatkan 4 orang , yakni 3 orang dengan gangguan psikosomatis , dan satu orang yang merupakan ketua sekaligus trapis. Penelitian ini dilaksanakan di GrahaInspirasi Lampung. Penelitian ini merupakan menelitian lapangan atau *field research*, dengan menggunakan pendekatan *deskriptif* , dengan menggunakan teknik pemilihan informan teknik *purposive sampling*.

Berdasarkan hasilkesimpulan maaka proses hipnoterapi yang di lakukan di Graha Inspirasi Lampung dikatakan efektif, sebagaimana yang telah di tuturkan oleh tiga klien dengan gangguan psikosomatis, bahwa mereka mengalami perubahan setelah melaksanakan proses hip[noterapi walau tidak sekali datang langsung mengalami perubahan tetapi dengan proses mereka mengalami perubahan , dan dapat menjalani aktifitas dengan baik.



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG**

FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Cristina Febriyanti
NPM : 1641040037
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien Gangguan Psikosomatis Di Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung”** Adalah Benar-Benar Merupakan Hasil Karya Penyusun Sendiri, Bukan Duplikasi Ataupun Plagiat Dari Karya Orang Lain Kecuali Pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka penyusun akan bertanggung jawab sepenuhnya. Demikian surat pernyataan ini ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, November 2023
Penulis



Cristina Febriyanti
NPM. 1641040037



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)703260

PERSERTUJUAN

**Judul : Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien
Gangguan Psikosomatis Di Hypnoterapi Graha
Inspirasi Lampung**
Nama : Cristina Febriyanti
NPM : 1641040037
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

MENYETUJUI

Untuk Di Uji dan Di pertahankan dalam Sidang Munaqosah
fakultas dakwah dan ilmu komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. Hi. Sri Ilham Nasution, M.Pd.

NIP.196909151994032002

Pembimbing II

Umi Aiswah, M.Pd.I

NIP. 19890912018012003

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Dr. Hi. Sri Ilham Nasution . M.Pd

NIP. 1969091519904032022



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarane 1 Bandar Lampung 35131 ☎ (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien Gangguan Psikosomatis di Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung”** disusun oleh: **Cristina Febriyanti** , NPM. **1641040037**, Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Islam**, telah diujikan dalam sidang munaqasyah fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi pada: Hari/Tanggal: **Kamis, 20 Juli 2023.**

TIM PENGUJI

Ketua : **Dr. Hj .Rini Setiawati,M.Sos,I** (.....)

Sekretaris : **Fiqih Amalia, M.Psi. Psikolog** (.....)

Penguji I : **Dr. Faizal,M.Ag** (.....)

Penguji II : **Dr. Hj.Sri Ilham Nasution, M.Pd** (.....)

Penguji Pendamping: Umi Aisyah,M.Pd.I (.....)



Mengetahui
Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag.

16511011995031001

MOTTO

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”

(Q.S Ar-Ra'd : 11)



PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur *Alhamdulillahirobbil'alamin* kepada Allah SWT, peneliti persembahkan karya tulis ini kepada kedua orang tua yang selalu mendukung dan memberi nasihat dalam setiap detik, menit, bulan bahkan tahun, yaitu:

1. Ayahanda Saryanto dan Ibunda Robiatun yang tercinta, yang telah mengasuh, melindungi, membimbing, mendidik dan selalu ada dari ketika penulis lahir hingga saat ini
2. Kakak- kakakku tercinta Rianti, Afifah , Yunus , Ansasi shaleh , Dwi Agung, nuny setya ningasih yang meberikan dorongan dan motivasi untuk penulis . Serta Adikku Nopriansah Ramadhan yang selalu mensupport penulis dalam melukan penelitian dan kegiatan apapun demi kebaikan .
3. Almameterku tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung



RIWAYAT HIDUP

Cristina Febriyanti adakah anak keempat dari lima bersaudara, ayah bernama Saryanto dan ibu bernama Robiatun , dengan kakak perempuan pertama bernama Riyanti , kaka perempuan kedua bernama Afifah , kakak laki-laki ketiga bernama Yunus serta adik laki-laki bernama Nopriyansyah Ramadhan. Penulis lahir di Bandar Lampung pada tanggal 18 febuari 1998.

Jenjang pendidikan peneliti sekolah dasar(SD) di Madrasah Ibtidaiyah Mathaul anwar labuhan ratu, kota Bandar Lampung , tamat sekolah dasar pada tahun 2010, kemudian berlanjut ke sekolah menengah pertama(SMP) di SMPN 8 bandarlampung , di labuhan ratu raya kecamatan labuhan ratu kota Bandar Lampung .tamat sekolah menengah pertama pada tahun 2013 . kemudian berlanjut ke sekolah menengah atas (SMA) SMAN 15 Bandar Lampung, Tanjung Senang, Labuhan Dalam , kecamatan Tanjung Senang, kota Bandar Lampung ,Lampung . penulis tamat sekolah menengah atas pada tahun 2016 . di tahun yang sama peneliti melanjutkan pendidikan kepeguruan tinggi yaitu Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung .

Bandar Lampung ,.... juni 2021

Cristina Febriyanti

KATA PENGANTAR

Assalamu 'aikum Wr.Wb.

Alhamdulillahirobbil'aalamin, segala puja dan puji syukur bagi Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang yang telah memberikan kekuatan dan kesabaran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi . serta taklupa Shalawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. yang merupakan suri tauladan bagi umat manusia.

Ketika rasa lelah dan ketidaktahuan penulis hadir disitulah sebagai manusia bisa penulis membutuhkan masukan dan dorongan dari orang lain, dari masukan dan dorongan dari orang lain itulah tumbuh semangat dan motivasi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini .

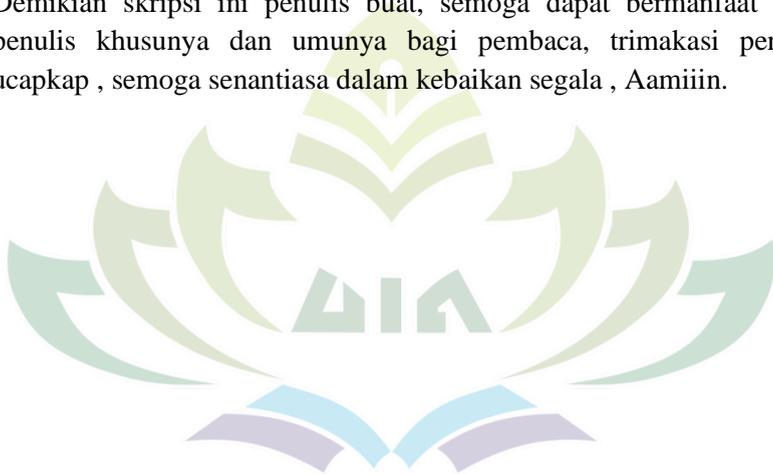
Dalam kesempatan kali ini izinkan penulis menyampaikan ucapan trimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dr Abdul Syukur, M. Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung
2. Dr. Hj . Sri Ilham Nasution, M.Pd. selaku ketua jurusan dan Umi Aisyah M.Pd.I selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi , Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung .
3. Dr. Hj . Sri Ilham Nasution, M.Pd. selaku pembimbing 1 dan Umi Aisyah M.Pd.I selaku pembimbing 2 , yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
4. Dosen fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi, terkhusus dosen prodi Bimbingan Dan Konseling Islam yang telah sudi memberikan ilmunya selama kuliah di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung .
5. Pak Eko J. Saputra yang merupakan ketua sekaligus Trapis di Graha Inspirasi Lampung beserta jajarannya yang telah memberi izin dan membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian di Graha Inspirasi Lampung .

6. Kepada sahabat-sahabat seperjuanganku . Anggi Zulneti , Nur Aini , dan Ayu Endar, yang selalu memberi semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada Marini Eka sapturi, yang membantu penulis dalam mendapatkan judul penelitian ini
8. Teman – teman jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam Angkatan 2016
9. Teman –teman KKN yang kebersamai selama 40 hari yang memebrikan penulis banyak pengalaman baru

Semoga Allah SWT, selalu member kasih sayang –Nya sebagai balasan atas bantuan dan bimbingannya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Demikian skripsi ini penulis buat, semoga dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan umunya bagi pembaca, trimakasi penulis ucapkap , semoga senantiasa dalam kebaikan segala , Aamiin.



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Fokus Penelitian	5
D. Rumusan masalah	5
E. Tujuan penelitian	6
F. Manfaat penelitian	6
G. Kajian Penelitian Terdahulu.....	6
H. Metode Penelitian	8
I. Sistematika penelitian	16
BAB II HYPNOTERAPI DALAM MENANGANI KLIEN GANGGUAN PSIKOSOMATIS DI HIPNOTERAPI GRAHA INSPIRASI LAMPUNG.....	17
A. Pelaksanaan Hypnoterapi.....	17
1. Pengertian Hypnoterapi	17
2. Teknik Hipnoterapi	18
3. Manfaat Hypnoterapi	22
4. Pelaksanaan Hypnoterapi	23
B. Gangguan Psikosomatis	24
1. Pengertian Gangguan Psikomatis	24
2. Gejala Psikosomatis	25
3. Faktor Penyebab Psikosomatis	26
4. Jenis – jenis Psikosomatis	28

BAB III	HIPNOTERAPI GRAHA INSPIRASI LAMPUNG DALAM MENANGANI KLIEN GANGGUAN PSIKOSOMATIS	31
	A. Profil Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung.....	31
	1. Sejarah terbentuknya Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung	31
	2. Visi, Misi Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung	32
	3. Struktur Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung	34
	4. Program Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung	36
	B. Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani klien Gangguan Psikosomatis di Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung	39
	1. Permasalahan Klien Gangguan Psikosomatis	39
	2. Metode hipnoterapi di Hipnoteapi Graha Inspirasi Lampung	41
BAB IV	ANALISIS PELAKSANAAN HYPNOTERAPI DALAM MENANGANI KLIEN GANGGUAN PSIKOSOMATIS DI HIPNOTERAPI GRAHA INSPIRASI LAMPUNG	49
BAB V	PENUTUP	53
	A. Kesimpulan	53
	B. Saran.....	54

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Memperjelas dan menghindari kesalah pahaman dalam memahami judul skipsi ini,maka penulis akan menjelaskan arti yang terdapat pada judul ini. Judul Skipsi ini **“Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien Gangguan Psikosomatis Di Hypnoterapi Ghara Inspirasi Lampung”** Adapun uraian pengertian beberapa istilah yang terdapat dalam judul proposal ini yaitu , sebagai berikut :

Pelaksanaan adalah suatu tindakan, atau pelaksanaan dari sebuah rencana yang sudah disusun secara secara matang dan terperinci, implementasi biasanya di lakukan setelah perencanaan sudah di anggap siap. Secara sederhana pelaksanaan dapat di artikan sebagai penerapan atau evaluasi.¹ Pelaksanaan yang di maksud oleh penulis dalam penelitian ini ialah, pelaksanaan hipnoterapi di hipnoterapi graha inspirasi lampung.

Hypnoterapi merupakan konsep penyembuhan yang menyeimbangkan sistem harmonisasi tubuh dengan mengatur kembali pola-pola negatif yang sering di lakukan, baik secara sadar maupun tidak secara sadar oleh seseorang, dengan cara memasuki pikiran alam bawah sadar klien.² menurut setiawan, hipnoterapi di pandang sebagai salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasan dan

¹ Raharjo Adisasmita,*Pengelolaan Pendapatan dan Anggaran Daerah* (Yogyakarta :Graha Ilmu 2011) h. 12

prilaku.³ Berdasarkan pengertian diatas hipnoterapi yang penulis maksud dalam penelitian ini adalah, konsep penyembuhan dengan cara menyeimbangkan harmoniasasi tubuh dan mengatur pola-pola negative yang sering dilakukan, baik secara sadar maupun tidak sadar oleh seorang, dengan cara memasuki pikiran alam bawah sadar.

Sedangkan psikomatis adalah gangguan somatoform yaitu gangguan yang memiliki gejala fisik, seperti mual, dan pusing dimana tidak di temukannya penjelasan secara medis yang adekuat berdasarkan pemeriksaan fisik dan laboratorium.⁴ Psikomatis juga dapat diartikan yaitu gejala somatic atau badaniah yang berakar pada sebab psikologis.⁵ sehingga dapat di simpulkan psikomatis adalah suatu gangguan somatis / badan dalam bentuk mual, pusing dan gangguan lainnya yang dipegaruhi adanya gangguan psikologi.

Klien sendiri adalah individu yang diberi bantuan professional oleh seorang konselor atas permintaan sendiri atau permintaan orang lain. menurut Rogres klien adalah orang yang datang kepada konselor dalam kondisi cemas dan tidak *kongruensi*. Dari pegrtian tersebut dapat di simpulkan yang di maksud klien dalam penelitian ini adalah invidivu yang memerlukan bantuan secara professional untuk penyembuhan gangguan psikosomatis yang ada dalam dirinya.

Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung sendiri merupakan tempat hipnoterapi yang beralamat di Jl. Semangka NO.25, Gedung Meneng, Kec. Rajabasah, kota Bandar Lampung, yang telah berdiri dari tahun 2008, telah

⁴ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikologi Islam* . (Graha ilmu 2007) h. 269

⁵ M. Dimiyati Mahmud, *Psikologi Suatu penganta* (Yogyakarta:andi,2008) h. 194

berpengalaman untuk menyembuhkan berbagai macam permasalahan, salah satunya psikosomatis.

Dengan demikian penulis simpulkan bahwasannya judul penelitian pelaksanaan Hypnoterapi dalam menangani klien gangguan psikosomatis di Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung, adalah penelitian yang membahas tentang pelaksanaan hipnoterapi yang dilakukan oleh Hypnoterapis kepada klien yang mengalami gangguan psikosomatis seperti mual, pusing, muntah dan gangguan lainnya yang di sebabkan oleh psikologis, yang di lakukan di hipnoterapi graha inspirasi lampung.

B. Latar Belakang Masalah

Psikosomatis adalah jenis gangguan mental yang awalnya di populerkan oleh Maxmillan Jacobi, seorang psikater jerman yang menekankan kesatuan yang *kauatif* dan pendekatan *holisti*, serta menyakini semua penyakit di pengaruhi faktor psikologis .

Psikosomatis ditandai dengan adanya gejala-gejala seperti: pegal-pegal, kembang, gatal-gatal, mual, muntah, kesemutan, nyeri bagian dada, punggung, tulang belakang dan mati rasa, dimana tidak di temukannya penejelasan secara medis yang adekuat berdasarkan pemeriksaan fisik atau laboratorium .⁶

Setelah timbul bergai macam gejala, biasanya cenderung berobat secara medis di rumah sakit atau klinik, tanpa memikirkan atau memperhatikan kesehatan mental atau psikologi, setelah berobat bisa saja sembuh secara medis, tetapi secara psikologi kita masih mengalami

⁶ Tristiadi Ardani, *Psikologi Islam*, (Malang : Graha Ilmu 2007), h.

permasalahan, yang akan terus ada jika tidak di selesaikan secara baik.

Bahkan jika tidak di selesaikan bisa saja timbul penyakit atau gangguan baru atau hal ini yang membuat kita sering mengalami beberapa gangguan yang sama secara berulang- ulang, hal ini terjadi karena adanya tekanan secara psikologi, namun tidak banyak yang mengetahui cara penyelesaian permasalahan secara psikologi..

Penyelesaian masalah psikosomatis bisa dilakukan dengan cara hipnoterapi, hipnoterapi adalah salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan dan perilaku dengan memberikan sugesti kealam bawah sadar.⁷

Menurut bapak Eko J. Saputra selaku ketua dan hinoterapis di Graha Inspirasi Lampung, bahwa orang yang mengalami gangguan psikosomatis bisa sembuh jika ditangani dengan tepat, seperti di graha inspirasi 8 dari 10 klien dengan gangguan psikosomatis sembuh dengan melakukan Hypnoterapi.⁸

Pada dasarnya hypnoterapi atau hipnoterapi bukan kegiatan yang menakutkan atau yang berdekatan dengan ilmu hitam, hanya saja masih banyak masyarakat yang beranggapan seperti itu, jika di gunakan secara profesional dan di lakukan oleh ahli hypnoterapi atau hipnoterapi membuat kita relax dan membuat kita nyaman dan membuat kita membuang energi negative dari dalam diri, maka dari itu orang yang mengalami gangguan psikosomatis sangat membutuhkan bantuan salah satunya dengan Hypnoterapi ini.

⁷ Derry Arter, *Hypnotic Power*, (Yogyakarta :Marta Books,2015).
h, 24

⁸ Eko. J. Saputra, Wawancara Langsung , 18 november 2020.

Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung sendiri merupakan tempat Hypnoterapi yang beralamat di Jl. Semangka NO.25, Gedung Meneng, Kec. Rajabasah, kota Bandar Lampung, yang telah berdiri dari tahun 2008. Yang telah berpengalaman dalam menangani klien dengan berbagai macam permasalahan. Di hipnoterapi graha inspirasi lampung ada beberapa jenis layanan yaitu, layanan: pelatihan hipnoterapi, parenting, mengajar hipnoterapi yang bisa di lakukan secara privat atau klasikal, menangani klien dengan gangguan psikologis seperti: phobia, psikosomatis, depresi, dan lain sebagainya. Namun dalam hal ini penulis hanya akan meneliti klien dengan gangguan psikosomatis, berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian pelaksanaan Hypnoterapi dalam menangani klien dengan gangguan psikosomatis di Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung.

C. Fokus Penelitian

Penelitian ini akan berfokus pada “Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien Gangguan Psikosomatis Di Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung” yang menjadi objek utamanya adalah pelaksanaana Hypnoterapi di Hypnoterapi Graha Inspirasi Lampung untuk klien dengan Gangguan Psikosomatis.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien Gangguan Psikosomatis Di Hipnoterapi Graha Inspirasi Lampung?

E. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien Gangguan Psikosomatis Di Hipnoterapi Graha Inspirasi Lampung.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan tentang pelaksanaan hypnoterapi dalam menangani klien gangguan psikosomatis di hipnoterapi graha inspirasi lampung.

2. Secara praktis

- a. Sebagai masukan bagi hipnoterapis untuk meningkatkan pelaksanaan hypnoterapi dalam menangani klien gangguan psikosomatis.
- b. Selanjutnya penulis juga dapat menambah ilmu pengetahuan tentang bagaimana pelaksanaan hypnoterapi dalam menangani klien gangguan psikosomatis.

G. Kajian Penelitian Terdahulu

1. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Fauzi pada tahun 2018, UIN Alauddin Makassar dengan judul "*Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Penderita Gangguan Fobia Di Lembaga ANHAR Foundation Kota Makasar*".⁹ Penelitian ini dilatar belakangi untuk menangani permasalahan gangguan fobia, fobia yaitu ketakutan yang berlebihan pada suatu tertentu.fobia bisa

⁹ Ahmad Fauzi, "*Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Penderita Gangguan Pobia Di ANHAR Faudation Kota Makasar*" (Skripsi : UIN Alaudin Makassar,2018)

muncul karena adanya pengaruh lingkungan, sehingga fobia ini mengganggu kehidupan sehari-hari seseorang.

Letak relevansi dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan hipnoterapi dalam proses penyembuhan. Perbedaan dengan penelitian ini dan penulis adalah subjek penelitiannya, penulis subjeknya adalah hipnoterapi dalam menangani klien gangguan psikosomatis di hipnoterapi graham inspirasi lampung. sedangkan di penelitian ini menekankan pada metode hipnoterapi dalam menangani penderita fobia di lembaga anhar foundation kota makassar, dan metode yang digunakan telah tepat dan efektif untuk menangani fobia.

2. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayu Wulandari tahun 2016, Universitas Negeri Makassar dengan judul "*Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Meroko Pada Remaja*".¹⁰ Penelitian ini dilatar belakangi oleh remaja yang suka meroko, padahal kita tahu bahwa meroko merupakan kegiatan yang sangat berbahaya bagi kesehatan, sehingga dirasa perlu untuk dicarikan solusi untuk mengurangi frekuensi meroko dan pengaruh hipnoterapi.

Sedangkan letak relevansi dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan hipnoterapi dalam proses penyelesaian suatu permasalahan. Perbedaan dengan penelitian ini dengan penulis adalah subjek penelitiannya, penelitian ini subjeknya adalah pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan frekuensi meroko pada remaja. Sedangkan penulis subjeknya adalah pelaksanaan hipnoterapi dalam menangani klien gangguan psikosomatis di hipnoterapi graham inspirasi

¹⁰ Ayu Wulandari, "*Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Meroko Pada Remaja*" (Skripsi : Universitas Negeri Makassar , 2016)

lampung. Dan penelitian telah terbukti bahwa hipnoterapi dapat mempengaruhi penurunan frekuensi meroko pada remaja.

3. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ana Sa'idah Racmaniya tahun 2018, UIN Sunan Ampel Surabaya dengan judul "*kecenderungan Psikosomatis pada Remaja Yang tinggal Di Pondok Pesantren*".¹¹ Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya kecenderungan terjadinya psikosomatis yang dialami oleh remaja yang tinggal di pesantren, yang mengakibatkan terganggunya katifitas kegiatan sehari-hari.

Sedangkan relevansinya dengan penulis ialah sama-sama mengangkat psikosomatis sebagai penelitiannya, Perbedaannya adalah penulis menggunakan proses hypnoterapi untuk proses penyembuhan. dan juga subjek yang diteliti berbeda jika penelitian ini bersubjek pada kecenderungan psikosomatis pada remaja di pondok pesantren, penulis bersubjek dengan pelaksanaan hipnoterapi dalam menangani klien gangguan psikosomatis di hipnoterapi graham inspirasi lampung.

H. Metode Penelitian

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Penelitian ini berjenis penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian yang dilakukan dengan kancha yang sebenarnya, menurut Hadari

¹¹ Ana Sa'idah Racmaniya, "*Kecenderungan Psikosomatis Pada Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren*" (Skripsi : UIN Sunan Aampel Surabaya, 2018)

Narawi Penelitian lapangan atau *field research* adalah kegiatan penelitian yang dilakukan dilingkungan masyarakat tertentu, baik di lembaga-lembaga dan organisasi-organisasi kemasyarakatan maupun lembaga-lembaga pemerintah.¹²

Penelitian dalam proposal ini berusaha untuk mengumpulkan data dan informasi mengenai permasalahan di lapangan penelitian ini dilaksanakan di Hipnoterapi Graha Inspirasi Lampung .

Sejalan dengan itu peneliti juga menerapkan aneka metode yang saling berkaitan, dengan selalu berharap untuk mendapat hasil yang baik mengenai subjek kajian yang sedang di hadapi. Pedekatan ini di anggap paling tepat untuk diterapkan dalam penelitian terkait pelaksanaan hypnoterapi dalam menanggapi klien gangguan psikosomatis di hipnoterapi graha inspirasi lampung.

b. Sifat penelitian

Dilihat dari sifatnya, maka penelitian Ini bersifat kualitatif deskriptif, sebagaimana telah di kemukakan oleh Nazir metode ini merupakan suatu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu objek, suatu kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat desripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan aktual mengenai fakta-fakta, sifat-sifat,

¹² Handari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*(yogyakarta:Gajah Mada University press,1998) cet. Ke-VII, h. 31

serta hubungan antar fenomena yang sedang di selidiki.¹³

Dengan demikian Penelitian ini akan menggambarkan mengenai Pelaksanaan Hypnoterapi Dalam Menangani Klien Gangguan Psikosomatis Di Hipnoterapi Graha Inspirasi Lampung.

2. Sumber Data

Sumber data adalah subyek dari mana data diperoleh.¹⁴ Sumber data yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder, berikut adalah ulasan tentang data primer dan sekunder :

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data pokok yang didapatkan untuk kepentingan dalam penelitian ini. Sumber data primer diperoleh secara langsung dari sumber data aslinya berupa wawancara, pendapat dari individu atau kelompok (orang) maupun hasil observasi dari suatu objek, kejadian atau hasil pengujian.¹⁵

Dalam penelitian ini, pemilihan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu. Untuk memperoleh data, peneliti mengambil beberapa orang yang tepat untuk dijadikan informan.

¹³ V. Wiratna dan Sujaweni, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka baru press, 2014), h. 9

¹⁴ Haris Herdiyansyah, *MPKUIS*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), h. 9

¹⁵ Sujarweni, *Metode Penelitian*, h. 73

Maka informan yang penulis tentukan berjumlah 4 orang, terdiri dari 3 orang klien hipnoterapi graha inspirasi lampung dan 1 orang hipnoterapis dari hipnoterapi graha inspirasi lampung .

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang telah dikumpulkan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Sumber data sekunder juga merupakan sumber data tambahan atau data pelengkap yang sifatnya untuk melengkapi data-data utama. Dalam penelitian ini data sekunder akan didapat mengenai sejarah berdirinya hipnoterapi graha inspirasi lampung, visi misi dan informasi lainnya yang dibutuhkan penulis.

3. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatka data yang sesuai, maka peneliti menggunakan beberapa metode untuk memper oleh data-data yang benar dan lengkap. Metode yang digunakan diantaranya ialah :

a. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit.¹⁶

Yang dimaksud wawancara disini adalah salah satu teknik pengumpulan data yakni dengan cara

¹⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h.137

menanyakan secara langsung kepada responden untuk mendapatkan informasi yang kita perlukan.

Wawancara dibagi menjadi dua jenis yaitu wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur, wawancara terstruktur adalah wawancara yang pewawancaranya menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan-pertanyaan yang akan di ajukan.¹⁷

Wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang digunakan untuk menemukan informasi yang tidak baku atau informasi tunggal.¹⁸

Dipenelitian ini penulis menggunakan wawancara terstruktur dengan menggunakan pedoman wawancara dan respondennya adalah klien di hipnoterapi graha inspirasi lampung, dan juga hipnoterapis di hipnoterapi graha inspirasi lampung. Wawancara dipenelitian ini guna untuk mendapatkan informasi mengenai pelaksanaan hipnoterapi yang ada di hipnoterapi graha inspirasi lampung.

b. Observasi

Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis gejala-gejala yang diselidiki.¹⁹ Observasi ini merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis.²⁰ Teknik

¹⁷ Lexi J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002), h. 3

¹⁸ *Ibid*

¹⁹ Chalid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h.70

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h.145

pengumpulan data dengan observasi digunakan apabila penelitian berkaitan dengan perilkumanusia, proses kerja, dan gejala alam.

Menurut Amirul dan Hariyono observasi dibagi menjadidua macam yaitu, observasi partisipan dan observasi non partisipan.observasi partisipan adalah suatu proses pengamatan yang dilakukan oleh observer dengan ikut ambil bagian dalam kehidupan orang-orang yang akan di observasi, sehingga observersungguh-sungguh seperti anggota kelompok yang di observasi.²¹

Observasi non partisipan adalah pengamatan yang dilakukan oleh observer tanpa terjun langsung kedalam anggota kelompok yang akan di observasi sehingga observer hanya sebagai pengamat.

Adapun disini penulis menggunakan observasi non partisipan,karena penulis tidak menjadi bagian dari anggota hipnoterapi graham inspirasi lampung melainkan hanya mengamati pelaksanaan hipnoterapi untuk klien dengan gangguan psikosomatis.

Observasi di penelitian untuk mengamati pelaksanaan hipnoterapi di graha inspirasi lampung, dengan tujuan untuk memperoleh data lapangan yang tidak di dapat melalui wawancara. Berupa proses pelaksaan hipnoterapi untuk klien dengan gangguan psikosomatis.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu .Dokumen bisa berbentuk

²¹ Burhan Bugi, *Penelitian Kualitatif*, (Jakarta : Kencana Premada Media Grup, 2010) , h.116

tulisan, gambar, atau karya-karya monument dari seseorang. Hasil penelitian dari observasi atau wawancara, akan lebih kredibel atau dapat dipercaya kalau didukung oleh sejarah pribadi kehidupan di masa kecil, di sekolah, di tempatkerja, dan di masyarakat.²²

Teknik pengumpulan data yang selanjutnya adalah dokumentasi, yang dimaksud dengan dokumentasi adalah catatan peristiwa yang telah lalu, bisa berupa tulisan, gambar atau karya-karya. Dengan adanya dokumentasi ini maka akan memperkuat tentang kebenaran informasi yang akan di teliti. Dokumentasi disini penulis gunakan untuk memperoleh data, propil lembaga, jenis kegiatan yang di lakukan oleh hipnoterapi graha inspirasi lampung,

4. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data. Miles dan Huberman mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga data nya sudah jenuh. Berikut langkah-langkah analisis data menurut Miles dan Huberman:

a. Data Collection / Pengumpulan data

Kegiatan utama pada setiap penelitian adalah pengumpulan data. Pengumpulan data tersebut menggunakan metode wawancara, observasi, dan

²²Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), h.71

dokumentasi atau gabungan dari ketiganya (triangulasi). Pengumpulan data dilakukan dalam jangka waktu yang lama, sehingga data yang diperoleh akan banyak dan sangat bervariasi.

b. Data Reducation / Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum dan memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema polanya. Selanjutnya data-data yang telah di reduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah penelitian untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya jika diperlukan.

c. Data Display / Penyajian Data

Menurut Miles dan Huberman yang paling sering digunakan untuk penyajian data dalam penelitian kualitatif adalah teks yang bersifat naratif. Dengan mendisplay data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah di pahami.

d. Conclusion Drawing / Verifikasi

Langkah terakhir dalam analisis data yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang sebelumnya pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih samar-samar sehingga setelah di teliti menjadi semakin jelas, dapat berupa hubungan kasual atau interaksi, hipotesis atau teori.²³

²³Sugiyono, *metode penelitian Dan pengembangan Reaserch and Development,..h.* 321-329

I. Sistematika Pembahasan

BAB I. PENDAHULUAN

BAB ini berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan.

BAB II. LANDASAN TEORI

Kerangka teori yang relevan dan terkait tema skripsi

BAB III. DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN

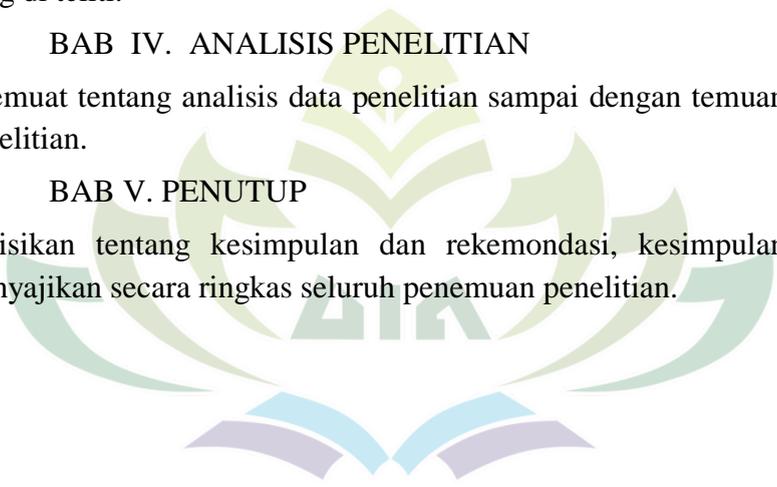
Memuat secara rinci objek yang diteliti, mulai dari gambaran umum sampai dengan penyajian data dan fakta tentang objek yang di teliti.

BAB IV. ANALISIS PENELITIAN

Memuat tentang analisis data penelitian sampai dengan temuan penelitian.

BAB V. PENUTUP

Berisikan tentang kesimpulan dan rekomendasi, kesimpulan menyajikan secara ringkas seluruh penemuan penelitian.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pada tahap pertama terapis akan melakukan pendekatan secara profesional, hal ini dilakukan dengan cara mengobrol santai, dan secara perlahan, mempromosikan klien untuk menceritakan apa yang klien rasakan. Pada tahap ini biasanya berlangsung selama 10-15 menit, di Graha Inspirasi Lampung, tahap ini berlangsung selama 10 menit dengan suasana yang nyaman. Proses ini juga digunakan sebagai alat pertama dalam menganalisis klien dalam gangguan psikosomatis.

Selanjutnya di tahap kedua terapis akan memandu klien untuk memasuki alam bawah sadar atau yang disebut dengan kondisi relaks (*trance*), di tahap ini klien dibantu untuk relaks dengan cara memasuki pikiran alam bawah sadar, biasanya dimulai dengan adanya hitungan mundur dari terapis, dimana setiap hitungannya klien akan merasakan semakin relaks dan nyaman, hal ini dilakukan agar proses hipnoterapi berlangsung dengan baik. Proses ini umumnya dilakukan selama 5 sampai 10 menit tergantung pada klien hipnoterapi.

Pada tahap ketiga, pada tahap ini klien dengan gangguan psikosomatis sudah dalam keadaan relaks dan siap menerima prosedur hipnoterapi, terapis akan melakukan prosedur hipnoterapi dengan teknik yang berbeda-beda pada setiap klien sesuai dengan kebutuhan klien. Proses ini memerlukan waktu 30 sampai 40 menit sesuai kebutuhan. Dan diakhiri dengan sesi evaluasi yang dimana klien diminta untuk menceritakan bagaimana perasaannya setelah di hipnoterapi.

B. Saran

Menegnai proses hipnoterapi yang berlangsung penulis merasa tidak perlu banyak member saran kepda Graha Inspirasi , tetapi penulis merasa alangkah baiknya jika fasilitas dan saranan penunjang kegiatan hipnoterapi lebih bisa di perhatikan, bahkan jika bisa merekrut angkota treapis baru juga nembantu pak eko untuk melakukan hipoterapi, sehingga akan banyak kesempatan bagi yang lain untuk melakukan hipnoterapi.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Adi W. Gunawan, *Hypnoterapi the art of subconcius restructuring*, Jakarta; gramedia pustaka, 2007
- Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, Yoygakarta; Pustaka Pelajar, 2014
- Chalid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metode Penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara, 2013
- Derry Arter, *Hypnotic Power*, Yogyakarta: Marta Books, 2015
- Handari Nawawi, *Metode Penelitian Bidang Sosial*, Yogyakarta: Gajah mada University Press, 1998
- Harry Herdiyansah, MPKUIS, Jakarta: Salemba Huamika, 2010
- M. Dimyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar*, Yogyakarta: Andi, 2008
- Retno Anggraini, ‘‘*Stimulasi Religius Pasutri Kecemasan Prapenelitian dan Kebutuhan Dukungan Sosial Ibu Hamil I Ikatan Psikologis Klinik*’’, Bandung :Himpsi, 2007
- Serdarmayati Syarifudin Hidayat, *Metode Penelitian*, Bandung: Maju, 2000
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta, 2012
- Tri Ardi Ardani, *Psikiarti Islam*, Malang: UIN Malang Press, 2008
- Wirata Sujarweni, *Metode Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2014

Sumber Ilmiah

Mandalah jurnal , *Psikologi*, 20018 vol 2no2 15-20 issn 2580-4065

Ana Sa'idah Rachmaiya, ''*kecenderungan psikosomatis pada remaja yang tinggal di pondok pesantren* '' Skripsi Studi psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, 2018

Ayu Wulandari, ''*Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Meroko Pada Remaja*'' Skripsi Universitas Negeri Makasar, 2016

Wawancara

Eko J. Saputra ketua dan trapis Graha Inspirasi Lampung, Wawancara 18, Noember 2020

Sunan, Klien gangguan Psikosomatis bagian Sistem ''*Musculoskeletal*'' Wawancara 25 juli 2021

Bani, Klien gangguan Psikosomatis bagian Sistem ''*Respiratory*'' Wawancara 13 Agustus 2021

Ilham Klien gangguan Psikosomatis bagian Sistem ''*Respiratory*'' Wawancara 04 September 2021