

BAB II KAJIAN PUSTAKA

IMPLEMENTASI METODE *HYPNOTEACHING* DALAM MENINGKATKAN MUTU PEMBELAJARAN BAHASA INDONESIA DI SDIT

A. Landasan Filosofis

Landasan filosofis dalam penelitian ini adalah filsafat progresivisme. Progresivisme adalah aliran filsafat pendidikan modern yang menghendaki adanya pengalaman langsung dan aktif dalam pembelajaran. Aliran ini pertama kali muncul pada awal abad ke-20 dan memiliki pengaruh yang besar dalam dunia pendidikan, terutama di Amerika Serikat. Awal mula lahirnya aliran progresivisme dipengaruhi oleh tokoh-tokoh filsafat pragmatisme seperti John Dewey dan William James. Mereka berpendapat bahwa pendidikan harus terpusat pada anak, bukan pada guru atau bidang muatan. Progresivisme menekankan pentingnya pembelajaran berbasis pengalaman, di mana siswa terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran dan membangun pengetahuan melalui pengalaman nyata. Dalam sejarahnya, progresivisme berkembang pesat pada awal abad ke-20, terutama di Amerika Serikat. Beberapa tokoh terkenal dalam aliran ini adalah George Axtelle, William O. Stanley, Ernest Bayley, Lawrence B. Thomas, dan Frederick C. Nef.

Aliran progresivisme juga menekankan pentingnya pengembangan kreativitas siswa dan pembelajaran yang berpusat pada siswa. Siswa diberi kebebasan untuk mengembangkan kreativitas mereka dan memiliki kontrol atas pengalaman belajar mereka. Hal ini dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Dalam konteks pendidikan, progresivisme memiliki pandangan yang positif terhadap pendidikan. Aliran ini berpendapat bahwa pendidikan harus mempersiapkan siswa untuk hidup dalam masyarakat yang terus berkembang dan berubah. Pendidikan harus membantu siswa mengembangkan keterampilan berpikir kritis, kreativitas, dan kemampuan beradaptasi dengan perubahan. Namun, seperti aliran filsafat lainnya, progresivisme juga memiliki

kelebihan dan kelemahan. Kelebihannya adalah metode pembelajaran yang aktif dan partisipatif dapat meningkatkan motivasi dan pemahaman siswa. Namun, kelemahannya adalah kurangnya struktur dan kurikulum yang jelas dapat menyebabkan ketidakpastian dalam pembelajaran.

Menurut Eko Pramudya Laksana et al. (2023), filsafat progresivisme dalam pendidikan menitikberatkan pada **pembelajaran aktif, pengalaman langsung, dan perkembangan individu**. Pendekatan ini berpengaruh signifikan terhadap dunia pendidikan di Indonesia, terutama dalam **pengembangan kurikulum dan penerapan prinsip-prinsip progresivisme**. Selain itu, progresivisme juga dikaitkan dengan pemikiran **John Dewey**, yang menekankan bahwa pendidikan harus berpusat pada kebutuhan, minat, dan pengalaman siswa agar mereka dapat berpartisipasi aktif dalam pembelajaran. Progresivisme dalam pendidikan mengutamakan pengembangan potensi individu, interaksi sosial, serta pengalaman belajar yang bermakna dan relevan dengan kehidupan nyata siswa. Pendekatan progresivis menekankan pada penggunaan metode-metode belajar yang aktif dan partisipatif, termasuk metode proyek, diskusi, dan simulasi. Progresivisme juga mengakui pentingnya perbedaan individual antara siswa, dan menekankan pada pengembangan kemampuan siswa untuk belajar secara mandiri dan bertanggung jawab atas proses belajarnya sendiri. Filsafat progresivisme relevan dengan Implementasi Metode *Hypnoteaching* dalam meningkatkan mutu pembelajaran karena keduanya memiliki fokus pada pengalaman langsung dan aktif dalam pembelajaran. Progresivisme menekankan pentingnya pembelajaran berbasis pengalaman, di mana siswa terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran dan membangun pengetahuan melalui pengalaman nyata. Metode *Hypnoteaching* juga berfokus pada pengalaman langsung dan aktif, di mana siswa terlibat dalam proses belajar melalui sugesti dan visualisasi yang mendalam. Dalam progresivisme, siswa diberi kebebasan untuk mengembangkan kreativitas mereka dan memiliki kontrol atas pengalaman belajar mereka. Hal ini sejalan dengan pendekatan *Hypnoteaching* yang memberikan ruang bagi siswa untuk mengaktifkan potensi bawah sadar mereka dan mengembangkan kreativitas dalam pembelajaran. Selain itu, progresivisme juga menekankan pentingnya

pembelajaran yang berpusat pada siswa. Metode *Hypnoteaching* dapat mendukung pendekatan ini dengan memberikan pengalaman belajar yang personal dan relevan bagi setiap siswa, karena sugesti dan visualisasi yang digunakan dalam *Hypnoteaching* dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan minat individu siswa.

Menggabungkan prinsip-prinsip progresivisme dan metode *Hypnoteaching* dapat meningkatkan kualitas pembelajaran melalui peningkatan daya tarik, interaktivitas, dan efektivitasnya.. Siswa akan lebih terlibat dalam proses pembelajaran, motivasi mereka akan meningkat, dan pemahaman mereka akan lebih mendalam. Hal ini dapat berkontribusi pada peningkatan mutu pembelajaran secara keseluruhan.

B. Landasan Teoritis/Konsep

1. Teori Manajemen Mutu

Dalam disertasi ini, teori manajemen yang dipilih adalah teori manajemen mutu yang dikemukakan oleh Edward Deming. Teori ini berbicara tentang prinsip- prinsip manajemen yang dapat membantu organisasi meningkatkan kualitas produk dan layanan yang mereka sediakan. Edward Deming adalah seorang ahli statistik dan manajemen yang sangat dihormati karena kontribusinya terhadap perkembangan industri di Jepang pada tahun 1950-an. Teori Deming berpusat pada konsep bahwa setiap organisasi harus berfokus pada meningkatkan kualitas secara keseluruhan, bukan hanya dalam satu area saja. Salah satu prinsip utama dalam teori ini adalah pentingnya pengendalian kualitas, yang dapat dicapai dengan memahami dan mengukur variabilitas dalam proses atau penyediaan layanan. Selain itu, Deming juga menekankan pentingnya melibatkan seluruh tim dalam usaha meningkatkan kualitas, bukan hanya tugas manajemen.

Menurut Edward Deming (2005) ,manajemen mutu adalah suatu pendekatan sistematis dalam manajemen bisnis yang fokus pada peningkatan kualitas produk dan layanan dengan memenuhi kebutuhan dan harapan pelanggan. Sementara itu,menurut Juran, J. M., & Godfrey, A. B. (2016),manajemen mutu merupakan suatu pendekatan manajemen yang

melibatkan seluruh organisasi dalam usaha untuk mencapai kualitas produk atau layanan yang memuaskan pelanggan dan memperbaiki proses secara berkelanjutan. Sedangkan menurut Al-Obaid,dkk (2019;420), yang menjelaskan bahwa manajemen mutu adalah suatu pendekatan manajemen yang berfokus pada peningkatan kualitas produk atau layanan melalui pengendalian proses dan pemenuhan kebutuhan pelanggan. Manajemen Mutu melibatkan penggunaan pendekatan ilmiah yang terstruktur yaitu siklus PDCA (Plan-Do-Check-Act), untuk mengembangkan dan memperbaiki proses produksi dan sistem manajemen. Manajemen Mutu juga melibatkan keterlibatan semua anggota organisasi untuk menciptakan lingkungan yang mendukung inovasi dan perbaikan berkelanjutan. Deming menganggap Manajemen Mutu sebagai konsep yang sangat penting dalam menciptakan produk dan layanan yang lebih baik serta meningkatkan efisiensi dan produktivitas organisasi secara keseluruhan.



Gambar 2.1 Siklus PDCA

Dalam praktiknya, pendekatan PDCA terdiri dari empat tahapan, yaitu Plan, Do, Check, dan Action sebagai berikut:

- a. *Plan* (Perencanaan): Tahap perencanaan dimulai dengan mengidentifikasi masalah atau peluang yang ada dalam proses. Selanjutnya, perumusan tujuan dan sasaran yang ingin dicapai serta strategi yang akan digunakan untuk mencapainya.

- b. *Do* (Pelaksanaan): Tahap pelaksanaan melibatkan implementasi strategi dan perencanaan yang telah dirumuskan pada tahap perencanaan. Pada tahap ini, tim atau individu melaksanakan aktivitas yang direncanakan dengan cara yang terstruktur dan sistematis.
- c. *Check* (Evaluasi): Tahap Evaluasi melibatkan pengukuran hasil dari tahap pelaksanaan. Pada tahap ini, dilakukan penilaian terhadap hasil yang telah dicapai, baik itu berupa pengukuran kualitas atau proses yang dilakukan, untuk mengetahui apakah hasil tersebut sesuai dengan yang diharapkan atau tidak.
- d. *Act* (Tindak Lanjut): Tahap tindak lanjut merupakan tahap di mana organisasi melakukan tindakan perbaikan berdasarkan hasil evaluasi pada tahap pemeriksaan. Tindakan ini dapat berupa penyesuaian atau perbaikan pada proses, atau tindakan lain yang sesuai dengan hasil evaluasi pada tahap pemeriksaan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa teori manajemen yang dipilih dalam disertasi ini adalah teori manajemen mutu yang dikemukakan oleh Edward Deming. Teori ini berpusat pada prinsip-prinsip manajemen dalam hal perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan tindak lanjut yang dapat membantu organisasi meningkatkan kualitas dan layanan secara keseluruhan, Teori Deming juga menekankan pentingnya melibatkan seluruh tim dalam usaha meningkatkan kualitas, bukan hanya tugas manajemen

a. Teori Mutu Pembelajaran

Menurut Deming (2009), kualitas atau mutu merupakan penilaian subjektif dari pelanggan. Arti mutu bisa berbeda-beda bagi tiap orang, tergantung pada situasi dan konteksnya. Mutu juga memiliki berbagai kriteria yang senantiasa berkembang dan berubah seiring waktu. Setiap individu memiliki sudut pandang serta standar yang berbeda dalam menilai sesuatu sebagai bermutu.

Mutu pendidikan dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu budaya atau kebiasaan di sekolah, proses belajar mengajar, serta kondisi nyata di lingkungan sekolah (Sagala, 2012:132). Kebiasaan yang terbentuk baik oleh

guru maupun siswa dapat memengaruhi kualitas pembelajaran secara keseluruhan. Dalam proses pembelajaran di kelas, cara guru menyampaikan materi dan tahapan pembelajaran sangat menentukan mutu pengajaran. Kebiasaan ini mulai terbentuk ketika siswa baru memasuki lingkungan sekolah, dan akan menjadi pola perilaku yang berlanjut hingga tahun-tahun ajaran berikutnya. Hal ini biasanya terjadi secara alami setiap tahunnya, sehingga membentuk budaya sekolah yang kuat dan memberikan dampak jangka panjang terhadap seluruh warga sekolah.

Kebiasaan yang positif dapat meningkatkan mutu sekolah, sedangkan kebiasaan buruk justru akan menghambat perkembangan mutu tersebut. Karakter siswa yang dibentuk dengan baik melalui lingkungan sekolah akan berkontribusi besar terhadap peningkatan mutu pendidikan. Oleh karena itu, peran sekolah sangat penting dalam membentuk kepribadian dan karakter siswanya. Aktivitas belajar mengajar juga merupakan salah satu elemen penting yang mempengaruhi mutu sebuah sekolah. Proses ini turut menentukan kualitas lulusan yang dihasilkan. Selain itu, kualitas kurikulum dan suasana sekolah juga saling berkaitan dalam menciptakan pembelajaran yang efektif. Realitas atau kenyataan yang ada di sekolah mencakup kondisi fisik seperti bangunan dan fasilitas, serta kondisi non-fisik seperti iklim sosial dan budaya sekolah.

Untuk mewujudkan pembelajaran bermutu, sekolah harus mengacu pada regulasi pemerintah. Salah satunya tertuang dalam Peraturan Pemerintah No. 32 Tahun 2013 yang merupakan penjabaran lebih lanjut dari UU Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas), khususnya terkait standar proses pendidikan. Standar ini bertujuan untuk memastikan bahwa proses pembelajaran di sekolah dapat mencapai target kelulusan yang telah ditetapkan. Pembelajaran di sekolah seharusnya dilakukan secara menyenangkan, mengikuti perkembangan zaman, mendorong inovasi, serta memberikan ruang bagi siswa untuk mengeksplorasi bakat, minat, dan potensi kreatif mereka sesuai dengan tahap perkembangan psikologisnya. Sebagaimana dijelaskan di atas, suatu pembelajaran dikatakan bermutu jika

siswa merasa senang, memiliki perilaku positif, serta mengalami peningkatan kemampuan dan keterampilan.

Hamalik (2014:57) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan kombinasi dari berbagai komponen seperti sumber daya manusia, material, fasilitas, peralatan, dan prosedur yang saling terkait dalam upaya mencapai tujuan pendidikan. Intinya, mutu pembelajaran sangat bergantung pada kemampuan guru dalam mengelola proses pembelajaran di kelas. Keberhasilan guru dalam menciptakan suasana belajar yang aktif, kreatif, dan menyenangkan menjadi kunci utama dalam meningkatkan kualitas pendidikan

Dalam konteks ini, mutu pembelajaran bergantung pada keterampilan dan keahlian guru dalam menciptakan lingkungan belajar yang efektif dan menyenangkan, serta kemampuan siswa untuk mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Mutu pembelajaran yang baik akan memungkinkan siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran secara efektif, memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang konsep yang dipelajari, dan mengembangkan keterampilan yang relevan. Selain itu, mutu pembelajaran yang baik juga akan membantu siswa dalam mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif, serta kemampuan untuk belajar secara mandiri. Guru harus terus meningkatkan kemampuan mereka dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang efektif dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif untuk siswa. Selain itu, siswa juga harus terlibat aktif dalam proses pembelajaran dan memanfaatkan sumber daya yang tersedia untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dalam rangka meningkatkan mutu pembelajaran, sekolah dan institusi pendidikan juga perlu mengadopsi pendekatan dan metodologi yang inovatif dan terbaru, serta melakukan evaluasi dan penilaian yang berkelanjutan terhadap proses pembelajaran yang telah dilaksanakan. Hal ini akan membantu meningkatkan kualitas pembelajaran secara keseluruhan.

Menurut Firdos (2017), ciri utama pembelajaran bermutu disertai dengan keterangan menurut sumber yang relevan serta tahun terbitnya:

1. Dapat Mencapai Tujuan Pembelajaran

Pembelajaran dikatakan bermutu jika berhasil mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan sebelumnya. Artinya, ada kesesuaian antara rencana pembelajaran dan hasil belajar yang dicapai oleh peserta didik

2. Berpusat pada Aktivitas Peserta Didik

Pembelajaran bermutu harus menjadikan siswa sebagai subjek aktif dalam proses belajar, bukan hanya sebagai penerima informasi pasif. Hal ini memungkinkan siswa lebih terlibat dalam proses penemuan dan pemecahan masalah

3. Menggunakan Berbagai Metode dan Media Pembelajaran Untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran, guru perlu menggunakan berbagai metode dan media sesuai dengan karakteristik materi dan kebutuhan belajar siswa. Pendekatan yang bervariasi dapat membantu pemahaman konsep yang lebih baik

4. Memanfaatkan Berbagai Sumber Belajar

Pembelajaran bermutu tidak hanya bergantung pada buku pelajaran, tetapi juga memanfaatkan berbagai sumber belajar seperti internet, lingkungan sekitar, narasumber ahli, dan lain-lain. Hal ini membuat pembelajaran lebih kontekstual dan bermakna

5. Bermanfaat bagi Peserta Didik

Materi pembelajaran harus memiliki manfaat nyata bagi peserta didik, baik secara akademik maupun dalam kehidupan sehari-hari. Ini menunjukkan bahwa pembelajaran bermutu harus relevan dengan kebutuhan dan tantangan dunia nyata

6. Proses Pembelajaran yang Berkesan dan Menyenangkan

Pembelajaran bermutu memberikan pengalaman positif kepada siswa, sehingga mereka merasa senang dan termotivasi untuk terus belajar. Suasana yang menyenangkan juga membantu siswa mengingat materi lebih lama

Mutu pembelajaran adalah hal yang sangat penting dalam proses pendidikan. Pembelajaran yang bermutu dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih baik bagi siswa, meningkatkan kemampuan mereka, dan membuka peluang untuk masa depan yang lebih baik. Pembelajaran yang bermutu juga dapat meningkatkan kualitas tenaga kerja di masa depan dan membantu negara dalam mencapai tujuan pembangunan yang berkelanjutan.. embelajaran yang bermutu dapat membantu siswa untuk memahami materi pembelajaran dengan lebih baik dan mempertajam keterampilan mereka. Selain itu, pembelajaran yang bermutu juga dapat membantu siswa untuk berpikir kritis dan kreatif, serta mendorong mereka untuk aktif terlibat dalam proses belajar. Pembelajaran yang bermutu juga dapat membantu siswa untuk memperoleh keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan masa depan, seperti kemampuan beradaptasi dengan perubahan sosial, ekonomi, dan teknologi.

Pentingnya mutu pembelajaran juga terkait dengan kepentingan nasional. Dalam era globalisasi dan persaingan global, mutu pendidikan dan pembelajaran menjadi sangat penting bagi suatu negara. Negara-negara yang memiliki pendidikan dan pembelajaran yang bermutu, biasanya memiliki tenaga kerja yang lebih produktif dan mampu bersaing di pasar global. Oleh karena itu, investasi dalam mutu pendidikan dan pembelajaran merupakan investasi jangka panjang yang penting bagi suatu negara. Dalam konteks sosial dan ekonomi, pembelajaran yang bermutu juga dapat membantu mengurangi kesenjangan sosial dan ekonomi antara individu dan kelompok. Pembelajaran yang bermutu dapat memberikan kesempatan yang sama bagi semua siswa, tanpa diskriminasi terhadap perbedaan latar belakang dan kecacatan. Hal ini dapat membantu mengurangi kesenjangan sosial dan ekonomi yang terjadi masyarakat.

Berdasarkan penjelasan diatas secara sederhana dapat disimpulkan bahwa mutu pembelajaran berkaitan dengan kemampuan guru dalam menciptakan lingkungan belajar yang efektif dan menyenangkan, serta kemampuan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Peningkatan mutu pembelajaran memerlukan upaya dari guru, siswa, sekolah, dan institusi pendidikan dengan mengadopsi pendekatan dan metodologi yang inovatif dan

terbaru, serta melakukan evaluasi dan penilaian yang berkelanjutan terhadap proses pembelajaran. Ciri-ciri pembelajaran bermutu antara lain relevansi, keterlibatan aktif siswa, keterpaduan dan keterkaitan, kolaborasi dan partisipasi, evaluasi dan umpan balik, keterjangkauan dan kesetaraan, serta inovasi dan adaptasi. Pandangan ini memberikan arahan bagi guru untuk mengembangkan dan meningkatkan mutu pembelajaran di kelas.

b. Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran sangat penting dalam kehidupan manusia, karena melalui pembelajaran seseorang dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mencapai tujuan hidupnya. Dengan mempelajari hal-hal baru, seseorang dapat memperluas wawasannya dan meningkatkan kemampuannya dalam berbagai aspek kehidupan, baik itu dalam karir, hubungan sosial, maupun dalam menyelesaikan masalah sehari-hari. Selain itu, pembelajaran juga dapat membantu seseorang untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan analitis yang dapat membantu dalam membuat keputusan yang lebih tepat. Tanpa pembelajaran, seseorang mungkin tidak dapat berkembang dan terus stagnan dalam kehidupannya. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk selalu terbuka dan aktif dalam mencari kesempatan untuk belajar, baik itu melalui pendidikan formal atau informal.

Pembelajaran juga dapat membantu seseorang untuk meningkatkan kepercayaan diri dan menghadapi tantangan dengan lebih baik. Ketika seseorang belajar dan berhasil memperoleh pengetahuan baru atau menguasai keterampilan baru, ia merasa lebih percaya diri dan siap untuk menghadapi tantangan yang lebih besar. Selain itu, belajar juga dapat membantu seseorang untuk memperoleh rasa pencapaian yang dapat memotivasi untuk terus berkembang. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk melihat pembelajaran sebagai proses yang berkelanjutan dalam hidup mereka, dan terus mencari kesempatan untuk belajar dan mengembangkan diri, baik itu dalam bidang yang sudah dikuasai maupun bidang yang baru.

Pembelajaran memungkinkan seseorang untuk mengembangkan kemampuan mental, sosial, dan emosionalnya, sehingga dapat menjadi pribadi

yang lebih baik. Melalui pembelajaran, seseorang tidak hanya memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru, tetapi juga dapat mengembangkan kemampuan mental, sosial, dan emosional yang lebih baik. Kemampuan mental seperti kemampuan berpikir kritis, analitis, dan kreatif dapat berkembang dengan adanya pembelajaran. Sedangkan kemampuan sosial seperti kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, dan berempati dapat meningkatkan interaksi sosial seseorang dengan orang lain. Selain itu, pembelajaran juga dapat membantu seseorang mengelola emosi dan merespons situasi dengan cara yang lebih bijaksana. Dengan demikian, seseorang yang berpendidikan akan lebih mudah untuk memahami diri sendiri dan orang lain, serta mampu berperan secara positif dalam kehidupan sosial dan masyarakat.

Menurut Amral dan Asmar (2020) dalam buku *Hakikat Belajar Dan Pembelajaran*, hakikat pembelajaran merujuk pada proses aktif dan dinamis di mana siswa tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi terlibat secara aktif dalam membangun pengetahuan dan keterampilannya melalui interaksi dengan lingkungan belajar, baik secara individu maupun kelompok. Dalam proses belajar mengajar, peserta didik merupakan subjek sekaligus objek pendidikan. Artinya, pembelajaran adalah aktivitas belajar siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran. Tujuan tersebut tercapai jika siswa berpartisipasi secara aktif, baik fisik maupun mental. Aktivitas fisik tanpa keterlibatan pikiran tidak cukup, sebab perubahan dalam diri peserta didik menjadi indikator keberhasilan belajar. Jika tidak ada perubahan, maka belajar dianggap belum terjadi.

Pembelajaran juga merupakan upaya sistematis untuk menciptakan suasana atau kondisi yang mendukung terjadinya proses belajar pada diri peserta didik, sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai secara optimal. Proses ini melibatkan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang dilakukan oleh pendidik agar pembelajaran efektif dan bermakna bagi peserta didik.

Proses pembelajaran melibatkan interaksi antara siswa, guru, dan lingkungan, serta berlangsung sepanjang hidup. Dalam konteks ini, pembelajaran bukan hanya tentang memperoleh informasi baru, tetapi juga tentang membangun

pemahaman yang lebih baik, mengembangkan keterampilan, dan memperkuat sikap positif.

Pembelajaran yang efektif harus menempatkan siswa sebagai subjek aktif yang terlibat dalam proses belajar. Ini berarti siswa harus diberi kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran, misalnya dengan berdiskusi, membuat proyek, atau memecahkan masalah. Siswa juga harus diberi kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial, seperti bekerja sama dan berkomunikasi dengan baik. Dengan menempatkan siswa sebagai subjek aktif dalam proses belajar, pembelajaran tidak hanya menjadi proses mentransfer informasi dari guru ke siswa, tetapi juga proses interaktif di mana siswa dapat belajar satu sama lain dan mengembangkan keterampilan sosial dan interpersonal. Hal ini dapat meningkatkan motivasi dan minat siswa dalam belajar, serta membantu mereka menjadi pembelajar seumur hidup yang mandiri dan bertanggung jawab. Secara keseluruhan, hakikat pembelajaran adalah proses perubahan yang melibatkan interaksi antara siswa, guru, dan lingkungan, serta berlangsung sepanjang hidup. Proses pembelajaran yang efektif harus melibatkan pemahaman yang mendalam, keterampilan berpikir yang baik, serta pemikiran kritis dan reflektif. Lingkungan belajar yang luas dan bervariasi juga dapat membantu siswa untuk mengembangkan pemahaman yang lebih baik, keterampilan yang lebih kuat, dan sikap positif terhadap pembelajaran.

Hakikat pembelajaran menurut Brooks, J. G. (2019) dalam buku *Schooling for Life: Reclaiming the Essence of Learning* adalah proses aktif di mana siswa membangun pemahaman mendalam terhadap konsep-konsep penting melalui keterlibatan langsung, interaksi, dan pengalaman bermakna.

Pembelajaran tidak hanya sekadar menghafal fakta atau mencapai nilai ujian, tetapi lebih kepada membantu siswa menghubungkan pengetahuan yang mereka peroleh dengan kehidupan nyata. Pembelajaran harus berpusat pada siswa, di mana guru berperan sebagai fasilitator yang menciptakan lingkungan belajar yang mendorong rasa ingin tahu, kreativitas, dan pemecahan masalah.

Pembelajaran tidak hanya terjadi dalam kelas, tetapi juga dapat terjadi lingkungan yang lebih luas, seperti lingkungan keluarga, masyarakat, atau bahkan

melalui media. Proses interaksi ini juga dapat berlangsung dalam berbagai bentuk, seperti interaksi langsung dengan guru, interaksi dengan teman sekelas, atau melalui media pembelajaran online. Oleh karena itu, proses pembelajaran harus dirancang dengan mempertimbangkan interaksi yang terjadi dan pengalaman yang diperoleh oleh individu selama proses belajar. Penting untuk memastikan bahwa lingkungan pembelajaran yang dibuat dapat memfasilitasi interaksi yang produktif antara individu dan lingkungan serta menghasilkan pengalaman belajar yang bermanfaat dan efektif. Dengan demikian, individu dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai-nilai yang diperlukan untuk mengembangkan dirinya secara optimal

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa hakikat pembelajaran adalah proses perubahan perilaku, pengetahuan, keterampilan, dan sikap seseorang melalui pengalaman belajar yang dilakukan secara aktif dan reflektif dalam interaksi dengan lingkungan dan pengalaman. Proses pembelajaran melibatkan interaksi antara siswa, guru, dan lingkungan, serta berlangsung sepanjang hidup. Pembelajaran yang efektif harus menempatkan siswa sebagai subjek aktif yang terlibat dalam proses belajar, yang juga melibatkan pemahaman yang mendalam, keterampilan berpikir yang baik, serta pemikiran kritis dan reflektif. Lingkungan belajar yang luas dan bervariasi juga dapat membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan mental, sosial, dan emosional mereka, sehingga dapat menjadi pribadi yang lebih baik. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk selalu terbuka dan aktif dalam mencari kesempatan untuk belajar, baik itu melalui pendidikan formal atau informal.

c. Metode Pembelajaran

Menurut Sutikno, M. S. (2019) metode pembelajaran merupakan cara kerja yang sistematis yang digunakan untuk memudahkan proses pembelajaran agar lebih variatif, aktif, inovatif, efektif, dan menyenangkan bagi siswa. Metode ini dirancang untuk membantu guru dalam menyampaikan materi pelajaran dengan pendekatan yang dapat meningkatkan partisipasi dan pemahaman peserta didik. Metode pembelajaran bukan hanya sekadar teknik penyampaian materi, tetapi juga mencakup strategi yang melibatkan interaksi aktif antara guru dan

siswa, serta mendorong siswa untuk lebih mandiri dalam belajar . Pendekatan ini bertujuan untuk menciptakan suasana kelas yang dinamis dan kondusif sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal

Pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang mampu memfasilitasi pemahaman yang mendalam dan meningkatkan keterampilan berpikir siswa. Oleh karena itu, metode pembelajaran harus dirancang sedemikian rupa agar dapat memenuhi tujuan tersebut. Selain itu, metode pembelajaran juga harus memperhatikan kebutuhan dan karakteristik siswa serta kondisi lingkungan belajar. Dengan memperhatikan hal-hal tersebut, diharapkan proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan mencapai hasil yang diharapkan. Pemilihan metode pembelajaran yang tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Guru perlu mempertimbangkan berbagai faktor seperti jenis materi yang diajarkan, kemampuan siswa, dan lingkungan belajar untuk memilih metode pembelajaran yang paling tepat. Selain itu, guru juga harus mempertimbangkan gaya belajar siswa agar proses pembelajaran dapat menjadi lebih efektif.

Sementara itu menurut Trianto (2017), metode pembelajaran diartikan sebagai suatu teknik atau strategi yang diterapkan oleh guru dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar, yang memungkinkan penggabungan berbagai bidang ilmu atau mata pelajaran menjadi satu rangkaian pembelajaran dalam sebuah sesi. Tujuan dari penggunaan metode pembelajaran terpadu adalah untuk memfasilitasi pembelajaran yang kontekstual dan mendorong siswa untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis dan kreatif. Pembelajaran terpadu menekankan pada penggunaan kurikulum yang holistik, yang memungkinkan siswa untuk melihat dan memahami bagaimana topik atau materi pembelajaran terkait dengan kehidupan nyata. Metode pembelajaran terpadu menawarkan kesempatan bagi siswa untuk belajar di lingkungan yang relevan dan menyenangkan, yang dapat meningkatkan motivasi dan minat mereka dalam pembelajaran. Dalam pembelajaran terpadu, guru memperkenalkan topik atau tema yang terkait dengan beberapa disiplin ilmu atau mata pelajaran. Guru kemudian memfasilitasi pembelajaran dengan menyediakan informasi dan sumber daya yang dibutuhkan siswa untuk mempelajari topik tersebut secara menyeluruh. Guru juga dapat

menggunakan metode pembelajaran aktif, seperti diskusi kelompok, simulasi, atau proyek kolaboratif, untuk memperdalam pemahaman siswa tentang topik tersebut.

Johnson dan Johnson (2018) menjelaskan bahwa metode pembelajaran merupakan strategi yang diterapkan oleh pendidik untuk mendorong siswa agar dapat berinteraksi dan bekerja sama dalam mencapai hasil belajar yang optimal. Tujuan dari penggunaan metode pembelajaran ini adalah untuk mempromosikan keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran sehingga meningkatkan motivasi belajar mereka. Dalam proses pembelajaran, guru memainkan peran penting dalam memilih dan merancang metode pembelajaran yang tepat untuk setiap konteks pembelajaran. Sebagai contoh, dalam konteks pembelajaran yang mengutamakan keterampilan kreativitas, guru dapat memilih metode pembelajaran seperti brainstorming atau diskusi kelompok untuk mempromosikan interaksi dan kolaborasi antara siswa.

Selain itu, penting juga bagi guru untuk mempertimbangkan preferensi dan kebutuhan siswa dalam memilih metode pembelajaran. Hal ini dapat dilakukan dengan cara mengidentifikasi gaya belajar siswa dan memilih metode pembelajaran yang paling sesuai dengan gaya belajar tersebut. Dalam memilih metode pembelajaran yang tepat, guru juga harus memperhatikan tingkat keterampilan dan kemampuan siswa serta memastikan bahwa metode yang digunakan dapat membantu siswa mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Metode pembelajaran sangat penting dalam proses pendidikan karena dapat mempengaruhi efektivitas dan efisiensi pembelajaran. Metode pembelajaran yang tepat dapat membantu siswa memahami dan mengingat informasi lebih baik, meningkatkan motivasi belajar, dan memfasilitasi keterampilan dan pemahaman yang lebih dalam. Dalam metode pembelajaran, seorang guru harus mempertimbangkan gaya belajar siswa dan mengadaptasi metode yang sesuai. Misalnya, jika siswa lebih memahami melalui tindakan, metode pembelajaran yang melibatkan tangan seperti eksperimen atau pengalaman langsung dapat lebih efektif. Metode pembelajaran juga memainkan peran penting dalam

meningkatkan keaktifan siswa dalam proses belajar-mengajar. Metode seperti diskusi kelompok atau proyek berbasis tim dapat memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dan meningkatkan keterampilan sosial mereka.

Selain itu, metode pembelajaran dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan kritis dan analitis, yang diperlukan untuk memecahkan masalah dan mengambil keputusan yang tepat. Metode seperti studi kasus atau pemecahan masalah dapat membantu siswa memperoleh keterampilan ini. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk memilih metode pembelajaran yang tepat untuk memfasilitasi belajar siswa dan mencapai tujuan pembelajaran. Dengan memilih metode yang sesuai, siswa dapat memperoleh keterampilan dan pemahaman yang lebih dalam, serta memotivasi dan meningkatkan partisipasi mereka dalam proses pembelajaran.

Metode pembelajaran menurut Hattie, J. (2017) berfokus pada transparansi proses belajar dan mengajar, sehingga guru dan siswa dapat memahami serta mengevaluasi dampak pembelajaran secara jelas dan sistematis

Berikut adalah prinsip-prinsip utama dari pendekatan *Visible Learning* :

1. **Visible Teaching dan Visible Learning**

Metode ini didasarkan pada model *visible teaching and learning* , di mana guru secara sadar mengevaluasi pengaruhnya terhadap pencapaian siswa, sehingga proses pembelajaran menjadi transparan dan mudah dipahami oleh kedua belah pihak

2. **Fokus pada Tujuan Belajar yang Menantang dan Bermakna**

Salah satu pesan utama Hattie adalah bahwa strategi pembelajaran yang efektif memberikan perhatian khusus pada penyiapan tujuan belajar (*learning intentions*) yang menantang dan bermakna bagi siswa, agar mereka tetap termotivasi dan aktif dalam proses belajar

3. **Penggunaan Umpan Balik Formatif yang Efektif**

Umpan balik merupakan salah satu faktor dengan dampak tertinggi terhadap hasil belajar. Guru harus memberikan umpan balik yang membantu siswa memahami di mana mereka berada, ke mana mereka harus pergi, dan bagaimana mencapai tujuan tersebut

4. **Keterlibatan Aktif Siswa dalam Proses Belajar**

Dalam *Visible Learning* , siswa tidak hanya menjadi penerima informasi pasif, tetapi juga agen aktif dalam pembelajaran mereka sendiri. Mereka dilibatkan dalam menetapkan tujuan, menilai kemajuan, dan merefleksikan hasil belajar mereka

5. **Guru sebagai Evaluator Pembelajaran**

Guru harus menjadi evaluator dari praktik pengajaran mereka sendiri. Dengan memahami dampak pengajaran terhadap siswa, guru dapat menyesuaikan strategi secara tepat waktu untuk meningkatkan hasil belajar

6. **Peningkatan Kualitas Pelatihan Guru**

Keberhasilan implementasi metode pembelajaran ini sangat bergantung pada kualitas pelatihan dan pengembangan profesional guru, karena guru memainkan peran sentral dalam menerapkan prinsip-prinsip *Visible Learning* di kelas

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran adalah teknik atau cara yang digunakan oleh guru untuk memfasilitasi pembelajaran yang efektif dan membantu siswa mencapai tujuan pembelajaran. Pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang mampu memfasilitasi pemahaman yang mendalam dan meningkatkan keterampilan berpikir siswa. Metode pembelajaran harus dirancang sedemikian rupa agar dapat memenuhi tujuan tersebut dengan memperhatikan kebutuhan dan karakteristik siswa serta kondisi lingkungan belajar. Selain itu, pemilihan metode pembelajaran yang tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran juga harus mempertimbangkan faktor seperti jenis materi yang diajarkan, kemampuan siswa, dan lingkungan belajar. Metode pembelajaran juga dapat terpadu dengan mengintegrasikan berbagai disiplin ilmu atau mata pelajaran dalam satu sesi pembelajaran. Tujuan dari penggunaan metode pembelajaran terpadu adalah untuk memfasilitasi pembelajaran yang kontekstual dan mendorong siswa untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis dan kreatif. Metode pembelajaran juga dapat mempengaruhi efektivitas dan efisiensi pembelajaran, serta meningkatkan

keaktifan siswa dalam proses belajar-mengajar. Oleh karena itu, guru harus mempertimbangkan gaya belajar siswa dan mengadaptasi metode yang sesuai untuk memfasilitasi interaksi dan kolaborasi antara siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran.

2. Teori *Hypnoteaching*

a. Pengertian Metode *Hypnoteaching*

Hypnoteaching adalah gabungan dari dua kata, yaitu "*hypnosis*" dan "*teaching*". *Hypnosis* berasal dari bahasa Yunani yang berarti "tertidur" atau "terhipnosis", sedangkan *teaching* berasal dari bahasa Inggris yang berarti "pengajaran" atau "pembelajaran". Berikut penjelasan lengkapnya:

1. *Hypnosis*

Menurut Milton H. Erickson (1980), hipnosis adalah suatu metode yang memungkinkan seseorang untuk masuk ke dalam kondisi trance, di mana pikiran bawah sadar menjadi lebih terbuka terhadap sugesti dan perubahan perilaku. Pikiran bawah sadar dianggap sebagai tempat penyimpanan informasi dan sumber daya yang sangat luas, yang dapat digunakan secara lebih efektif melalui hipnosis. Menurut Hajar (2011), hipnosis merupakan seni dalam mengeksplorasi alam bawah sadar seseorang. Perspektif ini menunjukkan bahwa hipnosis berfungsi sebagai mekanisme untuk mengakses dan memengaruhi alam bawah sadar dengan sugesti yang diterima tanpa perlawanan. Hipnosis adalah teknik yang digunakan untuk memengaruhi kondisi mental seseorang sehingga mereka dapat masuk ke dalam keadaan mirip tidur atau trance. Dalam kondisi ini, individu yang terhipnotis dapat menjawab pertanyaan dan menerima sugesti tanpa perlawanan. Proses ini sering digunakan dalam terapi untuk membantu seseorang mengatasi kebiasaan buruk, trauma, atau meningkatkan fokus dan motivasi.

Hipnosis bukanlah suatu kondisi yang diinduksi oleh seorang ahli atau guru, melainkan keadaan alami yang terjadi ketika seseorang memusatkan perhatian mereka pada pengalaman tertentu. Dalam konteks ini, hipnosis lebih berkaitan dengan peningkatan konsentrasi dan pendalaman pengalaman daripada kehilangan kontrol atau kesadaran. Erickson & Rossi, (1979)

menjelaskan individu yang berada dalam kondisi hipnosis tetap memiliki kendali atas dirinya dan dapat memanfaatkan keadaan tersebut untuk mencapai tujuan tertentu

Selain itu, menurut Erickson, sugesti yang diberikan dalam sesi hipnosis harus disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan individu yang bersangkutan. Penyesuaian sugesti ini bertujuan agar pesan yang disampaikan dapat diterima secara optimal oleh pikiran bawah sadar, sehingga individu dapat memperoleh hasil yang diinginkan. Menurut Erickson, 1980; Yapko, (2012), dengan memperhitungkan faktor psikologis dan pengalaman subjektif tiap individu, proses hipnosis dapat berjalan lebih efektif dan memberikan manfaat yang maksimal

Hipnosis adalah proses yang menggunakan sugesti dan relaksasi untuk mengubah kesadaran seseorang dan mencapai tujuan tertentu. Proses ini melibatkan induksi trance, di mana seseorang dibawa ke dalam kondisi relaksasi yang lebih dalam, sehingga pikiran bawah sadar dapat lebih mudah diakses. Dalam hipnosis, sugesti yang diberikan dapat membantu seseorang untuk mengatasi masalah, seperti kecemasan, fobia, dan kebiasaan buruk. Sugesti juga dapat digunakan untuk mengubah cara berpikir seseorang dan membantu mereka mencapai tujuan tertentu, seperti meningkatkan kepercayaan diri atau mengurangi stres. Relaksasi adalah kunci penting dalam proses hipnosis, karena dapat membantu seseorang untuk memasuki keadaan trance dan mencapai keadaan pikiran yang lebih terbuka untuk sugesti. Relaksasi juga dapat membantu seseorang mengurangi stres dan ketegangan di tubuh, yang dapat membantu mereka merasa lebih tenang dan nyaman selama proses hipnosis.

Hipnosis sebagai proses sugesti yang membantu seseorang mengakses potensi bawah sadar mereka untuk mencapai tujuan tertentu. Proses sugesti ini dilakukan oleh seorang guru hipnosis yang memberikan instruksi dan panduan secara terstruktur kepada klien mereka, sehingga memungkinkan klien untuk mengakses sumber daya bawah sadar mereka dan mencapai perubahan yang diinginkan. Sugesti hipnosis merupakan kunci utama untuk mencapai

perubahan yang diinginkan pada pikiran dan perilaku klien, dan bahwa sugesti tersebut harus dibuat secara khusus dan disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik klien. Selain itu, mereka juga menekankan pentingnya menciptakan lingkungan terapi yang aman dan terstruktur untuk klien agar dapat merasa tenang dan rileks selama proses hipnosis.

Hipnosis berhubungan erat dengan teori pikiran sadar (*conscious mind*) dan pikiran bawah sadar (*subconscious mind*). Konsep ini pertama kali dipopulerkan oleh Sigmund Freud yang dikenal sebagai bapak psikoanalisis Austria pada awal abad ke-20. Menurut Freud, pikiran bawah sadar adalah bagian dari pikiran yang tersembunyi dari kesadaran kita dan berisi impuls, dorongan, dan keinginan yang terpendam. Pikiran sadar melibatkan proses berpikir yang dapat dikontrol secara aktif dan dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, dan kepercayaan seseorang. Freud juga berpendapat bahwa pengalaman yang terdapat di pikiran bawah sadar dapat mempengaruhi perilaku dan emosi kita tanpa disadari. Oleh karena hipnosis bekerja dengan mempengaruhi pikiran dan kesadaran seseorang, pikiran bawah sadar melibatkan proses yang tidak sadar dan tidak dapat dikontrol dengan mudah, seperti insting, kebiasaan, emosi, dan memori. Sigmund Freud menggambarkan kesadaran manusia seperti gunung es, di mana hanya sebagian kecil yang terlihat di permukaan. Sebagian besar aktivitas mental terjadi di bawah sadar, tersembunyi seperti bagian terbesar gunung es di bawah air. Metafora ini menunjukkan bahwa banyak pikiran, perasaan, dan dorongan yang memengaruhi perilaku manusia tanpa disadari. Sigmund Freud menggambarkan kesadaran manusia seperti gunung es, di mana hanya sebagian kecil yang terlihat di permukaan. Sebagian besar aktivitas mental terjadi di bawah sadar, tersembunyi seperti bagian terbesar gunung es di bawah air. Metafora ini menunjukkan bahwa banyak pikiran, perasaan, dan dorongan yang memengaruhi perilaku manusia tanpa disadari.

Menurut Adi W. Gunawan (2009), pikiran sadar berperan sekitar 12% dalam kehidupan manusia, sementara 88% sisanya diatur oleh pikiran bawah

sadar. Porsi terbesar berada pada pikiran bawah sadar yang mencakup sekitar 88% sari keseluruhan potensi pikiran, sedangkan pikiran sadar hanya 12%.

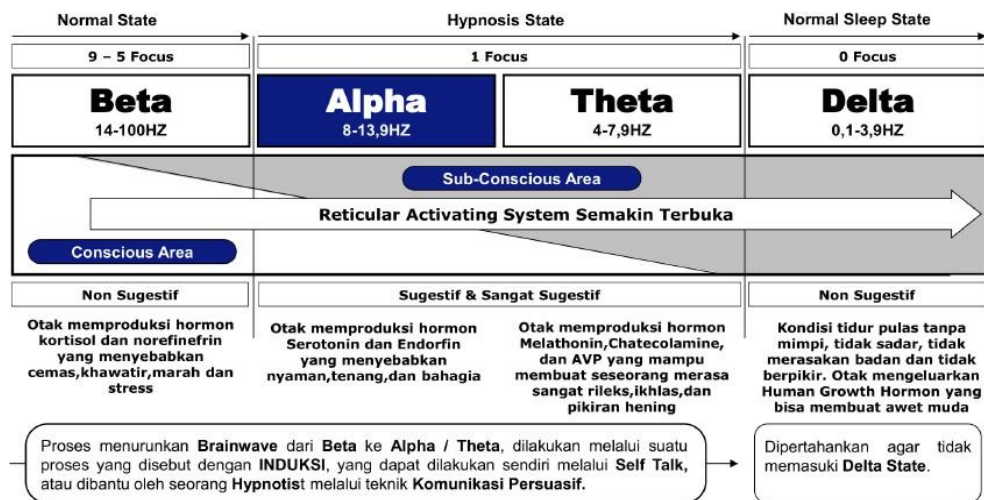


Gambar 2.2 Teori Pikiran Sadar dan Bawah Sadar

Gambar diatas menjelaskan Pikiran sadar memiliki peran 12% yang berfungsi dalam analisis, perbandingan, identifikasi, dan pengambilan keputusan berdasarkan logika. Ini adalah bagian yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari untuk merespons lingkungan secara rasional. Sementara pikiran bawah sadar memiliki peran (88% yang berfungsi dalam menyimpan kebiasaan, emosi, kepercayaan, nilai hidup, kepribadian, intuisi, dan memori jangka panjang. Pikiran bawah sadar bekerja otomatis, mengatur respons emosional, membentuk persepsi, serta mendorong kreativitas yang muncul spontan.

Dalam mempelajari pikiran sadar dan bawah sadar, penting memahami gelombang otak. Menurut Gunawan, Djohan (2011), gelombang otak manusia terdiri dari empat jenis utama yaitu *Beta*, *Alpha*, *Theta*, dan *Delta*. Setiap gelombang mencerminkan kondisi kesadaran tertentu, dari fokus hingga relaksasi mendalam. Gelombang ini berperan dalam membuka akses ke bawah sadar untuk perubahan pikiran, emosi, dan perilaku .

Hypnosis State & Brainwave



Gambar 2.3 Hypnosis State & Brainave

Sumber gambar : Indonesian Board of Hypnotherapy

Berikut penjelasan untuk 4 gelombang otak tersebut menurut Noer (2010 :

a. Gelombang Beta (Beta Waves)

Gelombang beta memiliki frekuensi berkisar antara 13–30 Hz . Gelombang beta adalah gelombang otak yang aktif saat seseorang dalam keadaan terjaga penuh dan sedang berpikir secara logis. Gelombang ini terkait erat dengan fungsi kognitif seperti analisis, logika, pemecahan masalah, serta peran dominan otak kiri. Dalam kondisi ini, pikiran sadar bekerja untuk memilah informasi, membentuk prasangka, atau mengambil keputusan. Namun, jika terlalu dominan, gelombang beta juga dapat menyebabkan stres, kecemasan, ketegangan, bahkan respons "fight or flight" yang memicu pelepasan hormon kortisol dan norepinefrin.

b. Gelombang Alfa (Alpha Waves)

Gelombang alfa memiliki rentang frekuensi sekitar 8–13 Hz . Gelombang alpha muncul saat pikiran dalam keadaan rileks namun tetap waspada. Kondisi ini sering ditemukan saat seseorang sedang melakukan relaksasi, meditasi ringan, atau menjelang tidur. Gelombang alpha mendukung kemampuan belajar optimal (superlearning), meningkatkan fokus yang tenang (focus-alertness), serta memberi akses pada nurani bawah sadar. Pada frekuensi ini, perasaan positif seperti ikhlas, nyaman, tenang, santai,

puas, dan bahagia lebih mudah dirasakan. Hormon endorfin dan serotonin meningkat, menciptakan perasaan sehat dan segar.

c. Gelombang Teta (Theta Waves)

Gelombang theta memiliki frekuensi antara 4–8 Hz . Gelombang theta terjadi saat seseorang sangat rileks, dalam meditasi mendalam, atau di ambang mimpi. Gelombang ini memfasilitasi proses intuisi, imajinasi, kreativitas, dan pemecahan masalah dari sudut pandang bawah sadar. Dalam kondisi ini, pikiran lebih terbuka untuk menyerap sugesti dan makna mendalam dari pengalaman. Emosi yang muncul biasanya bersifat integratif, hening, dan penuh makna. Hormon seperti catecholamines dan arginine vasopressin (AVP) turut aktif, membantu stabilitas emosi dan keseimbangan mental.

d. Gelombang Delta (Delta Waves)

Gelombang delta memiliki frekuensi paling rendah, yaitu antara 0,5–4 Hz . Gelombang delta adalah gelombang dengan frekuensi terendah dan muncul saat seseorang tertidur lelap tanpa mimpi atau dalam kondisi trance sangat dalam. Gelombang ini terkait dengan fungsi regenerasi tubuh, penyembuhan, dan pertumbuhan seluler (cellular regeneration). Di tingkat kesadaran, delta memberikan akses ke alam bawah sadar kolektif dan tidak melibatkan pikiran atau emosi secara aktif. Hormon seperti Human Growth Hormone (HGH) dilepaskan untuk memperbaiki jaringan tubuh dan menjaga kesehatan secara keseluruhan. Gelombang alfa berfungsi sebagai jembatan yang menghubungkan pikiran sadar dengan alam bawah sadar.

Menurut Hidayat, M. S., dkk. (2023), untuk mencapai pikiran bawah sadar dapat dilakukan sebagai berikut:

1. Pertama, adanya **persetujuan atau perjanjian** antara guru dan siswa, di mana guru harus menjadi sosok yang menarik dan membangun ikatan emosional agar siswa merasa nyaman dan menerima pembelajaran dengan baik.

2. Kedua, **fokus** menjadi elemen utama dalam membawa siswa ke dalam kondisi hipnosis ringan yang memungkinkan mereka berkonsentrasi penuh pada materi yang diajarkan. Dalam tahap ini, frekuensi gelombang otak siswa akan bertransisi dari beta ke alfa, sehingga meningkatkan kemampuan mereka dalam menyerap informasi secara lebih efektif.
3. Ketiga, **relaksasi** berperan dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif. Proses ini melibatkan beberapa langkah, termasuk melepaskan ketegangan tubuh, mengendurkan otot-otot yang tegang, serta mengalihkan pikiran dari tekanan atau emosi negatif. Relaksasi juga didukung dengan teknik pernapasan yang membantu mengatur ritme tubuh dan membawa ketenangan mental bagi siswa.
4. Terakhir, **doa** menjadi bagian dari proses pembelajaran dengan menggunakan afirmasi dan visualisasi. Berdoa dalam kondisi pikiran yang tenang memungkinkan siswa membangun komitmen dan keyakinan terhadap tujuan belajar mereka, sehingga menciptakan keselarasan antara aspek mental, emosional, dan spiritual dalam pembelajaran

Menurut Wong, W., & Hakim, A. (2009), langkah Langkah hypnosis sebagai berikut:

1. **Persiapan dan Pendahuluan :**

Sebelum memulai sesi hipnosis, penting untuk memberikan penjelasan kepada klien tentang apa itu hipnosis, bagaimana prosesnya, serta manfaat yang bisa diperoleh. Selain itu, membangun hubungan baik antara klien dan praktisi sangat penting untuk menciptakan suasana yang aman dan nyaman . Persiapan ini juga termasuk menyarankan klien untuk relaks dan siap secara mental.

2. **Induksi**

Pada tahap ini, tujuannya adalah membuat klien merasa santai dan nyaman agar bisa masuk ke dalam kondisi trance atau trans-like state. Teknik seperti penggunaan suara rendah dan tenang, fokus pada napas, atau mengarahkan perhatian ke satu titik tertentu sering digunakan untuk membantu proses induksi

3. Deepening (Pemantapan Trance)

Setelah klien berada dalam kondisi trance dasar, tahap selanjutnya adalah memperdalam keadaan tersebut agar lebih responsif terhadap sugesti. Teknik progresif seperti relaksasi otot bertahap atau visualisasi bisa digunakan untuk memperkuat kondisi trance

4. Sugesti

Tahap ini merupakan inti dari hipnosis, di mana praktisi memberikan sugesti atau intervensi positif yang ditujukan untuk mengubah pola pikir, emosi, atau perilaku klien. Dalam konteks tertentu, seperti hypnobirthing, klien dilatih untuk menanamkan pikiran positif dan melakukan hipnosis diri agar mencapai kondisi yang diinginkan

5. Terminasi

Tahap akhir adalah mengakhiri sesi hipnosis secara perlahan dan bertahap. Klien dibawa kembali ke keadaan normal dengan cara yang lembut agar tidak merasa terganggu atau bingung setelah sesi . Proses ini juga membantu klien tetap stabil dan sadar sepenuhnya.

Teknik sederhana melakukan **hipnosis diri sendiri** yang bertujuan untuk membantu seseorang mencapai kondisi relaksasi mendalam dan meningkatkan fokus serta sugesti positif.

1. **Ambil Posisi** – Pilih tempat yang nyaman, duduk atau berbaring dengan rileks.
2. **Pejamkan Mata** – Menutup mata membantu mengurangi distraksi dan memusatkan perhatian ke dalam diri.
3. **Tarik Napas Dalam** – Tarik napas perlahan dan dalam, lalu hembuskan dengan tenang untuk menciptakan relaksasi maksimal.
4. **Kosongkan Pikiran** – Hilangkan gangguan pikiran dan fokus pada ketenangan serta perasaan nyaman.
5. **Visualisasi dan Sugesti Positif** – Bayangkan tujuan yang ingin dicapai dan tanamkan sugesti positif, seperti keyakinan diri atau ketenangan.
6. **Buka Mata dan Rasakan Perubahan** – Setelah beberapa saat, buka mata perlahan, rasakan efek relaksasi, dan nikmati hasil dari latihan ini.

Teknik ini membantu meningkatkan fokus, mengurangi stres, dan memperkuat pola pikir positif dalam kehidupan sehari-hari. Dengan latihan rutin, seseorang dapat lebih mudah mengendalikan emosi dan memperkuat motivasi diri.

2. *Teaching*

a. *Pengertian Teaching*

Menurut Popham, W. J., & Boyd, E. L. (2005), pengajaran (*teaching*) adalah proses sistematis di mana seorang pendidik dengan sengaja menggunakan berbagai metode, teknik, dan media untuk memfasilitasi proses belajar siswa. Tujuannya adalah agar siswa dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai baru secara aktif dan bermakna. Dalam konteks ini, *teaching* dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang terencana dan sistematis untuk mengajarkan materi kepada siswa dengan cara yang efektif dan efisien. Proses *teaching* melibatkan berbagai tahapan yang dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi hasil belajar siswa. Guru atau pendidik bertanggung jawab untuk menyusun rencana pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik siswa, menyajikan materi pembelajaran dengan cara yang menarik dan mudah dipahami, serta memberikan umpan balik dan evaluasi untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Menurut Oemar Hamalik (2001), "Mengajar adalah suatu proses yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya. Tujuan utama dari *teaching* adalah untuk membantu siswa memahami materi pelajaran dan mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan.

Proses *teaching* yang efektif melibatkan perencanaan pembelajaran yang baik, penggunaan metode pengajaran yang sesuai dengan materi pelajaran dan karakteristik siswa, serta penggunaan berbagai strategi pembelajaran yang memfasilitasi pemahaman siswa dan membantu mereka mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Selain itu, *teaching* juga harus memperhatikan nilai-nilai yang ingin ditanamkan kepada siswa, seperti nilai moral, etika, dan keterampilan sosial yang penting untuk keberhasilan di masa depan. Dengan

demikian, teaching bukan hanya tentang transfer pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga mempersiapkan siswa untuk hidup di masyarakat yang kompleks dan berubah-ubah

b. Karakteristik Peserta Didik

Dalam proses belajar, memahami karakter siswa menjadi aspek krusial yang memengaruhi efektivitas pembelajaran. Setiap anak memiliki kepribadian unik yang berperan dalam cara mereka menerima informasi, berinteraksi dengan lingkungan, dan merespons metode pengajaran. Menurut Littauer (dalam Faiz, Kurniawaty, & Purwati, 2022), teori Personality Plus mengidentifikasi empat tipe kepribadian utama yang memengaruhi interaksi sosial dan dinamika pembelajaran di kelas. Setiap tipe memiliki karakteristik yang unik dan membutuhkan pendekatan khusus dari guru agar proses belajar berlangsung optimal:

1. Melankolis

Anak melankolis **cenderung pendiam, tertutup, dan sangat sensitif**. Mereka memiliki pemikiran yang analitis dan memperhatikan detail, tetapi sering merasa cemas atau ragu-ragu. Guru perlu menerapkan **pendekatan personal** dengan menunjukkan kepedulian secara langsung, misalnya melalui sentuhan ringan di pundak atau dorongan motivasi yang dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka. Memberikan tugas yang memungkinkan mereka bekerja secara mandiri juga dapat membantu mereka berkembang.

2. Plegmatis

Anak plegmatis dikenal sebagai **sosok yang tenang, penuh perhatian, dan dapat menyelesaikan tugas dengan baik**. Mereka tidak membutuhkan banyak dorongan, tetapi terkadang cenderung pasif dalam berpartisipasi. Guru perlu memastikan keterlibatan mereka dalam **aktivitas interaktif**, seperti diskusi kelompok atau permainan edukatif, agar mereka tetap termotivasi dalam belajar dan lebih berani mengutarakan pendapat.

3. Sanguinis

Kepribadian sanguinis ditandai dengan **sifat aktif, ceria, dan senang bersosialisasi**. Mereka menikmati kegiatan yang menyenangkan tetapi sering

kesulitan untuk fokus atau menyelesaikan tugas dengan baik. Guru perlu melakukan **pendekatan yang bersahabat**, seperti memberikan penjelasan dengan cara yang menarik dan mengaitkan materi pembelajaran dengan aktivitas dinamis. Dengan menciptakan suasana belajar yang seru, mereka lebih mudah memahami tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas.

4. **Koleris**

Anak koleris memiliki kepribadian yang **energik, rajin, dan cerdas**, tetapi sering kali memiliki ego yang tinggi. Mereka sangat berorientasi pada hasil dan suka memimpin, tetapi terkadang sulit bekerja sama dengan teman. Guru perlu memberikan **apresiasi terhadap kemampuan mereka**, sambil mengajarkan bahwa fleksibilitas dan kerja sama adalah bagian penting dalam kehidupan sosial. Tantangan yang terstruktur dan komunikasi yang tegas namun positif dapat membantu mereka mengembangkan sikap yang lebih seimbang.

c. **Gaya Belajar Peserta Didik**

Dalam proses belajar perlu memahami tentang gaya belajar peserta didik. Menurut Mahadi, Husin, dan Hassan (2022), gaya belajar adalah cara seseorang menyerap, memproses, dan memahami informasi yang diterima. Setiap individu memiliki kecenderungan tertentu dalam belajar, yang dapat dibagi menjadi tiga kategori utama: visual, auditori, dan kinestetik. Klasifikasi Gaya Belajar dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. **Gaya Belajar Visual** Siswa dengan gaya ini lebih cepat memahami informasi melalui gambar, diagram, warna, dan simbol. Mereka lebih nyaman belajar dengan melihat dan mencatat. Cara terbaik bagi guru untuk mendukung mereka adalah dengan menggunakan **mind map, grafik, gambar, tulisan berwarna**, serta **alat bantu visual seperti infokus**. Pola Bahasa yang digunakan seperti
2. **Gaya Belajar Auditori** Siswa dengan gaya ini mengandalkan pendengaran dalam belajar. Mereka lebih cepat memahami informasi melalui diskusi, ceramah, dan musik. Mereka sering mengulang informasi dengan berbicara keras atau berdiskusi. Guru dapat mendukung siswa auditori dengan

menggunakan variasi nada suara, musik, diskusi kelompok, dan membacakan materi dengan jelas.

3. **Gaya Belajar Kinestetik** Siswa kinestetik belajar paling efektif melalui aktivitas fisik, sentuhan, dan praktik langsung. Mereka lebih mudah memahami konsep dengan **bergerak, menyentuh, dan mencoba langsung**. Guru dapat mendukung mereka dengan **alat peraga nyata, simulasi, eksperimen, dan demonstrasi keterampilan**.

Dalam gaya belajar, terdapat pola bahasa yang digunakan untuk menyesuaikan cara siswa menerima dan memahami informasi. Pola bahasa ini dirancang agar lebih efektif dalam merangsang pemahaman sesuai dengan kecenderungan belajar masing-masing individu

VISUAL	AUDITORI	KINESTETIK
<i>Lihatlah</i>	<i>Dengarkanlah</i>	<i>Sentuhlah</i>
<i>Tataplah</i>	<i>Katakanlah</i>	<i>Peganglah</i>
<i>Perhatikanlah</i>	<i>Ucapkanlah</i>	<i>Gerakkanlah</i>
<i>Bayangkanlah</i>	<i>Diskusikanlah</i>	<i>Praktekkanlah</i>
<i>Warnailah</i>	<i>Tanyakanlah</i>	<i>Rasakanlah</i>
<i>Gambarkanlah</i>	<i>Dengarkan baik-baik</i>	<i>Lakukanlah</i>
<i>Tunjukkanlah</i>	<i>Bacakanlah</i>	<i>Peragakanlah</i>
<i>Fokuskan pandangan</i>	<i>Ceritakanlah</i>	<i>Bangkitlah</i>
<i>lah secara visual</i>	<i>Simaklah</i>	<i>Cobalah</i>
<i>Cermatilah</i>	<i>Jawablah dengan suara</i>	<i>Rangkailah</i>

Gambar 2.1 Pola Bahasa Visual Auditori dan Kinestetik

Dengan memahami gaya belajar dan pola bahasa, maka proses pembelajaran dapat menjadi lebih efektif, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan setiap individu. Guru dapat menyampaikan materi dengan cara yang paling optimal bagi siswa, sehingga pemahaman meningkat dan keterlibatan

dalam pembelajaran menjadi lebih maksimal. Ketika metode pengajaran selaras dengan kecenderungan belajar siswa—baik visual, auditori, maupun kinestetik—mereka dapat menyerap informasi dengan lebih mudah dan merasa lebih nyaman dalam belajar

3. *Hypnoteaching*

Hypnoteaching Menurut Ibnu Hajar (2011), *Hypnoteaching* adalah metode pembelajaran yang memadukan teknik komunikasi persuasif dan unsur-unsur sugesti positif dalam proses mengajar. Tujuannya adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, membangkitkan semangat, dan meningkatkan efektivitas penyampaian materi. *Hypnoteaching* sendiri merupakan upaya untuk mengaplikasikan hipnosis atau sugesti pada anak didik dengan tujuan meningkatkan kualitas dan prestasi mereka. Dalam konteks ini, guru berperan sebagai penghipnotis, sedangkan siswa menjadi objek yang dihipnotis atau suyet.

Hypnoteaching tidak bermaksud mengajar sambil membuat siswa tertidur, melainkan menciptakan perpaduan antara keahlian hipnosis yang luar biasa dengan prinsip-prinsip pendidikan. Guru menggunakan bahasa yang persuasif sebagai alat komunikasi untuk memberikan sugesti sesuai dengan harapan anak didik, tanpa perlu membuat mereka tertidur. Kesuksesan *Hypnoteaching* bergantung pada kemampuan guru untuk menyampaikan sugesti dengan efektif. Pahami bahwa hipnosis tidak dapat berjalan dengan baik jika suyet tidak memahami maksud dari penghipnotis, sehingga guru harus berusaha menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh siswa.

Hypnoteaching bukanlah sekadar proses mengajar yang membuat siswa tertidur, melainkan sebuah pendekatan yang menggabungkan ilmu hipnosis dan ilmu pendidikan. Dalam implementasinya, *Hypnoteaching* memanfaatkan bahasa-bahasa bawah sadar dalam menyajikan materi pembelajaran. Kunci keberhasilan hipnosis dalam konteks ini adalah kekuatan sugesti dan keyakinan terhadap hal-hal positif yang muncul berdasarkan konsep dalam pikiran, memberikan energi positif untuk mendorong tindakan positif. Keterkaitan antara hipnosis dan pengajaran dalam *Hypnoteaching* menunjukkan bahwa metode ini lebih fokus pada komunikasi dengan alam bawah sadar siswa. Kemampuan sugesti yang terus

berperan dalam otak dapat membawa seseorang pada apa yang dipikirkannya, sementara imajinasi menjadi proses awal sebelum melakukan suatu tindakan. Dalam perspektif agama, *Hypnoteaching* memperoleh dukungan dari ajaran untuk mengajak manusia kepada jalan kebaikan. *Hypnoteaching* dianggap sebagai sebuah improvisasi dalam metode pembelajaran yang membawa pendekatan konseptual baru di bidang pendidikan dan pembinaan. Keberhasilan *Hypnoteaching* bergantung pada pemahaman pola kerja otak dan kondisi psikologis siswa, serta kesiapan guru secara psikologis dan psikis. Melalui *Hypnoteaching*, guru menciptakan kondisi belajar yang optimal, melibatkan pikiran sadar dan bawah sadar siswa, menciptakan metode pembelajaran yang kreatif dan unik. Menurut Yustisia (2012), *hypnoteaching* adalah hasil gabungan dari dua kata, yaitu *hypnosis* dan *teaching*. *Hypnosis* berarti mensugesti, sementara *teaching* berarti mengajar. Jadi dapat diartikan bahwa *hypnoteaching* adalah usaha untuk menghipnosis atau mensugesti anak didik supaya menjadi lebih baik dan prestasinya meningkat. *Hypnoteaching* hanya bermain dalam tataran pikiran alam bawah sadar seseorang. *Hypnoteaching* merupakan sebuah metode pembelajaran yang memanfaatkan sugesti untuk meningkatkan konsentrasi dan mempercepat pengambilan informasi oleh otak. Metode ini bertujuan untuk memanipulasi alam bawah sadar siswa sehingga mereka lebih terbuka dan responsif terhadap informasi yang diberikan. Dalam *Hypnoteaching*, seorang guru atau fasilitator akan menggunakan teknik hipnosis atau sugesti pada siswa untuk membantu mereka meraih tujuan pembelajaran tertentu. Teknik ini melibatkan penggunaan kata-kata yang terstruktur secara khusus dan penggunaan nada suara yang mempengaruhi pikiran bawah sadar siswa. Dalam hipnosis, pikiran bawah sadar dapat diprogram untuk menerima informasi dengan lebih mudah dan efektif.

Menurut Kadir (2016), *Hypnoteaching* merupakan suatu pendekatan pembelajaran inovatif yang diterapkan dalam proses pendidikan dengan tujuan utama meningkatkan konsentrasi belajar siswa melalui pemanfaatan teknik-teknik hipnosis. Dalam praktiknya, metode ini tidak hanya membantu siswa menjadi lebih fokus, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang tenang, nyaman, dan mendukung optimalisasi proses penerimaan informasi. Dengan

bantuan sugesti positif serta kondisi relaksasi yang diarahkan oleh guru, otak siswa dapat masuk ke dalam frekuensi gelombang yang lebih rendah seperti alfa atau theta, sehingga memudahkan mereka dalam memahami dan menyimpan materi pelajaran secara lebih efektif dan tahan lama.

Dalam metode Hypnoteaching, peran guru tidak hanya sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang menciptakan kondisi mental dan emosional siswa agar siap menerima pelajaran. Teknik ini sangat berguna dalam mata pelajaran yang membutuhkan tingkat konsentrasi tinggi, terutama dalam pembelajaran bahasa asing seperti Bahasa Inggris, di mana daya ingat dan kemampuan berpikir cepat sangat dibutuhkan.

Menurut Syarifuddin (2024), Hypnoteaching merupakan hasil penggabungan dua konsep penting, yaitu hipnosis dan pengajaran (*teaching*), yang bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran serta memperkuat retensi informasi pada diri peserta didik. Metode ini menggunakan teknik-teknik sugestif untuk menciptakan kondisi psikologis tertentu, seperti relaksasi dan konsentrasi intens, sehingga siswa lebih mudah menerima dan memproses materi pembelajaran secara mendalam.

Metode ini tidak sekadar membuat siswa rileks, tetapi juga membangkitkan motivasi intrinsik mereka untuk belajar. Melalui pendekatan ini, guru bisa memberikan sugesti positif yang menumbuhkan keyakinan diri, minat, dan semangat belajar. Selain itu, Hypnoteaching juga membantu menghilangkan hambatan mental seperti rasa takut salah atau cemas saat belajar, menjadikannya metode yang sangat efektif dalam pembelajaran modern.

Menurut Muhammad Noer (2010), Hypnoteaching adalah sebuah pendekatan edukatif yang memanfaatkan teknik hipnosis sebagai alat untuk meningkatkan kemampuan kognitif siswa, khususnya dalam hal daya ingat, fokus, dan pencapaian tujuan pembelajaran secara maksimal. Pendekatan ini tidak hanya menitikberatkan pada penyerapan informasi, tetapi juga pada pengembangan sikap dan perilaku belajar yang positif. Dalam Hypnoteaching, guru menggunakan teknik komunikasi yang bersifat persuasif dan sugestif untuk membawa siswa ke dalam kondisi mental yang ideal untuk belajar. Metode ini

membantu siswa mengatasi gangguan eksternal maupun internal, seperti pikiran yang bergejolak atau rasa lelah, sehingga mereka bisa lebih berkonsentrasi dan termotivasi selama proses pembelajaran berlangsung.

Menurut Wiguna, I. B. A. (2020) , Hypnoteaching adalah suatu metode pembelajaran yang memadukan teknik hipnosis dengan proses pengajaran untuk menciptakan kondisi belajar yang optimal dan meningkatkan aktivitas belajar siswa . Metode ini bertujuan untuk membawa siswa ke dalam keadaan relaksasi agar pikiran bawah sadar lebih terbuka menerima sugesti positif sehingga mereka lebih mudah menyerap informasi dan materi pelajaran.

Hypnoteaching tidak hanya fokus pada penyampaian materi, tetapi juga menciptakan suasana psikologis yang mendukung kesiapan belajar. Teknik ini bekerja dengan cara menurunkan frekuensi gelombang otak siswa dari keadaan normal (beta) ke tingkatan alfa atau theta, di mana otak lebih mudah menerima dan menyimpan informasi secara mendalam . Selain itu, Hypnoteaching juga membantu meningkatkan motivasi belajar karena siswa merasa lebih nyaman, rileks, dan termotivasi selama proses pembelajaran berlangsung.

Menurut Hidayat, M. S., dkk. (2023), penerapan metode hypnoteaching berfokus pada komunikasi dengan alam bawah sadar (subconscious mind) melalui tiga pendekatan utama, yaitu afirmasi, sugesti, dan imajinasi. Afirmasi dan sugesti memiliki kekuatan untuk mengarahkan seseorang kepada apa yang ia pikirkan, sementara imajinasi memungkinkan individu membayangkan sesuatu dan kemudian bertindak sesuai dengan pemikiran tersebut.

Hypnoteaching merupakan salah satu metode yang menekankan komunikasi bawah sadar dalam proses pembelajaran, baik di dalam maupun di luar kelas. Dalam praktiknya, metode ini memungkinkan guru untuk tidak hanya menyampaikan materi akademik, tetapi juga memperhatikan kondisi kejiwaan atau psikis siswa serta aspek sikap (afektif) yang mereka miliki. Dengan demikian, hypnoteaching menjadi pendekatan yang lebih holistik, menggabungkan aspek kognitif dan emosional dalam pembelajaran.

Komponen utama dalam penerapan hypnoteaching, sebagaimana dijelaskan oleh Hidayat, M. S., dkk. (2023), terdiri dari beberapa elemen penting, yaitu:

1. **Relaksasi** – membantu siswa mencapai kondisi tenang agar lebih mudah menerima informasi.
2. **Visualisasi** – mendorong siswa membayangkan konsep atau materi yang dipelajari, sehingga lebih mudah dipahami dan diinternalisasi.
3. **Sugestibilitas positif** – memberikan dorongan positif kepada siswa melalui kata-kata dan pendekatan yang membangun kepercayaan diri.
4. **Repetisi dan penguatan** – mengulangi serta memperkuat informasi agar lebih melekat dalam ingatan.
5. **Asosiasi emosional** – menghubungkan materi pembelajaran dengan emosi positif untuk meningkatkan motivasi dan pemahaman.
6. **Kesadaran diri** – membantu siswa mengenali dan memahami diri mereka sendiri dalam konteks pembelajaran.

Menurut Rahma dan Neviyarni (2021), hypnoteaching pada dasarnya dilakukan melalui proses hipnosis, yang bertujuan untuk memberikan sugesti positif dengan menggunakan bahasa yang persuasif dan komunikatif. Sejalan dengan hal tersebut, Hasbullah dan Yuni Rahmawati (2015) menjelaskan bahwa seseorang yang terhipnotis akan berada dalam kondisi yang tenang dan nyaman, sehingga lebih mudah menerima dan memahami informasi yang disampaikan.

Metode ini menegaskan bahwa keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh aspek kognitif semata, tetapi juga oleh bagaimana guru dapat membangun interaksi yang mampu menyentuh alam bawah sadar siswa. Dengan menciptakan lingkungan yang kondusif dan menyampaikan materi dengan pendekatan hypnoteaching, diharapkan pembelajaran dapat berlangsung lebih efektif dan bermakna.

Berdasarkan penjelasan di atas, *hypnoteaching* adalah metode pembelajaran inovatif yang menggabungkan teknik hipnosis dan pengajaran. Metode ini memanfaatkan komunikasi dengan pikiran bawah sadar melalui afirmasi, sugesti, dan imajinasi untuk meningkatkan konsentrasi, daya ingat, serta

motivasi belajar siswa. Dalam prosesnya, guru menciptakan suasana belajar yang rileks, nyaman, dan kondusif agar pikiran bawah sadar siswa lebih terbuka menerima informasi. Teknik ini membawa otak ke frekuensi gelombang alfa atau theta sehingga memudahkan pemrosesan dan penyimpanan materi pelajaran secara mendalam. Selain itu, *hypnoteaching* juga memperhatikan kondisi psikologis siswa, seperti emosi dan sikap, untuk menciptakan pembelajaran yang holistik. Pendekatan ini membantu siswa mengatasi hambatan mental, meningkatkan kepercayaan diri, serta membangkitkan semangat belajar. Oleh karena itu, *hypnoteaching* menjadi salah satu strategi efektif dalam dunia pendidikan modern untuk menciptakan proses belajar yang menyenangkan, kreatif, dan bermakna

b. Prinsip *Hypnoteaching*

Agar metode *hypnoteaching* dapat diterapkan secara efektif dalam proses belajar mengajar, perlu menerapkan prinsip-prinsip dalam *hypnoteaching*. Prinsip-prinsip ini membantu menciptakan suasana belajar yang kondusif, menyenangkan, dan mendalam bagi siswa. Menurut Navis, (2013), prinsip-prinsip *hypnoteaching* dalam dijelaskan sebagai berikut:

1. Persetujuan (Agreement)

Persetujuan dalam konteks ini mengacu pada terciptanya hubungan emosional yang harmonis antara guru dan peserta didik. Guru perlu membangun kesan pertama yang positif dengan menunjukkan sikap ramah, tulus, dan bersahabat. Senyuman, kontak mata, dan perhatian yang tulus menjadi kunci agar siswa merasa diterima dan nyaman. Ketika siswa telah merasa senang dengan kehadiran guru, maka proses belajar akan berjalan lebih lancar karena mereka bersedia terbuka dan menerima informasi dari guru sebagai figur yang mereka percaya dan kagumi.

2. Fokus

Konsentrasi peserta didik merupakan fondasi utama dalam proses *hypnoteaching*. Agar siswa dapat fokus, guru perlu menciptakan suasana kelas yang minim gangguan serta mengarahkan perhatian siswa secara bertahap ke materi yang akan dipelajari. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah membawa siswa ke dalam kondisi **relaksasi ringan (light hypnosis)**, di mana

gelombang otak mereka menurun dari **beta** ke **alpha**, kondisi yang membuat pikiran menjadi lebih terbuka dan mudah menerima sugesti atau informasi.

Ketika siswa berada dalam gelombang alpha, fungsi penyaring dalam otak (critical area) melemah, membuat mereka lebih mudah memahami dan mengingat materi. Sebaliknya, dalam kondisi beta yang dominan saat multitasking, perhatian siswa mudah terpecah karena banyaknya rangsangan dari lingkungan sekitar. Maka dari itu, guru harus mampu menciptakan strategi yang dapat menarik kembali fokus siswa ketika perhatian mereka mulai menyimpang.

3. Relaksasi

Guru seringkali dihadapkan pada keterbatasan waktu dan padatnya materi ajar, yang membuat mereka langsung memulai pembelajaran tanpa memperhatikan kesiapan psikologis siswa. Padahal, relaksasi sebelum memulai pelajaran sangat penting untuk menciptakan kondisi mental yang optimal, baik bagi guru maupun siswa.

a. Relaksasi untuk Guru

Sebelum mengajar, guru disarankan mengambil waktu sejenak untuk menenangkan diri. Caranya bisa dengan mencari tempat yang tenang seperti taman, mushola, atau ruang guru. Langkah-langkah yang bisa dilakukan antara lain:

1. **Relaksasi tubuh dan pikiran:** Duduk nyaman, rilekskan tubuh sepenuhnya, dan hentikan semua aktivitas sejenak.
2. **Pemfokusan:** Pejamkan mata dan fokuskan pikiran hanya pada satu kata, misalnya "tenang".
3. **Pernapasan:** Tarik napas panjang, lalu hembuskan perlahan. Rasakan ketenangan yang hadir seiring dengan napas.
4. **Doa:** Berdoalah dengan khidmat, seraya menyampaikan afirmasi positif dan visualisasi bahwa proses belajar akan berjalan lancar atas izin Allah SWT.

b. Relaksasi untuk Siswa

Relaksasi sangat penting bagi siswa, terutama di sesi pembelajaran yang berlangsung setelah istirahat siang. Teknik ini membantu siswa mengembalikan fokus dan mempersiapkan diri untuk menerima pelajaran secara maksimal.

Langkah-langkah yang dapat dilakukan:

1. **Relaksasi tubuh dan pikiran:** Ajak siswa duduk tegak dengan posisi rileks, kaki menyentuh lantai, dan tangan di atas paha. Minta mereka melemaskan otot-otot tubuh dari kepala hingga kaki.
2. **Pemfokusan:** Setelah tubuh rileks, arahkan siswa untuk menutup mata, lalu ajak mereka memusatkan perhatian pada suara guru dan instruksi yang diberikan.
3. **Pernapasan :** Latih siswa menarik napas panjang dan menghembuskannya perlahan, sambil melepaskan pikiran negatif. Teknik ini membantu memperlancar aliran oksigen ke otak sehingga mereka merasa lebih segar dan siap belajar.
4. **Doa:** Ajak siswa memperkuat niat mereka dalam belajar dan berdoa agar dimudahkan menerima materi dengan **afirmasi**. Minta siswa **memvisualisasikan** keberhasilan mereka memahami pelajaran, mendapatkan nilai bagus, dan membuat orang tua bangga. Rasa semangat dari visualisasi ini akan membantu menanamkan motivasi kuat dalam diri mereka.

Prinsip dalam hypnoteaching sangat erat kaitannya bagaimana mengakses pikiran bawah sadar, masing-masing dirancang untuk menciptakan kondisi mental yang lebih dalam sehingga sugesti dan pemikiran dapat diterima dengan lebih efektif . Menurut Ja'faruddin et al. (2020) serta Rahma dan Neviyarni (2021) , prinsip prinsip tersebut mencakup lima aspek utama yang berperan dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran:

1. **Afirmasi** – Pernyataan positif yang kuat dapat memengaruhi pola pikir siswa. Kata-kata afirmatif seperti "*Aku pasti bisa*" atau "*Aku anak pintar*" berfungsi sebagai sugesti yang membangun motivasi dan kepercayaan diri.

2. **Pengulangan atau Repetisi** – Kalimat yang diulang secara konsisten, terutama jika positif, dapat mengubah persepsi dan keyakinan siswa. Sebaliknya, pengulangan kata negatif dapat tertanam di alam bawah sadar, sehingga penting bagi guru untuk memberikan sugesti positif secara berulang.
3. **Emosi** – Emosi yang kuat dalam penyampaian pesan membantu meningkatkan penerimaan sugesti. Ketulusan dan keyakinan dalam komunikasi dapat memperkuat motivasi dan mendorong perubahan perilaku siswa.
4. **Kondisi Alpha** – Keadaan relaksasi di mana gelombang otak siswa berada dalam **fase alpha**, memungkinkan mereka lebih reseptif terhadap informasi dan sugesti yang diberikan oleh guru.
5. **Menggunakan Pengaruh Figur** – Sosok yang dihormati oleh siswa, seperti guru atau tokoh inspiratif, berperan dalam memperkuat sugesti dan meningkatkan efektivitas pembelajaran melalui Hypnoteaching.

Berdasarkan penjelasan tersebut, prinsip hypnoteaching mencakup delapan komponen penting yang saling mendukung. Pertama, **Agreement (Persetujuan)**, yaitu terjalinnya hubungan emosional yang positif antara guru dan siswa. Guru menciptakan kesan pertama yang hangat, ramah, dan bersahabat agar siswa merasa nyaman dan diterima. Kedua, **Fokus**, yaitu kemampuan siswa untuk berkonsentrasi penuh terhadap materi. Guru membantu siswa masuk ke kondisi gelombang otak alpha melalui relaksasi ringan, karena dalam kondisi beta siswa lebih mudah teralihkan. Ketiga, **Relaksasi**, yakni kesiapan mental guru dan siswa. Guru dan siswa melakukan teknik pernapasan, menenangkan diri, dan berdoa sebelum pembelajaran. Keempat, **Afirmasi**, yaitu pemberian sugesti positif untuk menumbuhkan motivasi dan kepercayaan diri siswa. Kelima, **Repetisi**, atau pengulangan materi, untuk memperkuat pesan dalam ingatan bawah sadar. Keenam, **Emosi**, karena pembelajaran yang menyentuh perasaan lebih mudah diingat. Ketujuh, **Kondisi Alpha**, yaitu kondisi ideal untuk menerima sugesti. Kedelapan, **Pengaruh Figur**, di mana keteladanan dan wibawa guru memperkuat sugesti yang disampaikan.

c. Unsur Unsur Hypnoteaching

Menurut Noer, M. (2010) Unsur-Unsur Hypnoteaching sebagai berikut:

1. Penampilan Guru

Penampilan guru merupakan elemen penting dalam menciptakan kesan pertama yang baik di hadapan siswa. Dalam pendekatan hypnoteaching, tampilan luar guru tidak hanya sekadar soal gaya atau estetika, melainkan juga bagian dari strategi psikologis untuk membangun suasana belajar yang positif. Guru harus menjaga kerapiannya, mulai dari pakaian, rambut, hingga aksesoris yang dikenakan. Bagi guru laki-laki, penggunaan dasi sangat disarankan karena memberikan nuansa formal sekaligus profesional. Ketika guru tampil menarik dan rapi, ia akan merasa lebih percaya diri, tenang, dan siap menghadapi kelas. Hal ini secara tidak langsung akan memengaruhi cara siswa memandang guru tersebut dan membuat mereka lebih mudah tertarik serta fokus pada pembelajaran.

2. Rasa Simpati

Rasa simpati adalah sikap emosional yang mendasari hubungan antara guru dan siswanya. Guru yang memiliki rasa simpati akan cenderung lebih mudah membangun kedekatan dengan siswa, karena ia menunjukkan kepedulian dan perhatian terhadap kondisi siswa. Siswa yang merasa bahwa gurunya peduli padanya biasanya akan lebih segan, hormat, dan patuh. Bahkan siswa yang dianggap sulit sekalipun bisa menjadi lebih kooperatif jika ia merasakan bahwa gurunya tidak memperlakukannya secara negatif atau diskriminatif. Simpati membantu menciptakan suasana kelas yang hangat dan saling menghargai, sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lebih efektif.

3. Sikap Empati

Empati adalah kemampuan guru untuk menempatkan diri dalam situasi yang dialami oleh siswa. Ini bukan hanya sekadar memahami, tetapi benar-benar merasakan apa yang dirasakan siswa. Jika ada siswa yang bermasalah

atau bertindak kurang sopan, guru tidak boleh langsung memberinya label seperti "nakal", "bandel", atau "sulit diatur". Label-label semacam itu justru bisa memperburuk perilaku siswa. Sebaliknya, guru harus melakukan investigasi awal untuk memahami akar masalah, apakah itu bersumber dari rumah, lingkungan sosial, atau faktor internal lainnya. Dengan memiliki sifat empati, guru dapat menjadi pendamping yang bijaksana, membantu siswa menyadari kesalahan dan mendorongnya untuk berubah ke arah yang lebih baik.

4. Penggunaan Bahasa

Bahasa adalah alat komunikasi utama dalam proses pembelajaran. Dalam metode hypnoteaching, cara guru menggunakan bahasa memiliki peran sangat penting dalam membentuk suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan. Ia harus pandai memilih kata-kata yang lembut, menenangkan, dan mudah dipahami oleh siswa. Selain itu, guru harus mampu mengendalikan emosi dan tidak mudah marah siswa meskipun dalam situasi yang menantang. Ia juga wajib menghargai setiap potensi dan hasil karya siswa, tanpa meremehkan atau memojokkan mereka. Kalimat yang digunakan harus bersifat membangun, bukan merusak harga diri. Dengan begitu, siswa akan merasa aman dan termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran.

5. Alat Peraga dan Bahasa Tubuh

Dalam hypnoteaching, penyampaian materi tidak cukup hanya melalui ucapan semata. Penggunaan alat peraga visual atau media pembelajaran menjadi salah satu unsur penting agar siswa lebih mudah memahami informasi yang disampaikan. Selain itu, ekspresi wajah, intonasi suara, gerakan tubuh, dan gestur tangan juga ikut memengaruhi daya tarik pelajaran. Seorang guru yang mampu menguasai materi sekaligus menggunakan bahasa tubuh yang dinamis akan berhasil menarik perhatian siswa dan menjaga konsentrasi mereka selama proses belajar. Ini menjadi bagian dari teknik sugestif dalam hypnoteaching, yaitu menciptakan kondisi mental yang siap menerima informasi baru.

6. Motivasi Melalui Cerita atau Kisah Inspiratif

Salah satu keunikan dari hypnoteaching adalah penggunaan cerita sebagai sarana penyampaian pesan edukatif. Dalam pembelajaran, guru dapat menyisipkan kisah inspiratif yang berkaitan dengan topik pelajaran. Misalnya, ketika mengajarkan nilai-nilai kejujuran atau kerja keras, guru bisa bercerita tentang tokoh-tokoh hebat yang telah membuktikan hal tersebut dalam hidupnya. Dengan cara ini, siswa tidak hanya menerima informasi secara verbal, tetapi juga membangun makna dari kisah tersebut. Metode ini juga efektif untuk memberikan motivasi kepada siswa tanpa terkesan menggurui, karena mereka lebih mudah menerima pesan moral dalam bentuk cerita daripada dalam bentuk nasihat langsung.

7. Penguasaan Hati Siswa

Penguasaan hati siswa merupakan inti dari penerapan hypnoteaching. Artinya, guru tidak hanya ingin menguasai pikiran siswa, tetapi terlebih dahulu harus mampu menyentuh hati mereka. Saat siswa merasa bahwa gurunya peduli, memahami, dan menghargai mereka, maka mereka akan lebih mudah menerima ilmu yang diajarkan. Inilah yang disebut dengan “menguasai hati” – sebuah kondisi di mana siswa merasa nyaman, terhubung secara emosional, dan terbuka terhadap pembelajaran. Contohnya, jika guru ingin suasana kelas tenang, ia harus terlebih dahulu menunjukkan sikap tenang. Prinsip ini mengacu pada hukum sugesti dalam hypnoteaching: *“Jika kamu ingin sesuatu dari orang lain, maka kamu harus menjadi hal tersebut terlebih dahulu.”*

Berdasarkan penjelasan di atas, unsur-unsur *hypnoteaching* adalah: penampilan guru yang rapi dan meyakinkan, rasa simpati untuk membangun hubungan positif, sikap empati dalam memahami masalah siswa, penggunaan bahasa yang menenangkan dan membangun, alat peraga dan bahasa tubuh untuk menarik perhatian, pemberian motivasi melalui cerita inspiratif, serta penguasaan hati siswa agar pikiran mereka terbuka terhadap pembelajaran. Semua unsur ini

bertujuan menciptakan suasana belajar yang nyaman, menyenangkan, dan efektif, sehingga siswa lebih mudah menerima materi dan termotivasi belajar

d. Manfaat Metode *Hypnoteaching*

Manfaat Metode *Hypnoteaching* merupakan sekumpulan keuntungan atau manfaat yang dapat diperoleh melalui penerapan teknik hypnosis dalam proses pengajaran dan pembelajaran. Menurut Jaya, N. T. (2025), manfaat *Hypnoteaching* sebagai berikut:

1. Meningkatkan Konsentrasi dan Fokus

Hypnoteaching membantu menciptakan kondisi mental yang optimal, memungkinkan peserta didik lebih fokus dan konsentrasi dalam menerima materi pelajaran. Dengan teknik relaksasi dan sugesti positif, metode ini mengarahkan pikiran siswa ke keadaan tenang namun tetap waspada, sehingga mereka dapat menyerap informasi secara lebih efektif. Selain itu, penggunaan musik dan visualisasi dalam *hypnoteaching* turut mendukung suasana belajar yang kondusif, meningkatkan kemampuan berkonsentrasi pada topik pembelajaran

2. Mengurangi Kecemasan dan Stres

Dengan teknik relaksasi dan sugesti positif, metode ini efektif dalam mengurangi rasa cemas dan stres yang sering dialami siswa selama proses belajar. *Hypnoteaching* memberikan ruang bagi siswa untuk masuk ke alam bawah sadar yang tenang, sehingga tekanan akademik atau ketakutan gagal dapat diminimalkan. Hal ini sangat penting terutama dalam situasi ujian atau pembelajaran materi yang kompleks, karena siswa akan lebih mudah menerima informasi saat pikiran tidak dipenuhi kekhawatiran

3. Meningkatkan Motivasi Belajar

Sugesti positif yang diberikan selama pembelajaran dapat meningkatkan motivasi intrinsik peserta didik, mendorong mereka untuk lebih aktif dan bersemangat dalam belajar. Metode ini bekerja melalui pengondisian psikologis yang memberikan keyakinan bahwa siswa mampu memahami dan menguasai materi pelajaran. Selain itu, suasana belajar yang

menyenangkan dan interaktif membuat siswa merasa lebih termotivasi dan memiliki minat tinggi terhadap proses pembelajaran

4. Mempermudah Pemahaman Materi

Melalui penggunaan visualisasi dan pendekatan sugestif, hypnoteaching memudahkan siswa dalam memahami konsep-konsep yang kompleks. Visualisasi membantu otak menghubungkan ide abstrak dengan gambar konkret, sedangkan sugesti membantu meyakinkan pikiran bahwa materi tersebut bisa dipahami dan diterapkan. Penelitian menunjukkan bahwa metode ini meningkatkan pemahaman siswa, terutama pada materi yang bersifat teoritis atau sulit dihafal.

- 5. Membangun Hubungan Positif antara Guru dan Siswa** Pendekatan personal dalam hypnoteaching menciptakan hubungan yang harmonis antara guru dan peserta didik, meningkatkan keterlibatan serta kenyamanan dalam proses pembelajaran. Guru tidak hanya menjadi penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator emosional yang membentuk suasana kelas yang positif dan saling percaya. Hal ini menjadikan siswa lebih terbuka dalam bertanya, berekspresi, dan berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan pembelajaran

Menurut Yulianto, H. (2024), Manfaat Hypnoteaching adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan Konsentrasi dan Fokus

Dengan menginduksi keadaan relaksasi dan konsentrasi mendalam, peserta didik menjadi lebih fokus pada materi pembelajaran. Metode ini membantu menenangkan pikiran bawah sadar sehingga siswa dapat menerima informasi secara lebih optimal dan meminimalkan gangguan eksternal selama proses belajar. Selain itu, kondisi mental yang stabil memungkinkan peningkatan kemampuan untuk tetap terlibat dalam aktivitas akademik jangka panjang

2. Meningkatkan Retensi Informasi

Sugesti positif membantu peserta didik mengingat informasi dengan lebih baik, mendukung penyimpanan dalam memori jangka panjang.

Dengan pendekatan sugestif dan penggunaan narasi emosional, metode ini meningkatkan daya ingat melalui hubungan antara perasaan dan konten pelajaran yang disampaikan. Hal ini sangat bermanfaat untuk evaluasi atau ujian di mana pemahaman konsep harus diingat secara efektif.

3. Mengatasi Kecemasan dan Stres

Metode ini membantu meredakan perasaan gelisah dan meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Melalui teknik relaksasi dan sugesti positif, siswa diajak masuk ke alam bawah sadar yang tenang, sehingga tekanan akademik dapat dikurangi secara signifikan. Ini sangat penting dalam situasi ujian atau saat menghadapi materi yang sulit dipahami karena suasana hati yang positif meningkatkan kapasitas belajar.

4. Meningkatkan Keterlibatan Peserta Didik

Sugesti positif meningkatkan antusiasme dan motivasi belajar peserta didik. Pendekatan personal dan interaktif dari hypnoteaching menciptakan hubungan emosional antara guru dan siswa, membuat siswa lebih tertarik dan aktif dalam proses pembelajaran. Selain itu, suasana kelas yang menyenangkan dan tidak menegangkan meningkatkan partisipasi serta tanggung jawab siswa terhadap tugas-tugas akademik.

5. Meningkatkan Kreativitas

Dalam keadaan hipnosis, pikiran peserta didik lebih terbuka terhadap ide-ide kreatif, memicu kreativitas dalam pembelajaran. Otak dalam kondisi relaksasi cenderung lebih mudah menghubungkan informasi baru dengan pengalaman sebelumnya, menciptakan solusi atau perspektif unik yang sebelumnya tidak terpikirkan. Peningkatan kreativitas ini sangat berguna dalam pembelajaran yang menuntut inovasi, seperti seni, bahasa, atau ilmu sosial.

6. Mengatasi Kesulitan Belajar

Dengan fokus pada sugesti positif, peserta didik dapat mengatasi hambatan belajar dengan lebih baik. Metode ini membantu siswa menghilangkan keyakinan negatif seperti “saya tidak bisa matematika” atau “saya buruk dalam presentasi”, dan menggantinya dengan pola pikir yang lebih

produktif dan optimis .Hasilnya, siswa lebih percaya diri dan termotivasi untuk menghadapi tantangan akademik yang kompleks

7. Meningkatkan Self-Efficacy

Sugesti positif meningkatkan keyakinan peserta didik terhadap kemampuan mereka untuk berhasil. Dengan membangun kesadaran bahwa mereka memiliki kapasitas untuk mencapai tujuan akademik, hypnoteaching memperkuat rasa percaya diri dan sikap proaktif terhadap proses belajar

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *Hypnoteaching* bermanfaat dalam proses pembelajaran, terutama dengan memanfaatkan sugesti positif dan teknik relaksasi. Metode ini membantu meningkatkan konsentrasi dan fokus peserta didik, sehingga mereka dapat lebih mudah memahami dan mengingat materi yang diajarkan. Selain itu, hypnoteaching efektif dalam mengurangi kecemasan dan stres, menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman dan kondusif.

Teknik ini juga berperan dalam meningkatkan motivasi belajar siswa, mendorong mereka untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran. Dengan pendekatan berbasis sugesti, siswa lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik. Selain itu, hypnoteaching mempermudah pemahaman konsep yang kompleks melalui visualisasi dan penggunaan bahasa sugestif.

Selain manfaat akademik, hypnoteaching membantu membangun hubungan positif antara guru dan siswa, menciptakan interaksi yang lebih harmonis dan produktif dalam kelas. Metode ini secara keseluruhan

meningkatkan efektivitas pembelajaran dan kualitas keterlibatan peserta didik.

e. Fungsi *Hypnoteaching*

Menurut Ega Rima Wati dan Shinta Kusuma (2016), metode hypnoteaching memiliki beberapa fungsi penting yang sangat membantu dalam proses pembelajaran. Metode ini tidak hanya berfokus pada penyampaian materi pelajaran, tetapi juga pada pengoptimalan kondisi mental dan emosional siswa

agar lebih siap menerima informasi, memahami, dan mengingat pelajaran dengan baik. Berikut adalah penjelasan lebih rinci mengenai kelima fungsi tersebut:

1. Menghapus Mental Block Para Siswa

Mental block adalah kondisi di mana siswa merasa tertekan, takut, atau tidak percaya diri saat belajar. Hal ini bisa disebabkan oleh trauma masa lalu, kritik yang terlalu keras, atau tekanan dari lingkungan. Dengan hypnoteaching, guru dapat menggunakan teknik sugesti positif untuk melunturkan keyakinan negatif seperti "saya tidak pandai matematika" atau "saya pasti gagal". Dengan begitu, siswa akan lebih terbuka dan siap menerima pelajaran tanpa beban psikologis.

2. Memberikan Motivasi Bagi Siswa Agar Lebih Senang Belajar

Salah satu tantangan besar dalam dunia pendidikan adalah rendahnya motivasi belajar siswa. Hypnoteaching mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan penuh semangat. Guru dapat memberikan kata-kata motivasi secara bawah sadar melalui intonasi suara, gerakan tubuh, dan kalimat-kalimat penguatan diri (affirmation) seperti: "*Kamu bisa, kamu mampu, kamu senang belajar.*" Teknik ini perlahan tapi pasti akan menumbuhkan sikap positif terhadap belajar dan meningkatkan antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.

3. Memperlancar Proses Pembelajaran, Sehingga Tujuan Pembelajaran Tercapai dengan Baik

Dengan pikiran yang tenang dan mental yang terbuka, siswa akan lebih mudah menyerap informasi baru, memahami konsep pelajaran, dan mengingat materi dalam jangka panjang. Hypnoteaching membantu menciptakan suasana kelas yang kondusif, di mana siswa lebih fokus, perhatian lebih terpusat, dan interaksi antara guru dan siswa menjadi lebih harmonis. Akibatnya, tujuan pembelajaran seperti pemahaman konsep, penerapan praktis, hingga evaluasi hasil belajar dapat dicapai secara efektif dan efisien.

4. Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Para Siswa

Rasa percaya diri merupakan faktor penting dalam kesuksesan belajar. Hypnoteaching membantu siswa menyadari potensi dirinya melalui penguatan sugesti positif. Contohnya, guru bisa menggunakan kalimat seperti: "*Kamu*

punya kemampuan hebat, kamu bisa menjawab pertanyaan ini dengan baik.” Kalimat- kalimat ini akan masuk ke alam bawah sadar siswa dan secara bertahap membangun keyakinan bahwa mereka mampu menghadapi tantangan belajar maupun ujian. Hasilnya, siswa menjadi lebih aktif dalam kelas, berani bertanya, dan tidak ragu- ragu saat diminta maju atau berbicara di depan teman-temannya.

5. Meningkatkan Prestasi Siswa

Semua fungsi di atas pada akhirnya akan berujung pada peningkatan prestasi akademik siswa. Dengan mental block yang hilang, motivasi yang tinggi, proses belajar yang lancar, serta rasa percaya diri yang kuat, maka siswa akan lebih mudah mencapai hasil belajar yang maksimal. Selain itu, hypnoteaching juga membantu meningkatkan daya ingat dan konsentrasi siswa, yang merupakan dua komponen penting dalam pencapaian nilai yang baik.

Berdasarkan penjelasan di atas, metode hypnoteaching memiliki beberapa fungsi penting dalam proses pembelajaran, yaitu menghilangkan mental block, memberikan motivasi, memperlancar proses belajar, menumbuhkan rasa percaya diri, dan meningkatkan prestasi siswa secara efektif dan menyenangkan.

f. Langkah Langkah metode *Hypnoteaching* .

Langkah-Langkah Hypnoteaching menurut Yustisia (2012) sebagai berikut:

1. Niat dan Motivasi Diri

Seorang pendidik harus memiliki niat yang kuat untuk membantu peserta didik dalam proses pembelajaran. Niat ini menjadi dasar dari motivasi yang tinggi, sehingga guru lebih bersemangat dan konsisten dalam menerapkan metode pembelajaran yang dipilih. Dengan motivasi yang jelas, proses pembelajaran akan berjalan lebih efektif dan menyenangkan bagi siswa. Niat juga mencakup tujuan akhir yang ingin dicapai melalui penggunaan metode tertentu, seperti meningkatkan minat belajar atau membangun kepercayaan diri siswa. Tanpa adanya niat dan komitmen yang kuat dari guru, metode apapun akan sulit diterapkan secara maksimal

2. Pacing (Menyelaraskan Gelombang Pikiran)

Pacing *Pacing* adalah teknik untuk mencocokkan atau menyelaraskan komunikasi dengan lawan bicara, baik secara verbal maupun non-verbal, sehingga tercipta kedekatan (*rapport*). *Pacing* memungkinkan seseorang untuk membangun hubungan yang lebih baik dengan orang lain dengan memahami dan mengikuti pola komunikasi mereka sebelum memimpin (*leading*) ke arah yang diinginkan.

Secara **verbal**, guru menyesuaikan **tempo bicara, pilihan kata, dan pola bahasa** siswa, menggunakan istilah yang akrab serta kata-kata sensorik yang sesuai dengan gaya belajar mereka. Misalnya, jika seorang siswa terlihat kurang percaya diri dan berbicara pelan, guru bisa menyesuaikan tempo bicara, merendahkan nada suara, dan mengatakan, "*Tenang aja, kita pelan-pelan kok, kamu sudah mulai paham, kan?*" Ini membantu siswa merasa lebih nyaman karena pola komunikasi guru mengikuti ritme mereka. Secara **non-verbal**, guru bisa menggunakan komunikasi non-verbal adalah ***Matching dan Mirroring***:

- a. ***Matching*** adalah proses **menyesuaikan** gaya komunikasi tanpa harus meniru secara persis. Misalnya, jika siswa berbicara dengan suara pelan, guru bisa menurunkan volume suaranya agar terasa lebih nyaman, tetapi tetap mempertahankan gaya bicara sendiri.
- b. ***Mirroring*** adalah proses **mencerminkan** perilaku lawan bicara dengan lebih akurat, seperti bercermin. Jika siswa menyilangkan tangan atau mengangguk saat berbicara, guru bisa melakukan hal yang sama untuk membangun koneksi psikologis.

Dengan melakukan hal-hal tersebut, gelombang pikiran guru dan peserta didik akan selaras, menjadikan suasana kelas lebih rileks dan siswa lebih mudah diajak untuk berinteraksi secara aktif. Pacing sangat penting karena tanpa keselarasan ini, pesan yang disampaikan guru cenderung tidak terserap secara maksimal oleh siswa

3. Leading (Memimpin dan Membimbing)

Setelah berhasil melakukan pancing, langkah selanjutnya adalah leading, yaitu memandu pikiran peserta didik ke arah tujuan pembelajaran. Pada tahap ini, guru memberikan panduan mental dan sugesti positif kepada siswa agar mereka lebih mudah menerima dan

memahami materi pelajaran, bahkan pada konsep-konsep yang kompleks. Leading dapat dilakukan melalui penguasaan kelas yang tenang namun tegas, serta penyampaian materi dengan gaya yang menarik dan menyenangkan. Ketika siswa sudah masuk ke kondisi pikiran yang siap menerima informasi, maka segala bentuk instruksi atau tugas yang diberikan guru akan lebih mudah dijalankan .

4. Menggunakan Kata-Kata Positif

Kata Dalam *Hypnoteaching*, kata-kata positif berfungsi sebagai sugesti yang membentuk pola pikir siswa . Kata-kata memiliki pengaruh besar terhadap pikiran bawah sadar. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk menggunakan kata-kata positif dan sugestif. Kata-kata positif dan sugestif dalam *hypnoteaching* adalah pilihan ucapan yang bermakna membangun, memberi semangat, serta mampu menumbuhkan keyakinan diri pada siswa.

Menurut Yandri, H. (2016), terdapat beberapa prinsip utama dalam menyusun skrip sugesti positif, yaitu:

a. Penggunaan Kata-Kata Positif

Sugesti harus disampaikan dengan kalimat yang membangun, menghindari penggunaan kata-kata negatif seperti "*jangan*", "*tidak*", dan "*hindari*". Sebagai contoh, daripada mengatakan "*Jangan takut gagal*", lebih efektif jika menggunakan "*Semakin kamu belajar, semakin percaya diri.*"

b. Pengulangan Seperlunya

Sugesti yang terlalu banyak diulang dapat mengurangi efektivitasnya. Oleh karena itu, pengulangan dilakukan dengan variasi kecil agar tetap

terasa alami, misalnya *"Semakin kamu fokus, semakin mudah memahami. Semakin kamu memahami, semakin kamu menikmati proses belajar."*

c. **Penggunaan Bentuk Waktu Sekarang (Present Tense) dan Penghindaran Kata "Akan"**

Bentuk waktu sekarang lebih kuat dalam membangun penerimaan sugesti dibandingkan dengan bentuk masa depan. Misalnya:

- a. Salah: *"Kamu akan menjadi pembaca yang hebat."*
- b. Benar : *"Kamu adalah pembaca yang hebat sekarang."*

d. **Sentuhan Emosi dan Imajinasi**

Sugesti akan lebih efektif jika melibatkan elemen emosional dan gambaran mental. Contohnya: *"Bayangkan dan rasakan dirimu membaca dengan lancar, setiap kata terasa jelas dan mudah dipahami, dan kamu merasa puas serta bangga dengan pencapaianmu."*

e. **Bentuk Kalimat Secara Progresif**

Sugesti dapat disusun secara bertahap agar lebih mudah diterima oleh siswa, misalnya: *"Kamu mulai merasa nyaman saat membaca. Setiap kata yang kamu pahami membuatmu lebih percaya diri. Sekarang, membaca terasa lebih menyenangkan bagi kamu."*

f. **Penggunaan Kalimat yang Bersifat Pribadi**

ugesti akan lebih kuat jika terasa personal bagi siswa. Oleh karena itu, penting menggunakan kata-kata seperti *"Kamu"*, *"Dirimu"*, untuk membangun hubungan yang lebih dekat.

g. **Menyesuaikan Pemilihan Kata dengan Pemahaman Siswa** Bahasa yang digunakan dalam sugesti harus sesuai dengan cara berpikir dan gaya komunikasi siswa agar lebih mudah diterima. Jika siswa menyukai permainan, sugesti dapat dibuat seperti: *"Belajar itu seperti bermain game. Semakin kamu berlatih, semakin kamu ahli."*

5. **Memberikan Pujian**

Pujian merupakan bagian penting dalam hypnoteaching. Memberikan pujian dapat meningkatkan rasa percaya diri dan semangat belajar siswa. Namun, jika diperlukan, hukuman juga

tetap relevan asalkan dilakukan secara bijaksana tanpa merusak motivasi dan harga diri peserta didik. Pujian membantu memperkuat perilaku positif, sedangkan hukuman harus tetap mendidik dan proporsional. Misalnya, ketika seorang siswa berhasil menyelesaikan tugas dengan baik, guru bisa mengatakan, “Saya senang kamu bisa menyelesaikan tugas ini dengan tepat waktu.” Respons seperti ini memberikan penghargaan atas usaha siswa dan mendorongnya untuk terus berprestasi

6. Modelling (Menjadi Teladan)

Guru harus menjadi contoh yang baik bagi peserta didik. Sikap, perilaku, dan gaya komunikasi guru akan sangat memengaruhi cara siswa belajar dan berinteraksi. Modelling membantu membangun hubungan yang harmonis antara guru dan siswa serta meningkatkan kredibilitas guru sebagai panutan. Sebagai contoh, jika guru sering terlihat sabar, santun, dan antusias dalam menyampaikan materi, maka siswa pun akan cenderung meniru sikap-sikap positif tersebut. Model perilaku yang baik dari guru sangat penting dalam membangun iklim belajar yang kondusif dan saling menghargai

7. Penguasaan Materi dan Penyampaian

Guru yang menguasai materi dengan baik dapat menyampaikannya dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh peserta didik. Penggunaan berbagai metode penyampaian, seperti cerita, analogi, atau media pembelajaran yang inovatif, dapat membuat materi lebih menarik dan memudahkan peserta didik dalam memahami konsep yang diajarkan. Hal ini juga dapat meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran. Guru bisa menggunakan media pembelajaran yang menarik, seperti musik latar, visualisasi, atau cerita inspiratif, agar suasana belajar semakin hidup dan interaktif. Semua faktor pendukung ini bertujuan untuk memastikan bahwa metode hypnoteaching dapat diterapkan secara optimal dan memberikan manfaat yang nyata bagi peserta didik

Berdasarkan penjelasan di atas, langkah-langkah hypnoteaching dimulai dengan niat dan motivasi, di mana guru harus memiliki tujuan yang jelas serta semangat dalam membimbing siswa. Pacing dilakukan dengan

menyelaraskan bahasa tubuh, ekspresi, dan pola pikir guru dengan peserta didik, menciptakan kenyamanan serta meningkatkan penerimaan materi. Setelah itu, leading berfungsi sebagai pengendalian yang membantu siswa menerima informasi dengan lebih mudah. Selain itu, guru menggunakan kata-kata positif untuk membangun suasana kelas yang kondusif serta mendorong kepercayaan diri siswa, sementara modelling menunjukkan perilaku positif yang dapat ditiru oleh peserta didik. Pemberian pujian menjadi bagian penting dalam meningkatkan motivasi siswa. Guru yang menguasai materi dengan baik akan mampu menyampaikannya dengan lebih menarik. Dengan penerapan yang tepat, hypnoteaching dapat menjadi metode yang sangat efektif bagi guru dan peserta didik.

g. **Kelebihan dan Kekurangan Metode Hypnoteaching.**

Menurut Yustisia (2012) kelebihan dan Kekurangan Metode Hypnoteaching dapat dijelaskan sebagai berikut

Kelebihan Hypnoteaching:

1. **Pengembangan Potensi Siswa** – Metode ini memungkinkan peserta didik berkembang secara optimal sesuai dengan minat dan bakat mereka.
2. **Variasi dalam Pembelajaran** – Guru dapat menciptakan proses belajar yang lebih bervariasi, sehingga menghindari kejenuhan.
3. **Pembelajaran yang Dinamis** – Interaksi antara guru dan siswa menjadi lebih aktif serta positif.
4. **Meningkatkan Pemahaman** – Siswa lebih mudah memahami materi karena motivasi belajar yang lebih tinggi.
5. **Pembelajaran Aktif** – Siswa terlibat langsung dalam proses belajar, bukan sekadar penerima informasi pasif.
6. **Pemantauan Intensif** – Guru dapat lebih cermat dalam mengamati perkembangan siswa secara individual.
7. **Mendorong Imajinasi dan Kreativitas** – Siswa diajak untuk berpikir kreatif dan berimajinasi secara bebas.
8. **Lingkungan Belajar yang Menyenangkan** – Suasana kelas lebih positif dan mendukung antusiasme siswa untuk belajar.

9. Meningkatkan Fokus – Dengan pendekatan yang menarik, siswa bisa berkonsentrasi penuh terhadap materi yang disampaikan. **Kekurangan**

Hypnoteaching:

- 1. Keterbatasan Sarana dan Prasarana** – Banyak sekolah belum memiliki fasilitas yang mendukung pelaksanaan hypnoteaching secara optimal.
- 2. Jumlah Siswa yang Besar** – Dalam kelas yang besar, guru mengalami kesulitan memberikan perhatian secara individual kepada setiap siswa.
- 3. Proses Penerapan yang Tidak Instan** – Hypnoteaching membutuhkan pelatihan berulang agar guru bisa menerapkannya dengan efektif.
- 4. Masih Terbatas dalam Penggunaan** – Metode ini masih tergolong baru dan belum banyak digunakan oleh guru di Indonesia

3. Pembelajaran Bahasa Indonesia di SDIT

a. Pengertian Pembelajaran Bahasa Indonesia di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT)

Pembelajaran Bahasa Indonesia di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) memiliki makna yang mendalam dalam membentuk identitas diri, pemahaman budaya, dan keterampilan komunikasi siswa. Bahasa Indonesia tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi formal tetapi juga sebagai media untuk mengembangkan kepribadian, kecerdasan emosional, dan pemahaman multikultural. Tujuan utamanya adalah membantu peserta didik memahami diri mereka sendiri, mengenal budaya lokal yang menjadi akar identitas bangsa, serta menghargai keragaman budaya masyarakat lain. Hal ini sejalan dengan pandangan Depdiknas tahun 2007 yang dikutip oleh Anzar (2017), bahwa pembelajaran Bahasa Indonesia bertujuan meningkatkan kemampuan siswa untuk berkomunikasi secara efektif dan benar, baik secara lisan maupun tulisan, sekaligus menumbuhkan apresiasi terhadap karya sastra sebagai warisan budaya nasional.

Dalam konteks SDIT, Bahasa Indonesia memiliki posisi strategis sebagai mata pelajaran wajib yang diajarkan di semua jenjang pendidikan. Menurut Mulyati (Syatauw, 2020), pembelajaran Bahasa Indonesia di SDIT tidak hanya berfokus pada aspek linguistik tetapi juga pada pengembangan

nilai-nilai moral dan spiritual yang selaras dengan pendekatan pendidikan Islam terpadu. Kurikulum Bahasa Indonesia di SDIT mencakup empat keterampilan inti: menyimak, membaca, berbicara, dan menulis. Siswa diharapkan menguasai keempat keterampilan tersebut secara holistik agar mampu berkomunikasi sesuai konteks penggunaan bahasa Indonesia sebagai bahasa resmi negara.

Fatra (2016) menegaskan bahwa penguasaan empat keterampilan berbahasa merupakan fondasi penting dalam pembelajaran Bahasa Indonesia. Siswa tidak hanya dilatih untuk berbicara atau menulis secara teknis tetapi juga harus menjadi penyimak yang aktif, pembaca yang kritis, dan penulis yang mampu menyusun teks dengan struktur jelas dan ejaan yang benar. Tarigan (Fatra, 2016) menambahkan bahwa kemampuan menggunakan ragam bahasa yang tepat dalam situasi tertentu, seperti formal atau informal, merupakan bagian dari keterampilan berbahasa yang harus dikuasai. Selain itu, terampil menggunakan bahasa dengan benar berarti siswa mampu mengikuti kaidah tata bahasa, struktur kalimat, dan pemilihan kosakata yang sesuai dengan norma bahasa Indonesia.

Ali (2020) menjelaskan bahwa di SDIT, Bahasa Indonesia berperan lebih dari sekadar alat komunikasi. Mata pelajaran ini menjadi sarana untuk mengembangkan aktivitas belajar siswa secara menyeluruh, termasuk pemahaman konsep pelajaran lain melalui penggunaan bahasa yang logis dan kreatif. Astutik (2020) menambahkan bahwa pembelajaran Bahasa Indonesia membantu siswa dalam mengeksplorasi identitas diri, memahami budaya lokal dan global, menyampaikan gagasan dan perasaan, serta berpartisipasi aktif dalam masyarakat yang menggunakan bahasa tersebut. Selain itu, pembelajaran ini mendorong pengembangan kemampuan analitis dan imajinatif yang ada dalam diri setiap individu.

Keterampilan berbicara merupakan elemen penting dalam pembelajaran Bahasa Indonesia, tetapi tidak boleh mengabaikan keterampilan lain seperti menyimak, membaca, menulis, serta pemahaman unsur kebahasaan dan sastra. Kombinasi keterampilan ini memungkinkan siswa

berkomunikasi secara efektif dalam situasi formal (misalnya, pidato, diskusi kelas) maupun informal (percakapan sehari-hari). Dengan demikian, pembelajaran Bahasa Indonesia di SDIT tidak hanya bertujuan pada penguasaan keterampilan linguistik tetapi juga pada pembentukan karakter, kritis berpikir, kreativitas, dan sikap positif terhadap budaya dan sastra bangsa. Pendidikan ini menjadi fondasi penting dalam menciptakan siswa yang mampu berpikir logis, memiliki empati tinggi, dan mampu beradaptasi dalam masyarakat multikultural.

b. Tujuan Pembelajaran Bahasa Indonesia di SDIT

Menurut Ali, M. (2020), pembelajaran Bahasa Indonesia pada hakikatnya adalah proses pembelajaran yang bertujuan untuk membekali peserta didik dengan keterampilan berbahasa Indonesia yang baik dan benar sesuai dengan tujuan serta fungsinya. Hal ini menjadi sangat penting karena bahasa bukan hanya sekadar alat komunikasi, tetapi juga merupakan sarana untuk berpikir, berekspresi, dan membangun identitas diri serta budaya bangsa. Oleh karena itu, pembelajaran Bahasa Indonesia diarahkan untuk mencapai beberapa tujuan utama yang tidak hanya bersifat akademis, tetapi juga moral, sosial, dan budaya.

1. Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Secara Efektif dan Efisien

Salah satu tujuan utama dari pembelajaran Bahasa Indonesia adalah agar peserta didik mampu berkomunikasi secara efektif dan efisien baik secara lisan maupun tulisan. Ini berarti siswa harus dapat menyampaikan informasi atau gagasan dengan jelas, santun, dan mudah dipahami oleh orang lain. Selain itu, mereka juga harus mampu menggunakan bahasa Indonesia secara tepat sesuai dengan konteks situasi komunikasi, baik dalam percakapan sehari-hari, diskusi kelas, pidato, maupun dalam bentuk tulisan seperti esai, laporan, dan surat resmi. Dengan kemampuan ini, siswa akan lebih mudah berinteraksi dalam lingkungan pendidikan, masyarakat, hingga dunia kerja di masa depan.

2. Menumbuhkan Rasa Bangga dan Menghargai Bahasa Indonesia sebagai Bahasa Persatuan dan Negara

Bahasa Indonesia memiliki peran strategis sebagai simbol persatuan dan kesatuan bangsa Indonesia yang multietnis dan multibudaya. Oleh karena itu, salah satu tujuan pembelajaran Bahasa Indonesia adalah menumbuhkan rasa kebanggaan dan penghargaan terhadap bahasa nasional. Siswa diharapkan tidak hanya mampu menggunakan Bahasa Indonesia secara baik dan benar, tetapi juga merasa bahwa bahasa ini adalah bagian dari identitas nasional yang harus dilestarikan dan digunakan dalam berbagai aspek kehidupan. Melalui pemahaman ini, siswa akan lebih sadar akan pentingnya menjaga keutuhan budaya dan nilai-nilai kebangsaan melalui penguasaan dan penggunaan bahasa yang benar.

3. Memahami Bentuk, Makna, dan Fungsi Bahasa Indonesia

Ali (2020) j menyebutkan bahwa pembelajaran Bahasa Indonesia ditujukan untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang struktur bahasa, makna, serta fungsi Bahasa Indonesia dalam berbagai konteks penggunaannya. Siswa diharapkan mampu menggunakan bahasa secara kreatif dan inovatif untuk berbagai tujuan, termasuk menyampaikan informasi, menulis cerita, membuat laporan, atau menyusun argumen. Tujuan ini menekankan pentingnya pemahaman mendalam tentang tata bahasa, kosa kata, ejaan, dan struktur kalimat yang benar sehingga siswa mampu berkomunikasi dengan baik dan profesional.

4. Meningkatkan Kemampuan Intelektual, Emosional, dan Sosial

Selain kemampuan linguistik, pembelajaran Bahasa Indonesia juga memiliki tujuan untuk meningkatkan perkembangan intelektual, emosional, dan sosial siswa. Dengan belajar bahasa, siswa dilatih untuk berpikir logis, kritis, dan kreatif. Mereka diajak untuk membaca teks dengan pemahaman mendalam, menganalisis isi bacaan, serta menuangkan ide-ide dalam bentuk tulisan. Di sisi lain, pembelajaran ini

juga membantu siswa dalam memahami emosi diri sendiri dan orang lain melalui ekspresi dalam sastra dan cerita. Dalam konteks sosial, pembelajaran Bahasa Indonesia membantu siswa berinteraksi dengan teman sebaya, guru, dan masyarakat secara lebih baik, serta mendorong sikap toleransi, kerjasama, dan empati.

5. Menumbuhkan Disiplin dalam Berpikir dan Berbahasa

Pembelajaran Bahasa Indonesia juga memiliki tujuan untuk menumbuhkan disiplin dalam berpikir dan berbahasa. Keterampilan menyimak, berbicara, membaca, dan menulis tidak hanya dilihat sebagai aktivitas teknis, tetapi juga sebagai latihan untuk berpikir sistematis dan terstruktur. Siswa harus mampu menyusun pikiran secara logis saat berbicara atau menulis, serta mampu memahami informasi secara runtut saat membaca atau menyimak. Disiplin dalam berbahasa ini menjadi dasar bagi kemampuan akademik dan profesional di masa depan.

6. Menikmati dan Memanfaatkan Karya Sastra untuk Pengembangan Diri

Sebagai bagian integral dari pembelajaran Bahasa Indonesia, sastra memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kepribadian siswa. Tujuan pembelajaran ini adalah agar siswa mampu menikmati dan mengapresiasi karya sastra sebagai warisan budaya dan khazanah intelektual bangsa Indonesia. Melalui karya sastra, siswa diajak untuk memahami nilai-nilai moral, estetika, dan budaya yang terkandung di dalamnya. Selain itu, pembelajaran sastra juga mendorong siswa untuk berkreativitas, berekspresi, dan mengembangkan imajinasi serta daya analisis mereka. Dengan demikian, karya sastra tidak hanya menjadi bahan bacaan, tetapi juga sarana pengembangan diri yang mendalam.

7. Membentuk Generasi Berkarakter dan Cinta Budaya Nasional

Bahasa Indonesia adalah salah satu pilar utama dalam membentuk karakter warga negara yang berkepribadian kuat, cinta budaya nasional, dan memiliki jiwa patriotik. Oleh karena itu, tujuan pembelajaran Bahasa Indonesia juga mencakup pembentukan generasi yang tidak hanya pandai berbahasa, tetapi juga memiliki sikap tanggung jawab,

etika berbahasa yang baik, serta peduli terhadap nilai-nilai keadilan, demokrasi, dan persatuan bangsa. Dengan demikian, pembelajaran Bahasa Indonesia menjadi sarana penting dalam membentuk manusia Indonesia yang utuh, baik secara intelektual maupun moral.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Bahasa Indonesia di sekolah dasar memiliki tujuan yang sangat luas dan holistik. Tidak hanya terbatas pada penguasaan keterampilan linguistik, tetapi juga mencakup pengembangan karakter, apresiasi budaya, dan pembentukan identitas nasional. Dengan mencapai tujuan-tujuan tersebut, siswa akan menjadi individu yang mampu berkomunikasi secara efektif, memiliki kecintaan terhadap budaya bangsa, serta mampu berpartisipasi aktif dalam masyarakat multibudaya dan global.

c. **Aspek Pembelajaran Bahasa Indonesia di SDIT**

Menurut Nani (2019), pembelajaran Bahasa Indonesia di sekolah tidak hanya berfokus pada kemampuan teknis penggunaan bahasa, tetapi juga melibatkan aspek keterampilan yang harus dikembangkan secara menyeluruh. Terdapat empat pilar utama atau aspek penting dalam pembelajaran Bahasa Indonesia yang harus dikuasai oleh peserta didik agar mereka mampu menggunakan bahasa secara efektif dan bermakna sesuai konteks kehidupan mereka. Empat aspek tersebut adalah menyimak, berbicara, membaca, dan menulis , yang masing-masing memiliki karakteristik dan tujuan pembelajaran tersendiri.

1. Menyimak

Aspek pertama dalam pembelajaran Bahasa Indonesia adalah menyimak, yaitu kemampuan untuk mendengarkan informasi atau materi yang disampaikan secara lisan dengan penuh perhatian dan pemahaman. Kegiatan menyimak ini mencakup berbagai bentuk seperti mendengarkan berita dari media, mengikuti petunjuk atau instruksi dari guru, memahami dialog atau percakapan antar orang lain, serta menangkap isi pengumuman maupun perintah tertentu. Dalam prosesnya, siswa diharapkan tidak hanya menjadi pendengar pasif, tetapi juga mampu memberikan respon yang

tepat dan relevan sebagai bukti bahwa mereka telah memahami apa yang mereka dengar. Selain itu, aspek menyimak juga mencakup pengenalan dan apresiasi terhadap sastra lisan seperti dongeng, cerita anak-anak, cerita rakyat, pantun, serta drama anak-anak. Melalui aktivitas menyimak ini, siswa dilatih untuk meningkatkan daya pikir kritis, ketelitian, serta kemampuan memahami nuansa intonasi dan makna dalam komunikasi verbal.

2. Berbicara

Keterampilan kedua yang tidak kalah pentingnya adalah berbicara. Berbicara merupakan aktivitas ekspresif yang bertujuan untuk menyampaikan gagasan, perasaan, pikiran, serta pengalaman seseorang kepada orang lain secara jelas dan santun. Dalam pembelajaran Bahasa Indonesia, siswa dilatih untuk mampu mengungkapkan ide-idenya melalui berbagai bentuk, seperti menyampaikan sambutan, melakukan dialog atau percakapan, menyampaikan pesan singkat, menceritakan pengalaman sehari-hari, menjelaskan suatu peristiwa, tokoh, atau membuat laporan sederhana. Selain itu, siswa juga diajarkan untuk dapat berekspresi secara artistik melalui apresiasi sastra. Mereka dilibatkan dalam kegiatan menuliskan hasil karya sastra seperti dongeng, cerita anak-anak, cerita binatang, puisi anak-anak, syair lagu, pantun, dan naskah drama anak. Aktivitas ini membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan berpikir kreatif, keberanian tampil di depan umum, serta pengembangan rasa percaya diri.

3. Membaca

Aspek ketiga dalam pembelajaran Bahasa Indonesia adalah membaca. Keterampilan membaca sangat penting karena merupakan salah satu cara utama untuk memperoleh informasi dan pengetahuan. Dalam tahap awal pembelajaran, siswa belajar mengenai huruf, suku kata, kalimat, hingga paragraf secara bertahap. Selanjutnya, mereka akan mengembangkan kemampuan membaca berbagai jenis teks seperti bacaan informatif, tata tertib, pengumuman, artikel, dan lain sebagainya. Selain itu, siswa juga

dibiasakan untuk mengapresiasi dan mengekspresikan diri melalui karya sastra yang dibaca, seperti dongeng, cerita anak-anak, cerita rakyat, cerita binatang, puisi anak-anak, syair lagu, pantun, dan drama anak-anak. Tujuannya adalah agar siswa tidak hanya pandai membaca, tetapi juga mampu memahami makna yang terkandung dalam teks bacaan, serta meresponsnya secara kritis dan kreatif.

4. Menulis

Aspek terakhir dalam pembelajaran Bahasa Indonesia adalah menulis. Menulis merupakan proses menuangkan pikiran, gagasan, dan perasaan secara terstruktur dalam bentuk tulisan. Siswa SDIT diharapkan mampu menulis karangan naratif (cerita) dan normatif (deskriptif, eksposisi, argumentatif) dengan tulisan yang rapi, jelas, dan mudah dipahami oleh pembaca. Dalam prosesnya, siswa harus memperhatikan beberapa hal penting seperti tujuan penulisan, ragam pembaca, penggunaan ejaan dan tanda baca yang benar, serta pemilihan kosakata dan struktur kalimat yang tepat—baik kalimat tunggal maupun kalimat majemuk. Selain itu, siswa juga dilatih untuk mengapresiasi dan berekspresi melalui karya sastra tulis, seperti menulis cerita pendek, puisi anak, pantun, syair lagu, dan drama anak. Dengan latihan ini, siswa tidak hanya menjadi penulis yang baik, tetapi juga kreatif dan mampu menyampaikan gagasannya dengan baik dan sistematis

Berikut adalah elemen tabel kemampuan Bahasa Indonesia:

Elemen Kemampuan Berbahasa	Deskripsi Umum
Menyimak	Kemampuan menerima, memahami, dan memaknai informasi yang didengar dengan sikap yang baik.
Berbicara	Kemampuan menyampaikan ide, tanggapan, dan perasaan secara lisan dengan santun, serta mempresentasikan ide secara lancar, akurat, dan bertanggung jawab.
Membaca	Kemampuan memahami, menginterpretasi, dan

Elemen Kemampuan Berbahasa	Deskripsi Umum
	merefleksikan teks cetak, visual, dan/atau audiovisual sesuai tujuan dan minat.
Menulis	Kemampuan menyampaikan ide, tanggapan, dan perasaan dalam bentuk tulisan secara lancar, akurat, dan bertanggung jawab.

Tabel 2.2 : Elemen Kemampuan Berbahasa

4. Implementasi Metode *Hypnoteaching* dalam Meningkatkan Mutu Pembelajaran Bahasa Indonesia

Dalam dunia pendidikan, kualitas pembelajaran yang diberikan sangat penting untuk meningkatkan kompetensi siswa. Selain itu, metode pengajaran yang digunakan juga berperan penting dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran. Salah satu metode pengajaran yang sedang berkembang saat ini adalah metode *Hypnoteaching*. Metode *Hypnoteaching* adalah metode pengajaran yang menggunakan teknik hipnosis dalam proses pembelajaran. Teknik hipnosis digunakan untuk membantu siswa memasuki keadaan relaksasi dan fokus saat belajar. Dalam keadaan ini, siswa lebih mudah menyerap informasi yang diberikan dan memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap materi pembelajaran.

Penggunaan teknik hipnosis dalam pendidikan memang masih kontroversial. Namun, beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa teknik hipnosis dapat efektif dalam meningkatkan kemampuan belajar siswa, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan motivasi belajar. Dengan demikian, penggunaan teknik hipnosis dalam pendidikan dapat menjadi alternatif metode pengajaran yang efektif untuk membantu siswa mencapai potensi belajar terbaik mereka. Sebagai langkah awal dalam pengembangan metode *Hypnoteaching*, banyak sekolah dan institusi pendidikan telah mulai mengimplementasikan teknik hipnosis dalam proses pembelajaran. Dalam Implementasi Metode *Hypnoteaching*, diperlukan pengembangan program yang sistematis dan terstruktur untuk memastikan bahwa

teknik hipnosis digunakan secara aman dan efektif. Oleh karena itu, penelitian tentang Implementasi Metode *Hypnoteaching* dalam meningkatkan mutu pembelajaran sangat penting untuk dilakukan. Penelitian ini dapat membantu mengidentifikasi efektivitas metode *Hypnoteaching* dan mengembangkan program yang tepat untuk Implementasi Metode ini dalam proses pembelajaran. Berikut adalah beberapa langkah yang dapat dilakukan tentang Implementasi Metode *Hypnoteaching* dalam meningkatkan mutu pembelajaran:

a. Perencanaan *Hypnoteaching* dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia

Perencanaan pembelajaran merupakan salah satu komponen penting dalam proses pendidikan. Ia berfungsi sebagai fondasi untuk mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Menurut Hamzah B. Uno (2009:2), perencanaan adalah suatu metode yang bertujuan memastikan kelancaran pelaksanaan kegiatan melalui langkah-langkah antisipatif, sehingga kesenjangan antara rencana dan hasil dapat diminimalkan, serta tujuan akhir dari pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Abdul Majid (2008) menyatakan bahwa perencanaan pembelajaran mencakup proses penyusunan materi pengajaran, pemilihan media pembelajaran yang relevan, penerapan pendekatan dan metode pembelajaran yang tepat, serta penilaian hasil belajar dengan alokasi waktu yang sesuai. Proses ini dilakukan dalam jangka waktu tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dalam praktiknya, perencanaan pembelajaran melibatkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Menurut Haryono, P.U.J.I. (2022), perencanaan pembelajaran menggunakan metode *Hypnoteaching* melibatkan beberapa tahapan penting, yaitu:

1. Persiapan Mental

Persiapan mental menjadi langkah awal yang sangat penting dalam *hypnoteaching*. Guru harus memiliki ketenangan emosional, kepercayaan diri, dan pola pikir positif sebelum memulai proses pembelajaran. Hal ini karena guru akan memberikan sugesti dan stimulus kepada siswanya, dan

jika mental guru tidak siap, maka pesan yang disampaikan akan kurang efektif. Selain itu, kondisi mental guru juga memengaruhi atmosfer kelas secara keseluruhan. Jika guru tenang dan percaya diri, suasana kelas akan lebih nyaman dan siswa merasa aman untuk belajar.

2. Persiapan Fisik

Selain mental, kondisi fisik guru dan siswa juga harus diperhatikan. Tubuh yang sehat dan energik membuat guru lebih aktif, dinamis, dan mampu mengelola kelas dengan baik. Untuk siswa, persiapan fisik bisa dilakukan melalui aktivitas ringan seperti senam otak atau gerakan pemanasan sebelum pembelajaran dimulai. Tujuannya adalah untuk meningkatkan sirkulasi darah ke otak dan membangkitkan antusiasme belajar. Dengan tubuh yang segar, baik guru maupun siswa akan lebih fokus dan siap menerima materi pelajaran.

3. Menentukan Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran adalah arah dari seluruh aktivitas belajar- mengajar. Dalam *hypnoteaching*, tujuan pembelajaran harus dirumuskan secara jelas, spesifik, dan terukur agar strategi pengajaran dapat disesuaikan. Tujuan ini mencakup perubahan kompetensi yang diharapkan pada siswa, baik dalam ranah pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Dengan adanya tujuan yang jelas, guru dapat memilih teknik sugesti, media, dan metode yang paling tepat untuk membantu siswa mencapai hasil belajar yang optimal.

4. Persiapan Bahan Ajar

Bahan ajar adalah segala sesuatu yang digunakan sebagai alat bantu dalam penyampaian materi pembelajaran. Dalam *hypnoteaching*, bahan ajar harus dirancang menarik, mudah dipahami, dan relevan dengan minat serta kemampuan siswa. Contoh bahan ajar bisa berupa modul, buku referensi, presentasi visual, cerita hidup, atau bahkan analogi dan metafora yang bersifat sugestif. Dengan bahan ajar yang menarik, siswa akan lebih tertarik dan termotivasi untuk belajar, serta lebih mudah mengingat dan memahami materi.

5. Persiapan Metode Mengajar

Pemilihan metode mengajar merupakan salah satu elemen penting dalam *hypnoteaching*. Metode yang digunakan harus mampu menciptakan hubungan emosional antara guru dan siswa, serta memberikan ruang bagi masuknya sugesti positif ke dalam pikiran bawah sadar siswa. Menurut Yustisia (2012), *Hypnoteaching* dapat dikombinasikan dengan berbagai metode pembelajaran untuk meningkatkan efektivitas pengajaran.

- a. Metode ceramah dan tanya jawab memungkinkan guru menyampaikan materi secara sistematis sambil melibatkan siswa dalam interaksi aktif.
 - b. Metode diskusi membantu siswa mengeksplorasi konsep secara lebih mendalam melalui tukar pendapat.
 - c. Metode kerja kelompok mendorong kolaborasi, sedangkan metode demonstrasi memungkinkan visualisasi konsep secara konkret.
 - d. Metode eksperimen memberikan pengalaman langsung dalam memahami materi, sedangkan
 - e. Metode pemberian tugas memperkuat pemahaman melalui latihan mandiri. Dengan kombinasi ini, *Hypnoteaching* dapat menciptakan suasana belajar yang lebih dinamis, interaktif, dan efektif.
- Dengan metode yang tepat, proses pembelajaran menjadi lebih hidup, menyenangkan, dan mendalam.

6. Persiapan Media Pembantu

Media pembelajaran berfungsi sebagai alat bantu untuk menyampaikan pesan edukatif secara lebih efektif dan menarik. Dalam *hypnoteaching*, media bisa digunakan untuk merangsang indra siswa dan memudahkan mereka dalam menerima informasi. Contoh media yang bisa digunakan antara lain:

- a. Gambar atau ilustrasi
- b. Musik atau audio relaksasi
- c. Video pembelajaran
- d. Alat peraga konkret

Pemilihan media harus disesuaikan dengan karakteristik siswa dan tujuan pembelajaran agar dampak sugestif dari pembelajaran dapat tercapai secara maksimal.

7. Rencana Evaluasi

Rencana Evaluasi merupakan tahap yang sangat penting dalam perencanaan pembelajaran *hypnoteaching*, karena berfungsi untuk menilai sejauh mana tujuan pembelajaran telah tercapai. Rencana evaluasi bertujuan untuk mengukur apakah perubahan positif terjadi pada siswa, baik secara kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Dalam konteks *hypnoteaching*, evaluasi tidak hanya mengandalkan tes tertulis untuk menilai pemahaman materi, tetapi juga melibatkan observasi langsung terhadap sikap, partisipasi, dan respons emosional siswa selama pembelajaran berlangsung. Hal ini penting untuk menilai bagaimana siswa merespons suasana belajar yang diciptakan, serta seberapa dalam mereka terlibat dalam proses pembelajaran. Selain itu, evaluasi juga dapat mencakup pengamatan terhadap bagaimana teknik sugesti dan relaksasi mempengaruhi motivasi dan keterlibatan siswa. Hasil dari evaluasi ini akan menjadi dasar untuk merefleksikan keberhasilan proses pembelajaran yang telah dilakukan, serta sebagai acuan untuk perbaikan dan penyesuaian dalam implementasi metode *hypnoteaching* di masa yang akan datang, guna meningkatkan efektivitas pembelajaran.

Perencanaan pembelajaran menggunakan metode *hypnoteaching* merupakan proses yang holistik dan mendalam. Tidak hanya sekadar menyampaikan materi, guru dituntut untuk menciptakan suasana belajar yang harmonis, penuh sugesti positif, dan mampu menyentuh pikiran bawah sadar siswa. Dengan menjalani semua tahapan perencanaan secara matang mulai dari persiapan mental dan fisik hingga evaluasi guru dapat memastikan bahwa pembelajaran berlangsung secara efektif dan menyenangkan, serta meninggalkan dampak jangka panjang pada perkembangan siswanya.

b. Pelaksanaan Implementasi Metode Hypnoteaching dalam Meningkatkan Mutu Pembelajaran Bahasa Indonesia

Menurut N Yustisia (2012), pelaksanaan kegiatan pembelajaran terbagi dalam tiga tahap utama: kegiatan awal, inti, dan akhir. Pada tahap awal, guru mengucapkan salam untuk membangun keterhubungan, kemudian memberikan pertanyaan ajaib guna merangsang rasa ingin tahu siswa. Guru juga menciptakan suasana belajar yang nyaman dan melakukan apersepsi dengan mengaitkan materi sebelumnya sebelum menyampaikan tujuan pembelajaran. Menurut Nani, (2019) inti pembelajaran terdiri dari menyimak, berbicara, membaca, dan menulis. Di tahap akhir, guru mengulang tujuan pembelajaran, membahas evaluasi bersama siswa, dan menutup pelajaran dengan salam, menciptakan pengalaman belajar yang reflektif dan bermakna.

Menurut Puji Haryono, P. U. J. I. (2022), pembelajaran dengan Hypnoteaching terdiri dari tiga tahap: pembukaan, inti, dan penutup. Pembukaan dimulai dengan doa, tepuk bernyanyi, motivasi, serta pengulangan materi sebelumnya sebelum menyampaikan tujuan pembelajaran. Inti menekankan interaksi aktif, dengan guru memberikan pujian, motivasi, dan berkeliling berinteraksi langsung dengan siswa. Penutup mencakup pemberian tugas, ulasan materi, refleksi siswa, serta penguatan konsep oleh guru. Sesi ditutup dengan doa dan salam, menciptakan akhir pembelajaran yang positif dan bermakna bagi siswa. Metode ini bertujuan meningkatkan keterlibatan dan efektivitas belajar secara menyeluruh.

Syafii (2017), menguatkan penerapan Hypnoteaching dalam pembelajaran mencakup tiga tahap utama. Kegiatan awal dimulai dengan doa, diikuti dengan teknik relaksasi, di mana siswa duduk dengan nyaman, berfokus pada suara guru, dan melakukan pernapasan teratur. Guru memberikan sugesti positif agar siswa merasa rileks dan siap menerima pelajaran. Setelah mencapai kondisi optimal, siswa dibangunkan perlahan, lalu guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan melakukan apersepsi. Tahap inti menurut Nani, (2019) terdiri dari menyimak, berbicara, membaca, dan menulis. Pada kegiatan akhir, guru memberikan tugas sebagai bentuk tanggung

jawab siswa, serta menyampaikan motivasi agar mereka menyelesaikannya dengan baik. Pembelajaran ditutup dengan salam, memperkuat nilai disiplin dan semangat belajar.

Menurut Lailatul Badriyah ,(2019), pembelajaran dengan metode Hypnoteaching diawali pembukaan yaitu dengan salam, menanyakan kehadiran siswa, memberikan motivasi, serta melakukan apersepsi terhadap materi sebelumnya. Guru kemudian melakukan pacing agar siswa lebih siap, lalu menyampaikan tujuan pembelajaran menggunakan PowerPoint. Pada tahap inti, guru melakukan leading, mengajukan pertanyaan yang menggugah pemahaman, menggunakan kata-kata positif, memberikan pujian kepada siswa, serta melakukan modeling. Hasil diskusi dibahas bersama, dan siswa diberikan kesempatan untuk bertanya. Tahap penutup mencakup pengerjaan soal evaluasi, pembahasan jawaban, penjelasan materi berikutnya, serta salam sebagai bentuk penghormatan dan penutup kelas.

Menurut Navis (2013), **relaksasi** bagi peserta didik berperan penting dalam meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar. Metode ini membantu membuka critical area dalam pikiran mereka, memungkinkan penerimaan informasi atau materi dengan lebih mudah. **Body Relaksasi** Guru mengajak peserta didik untuk rileks sejenak, melepaskan ketegangan otot serta emosi yang terpendam. Mereka diarahkan untuk duduk dengan nyaman, merapatkan paha dan kaki ke lantai, serta menjaga punggung tegak namun tetap santai. Kedua tangan diletakkan di atas paha, menciptakan rasa nyaman dan relaksasi penuh. **Focusing** Saat siswa sudah merasa tenang, guru mulai mengarahkan fokus mereka dengan sugesti positif. Langkah ini bertujuan untuk membantu peserta didik mengonsentrasikan pikiran mereka secara maksimal, sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif dan mudah dipahami.

Menurut Permendikbud Nomor 103 Tahun 2013 , pelaksanaan pembelajaran, termasuk pembelajaran Bahasa Indonesia terdiri dari **pembukaan, inti dan penutup**. Dalam pelaksanaan hypnoteaching dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pembukaan

Pada kegiatan pembelajaran diawali dengan niat tulus dari guru sebagai pendidik untuk memberikan ilmu dengan sepenuh hati. Niat ini menjadi dasar kuat bagi motivasi diri guru agar dapat menghadirkan suasana belajar yang positif dan menyenangkan. Selain itu, salam dan doa pembuka juga menjadi elemen penting untuk membuka ruang pembelajaran dengan penuh berkah serta ketenangan batin. Melalui doa singkat, guru dan siswa sama-sama memohon petunjuk dan kemudahan dalam menyerap ilmu pengetahuan.

Setelah itu, guru mulai menciptakan kedekatan emosional dan kenyamanan psikologis dengan siswa melalui teknik *pacing* dan *ice breaking*. Dalam *pacing verbal*, guru menyapa siswa dengan hangat, menanyakan kabar mereka hari ini, serta melakukan absensi dengan cara yang tidak kaku. Bahasa yang digunakan ramah dan sederhana, intonasi suara bersahabat, serta gaya bahasa disesuaikan dengan preferensi belajar masing-masing siswa—apakah visual (belajar melalui gambar), auditori (melalui suara atau ucapan), atau kinestetik (melalui gerak dan aktivitas fisik).

Pada *pacing non-verbal*, guru menunjukkan senyuman yang tulus dan alami, menjaga postur tubuh yang terbuka dan mendukung komunikasi, serta menggunakan ekspresi wajah yang ramah dan gestur yang mengundang keakraban. Penampilan guru juga menjadi perhatian karena akan sangat memengaruhi persepsi siswa tentang sosok guru. Selanjutnya, *ice breaking* dilakukan untuk membangun suasana yang cair dan menyenangkan. Kegiatan seperti yell kelompok, nyanyian ringan, tepukan ritmik, cerita lucu, games edukatif, tebak-tebakan, atau kuis interaktif digunakan untuk memecah kebekuan dan meningkatkan antusiasme siswa terhadap pelajaran.

Sebagai tahap selanjutnya, guru memberikan apersepsi materi untuk menghubungkan pengalaman atau pengetahuan lama siswa dengan

topik baru yang akan dipelajari. Untuk merangsang rasa ingin tahu, guru juga mengajukan pertanyaan pemantik atau “ajaib” yang menggugah pemikiran kritis siswa. Setelah itu, tujuan pembelajaran dijelaskan secara jelas dan menarik melalui teknik *leading* , sehingga siswa memiliki gambaran yang utuh tentang apa yang akan mereka pelajari hari ini dan manfaatnya bagi kehidupan mereka.

Agar siswa siap secara mental dan emosional, guru menerapkan teknik relaksasi ringan seperti mengatur posisi duduk yang nyaman, latihan pernapasan teratur untuk menenangkan pikiran, fokus pada suara lembut guru, serta pemberian sugesti motivasi yang membantu siswa masuk ke kondisi belajar optimal.

2. Kegiatan Inti

Fase inti pembelajaran dikembangkan melalui empat aspek penting: **menyimak, berbicara, membaca, dan menulis** , yang disusun secara bertahap dan holistik sesuai prinsip pembelajaran aktif dan bermakna.

Dalam **menyimak** , guru memulai dengan memutar audio pengantar berupa musik atau narasi dengan nada lembut dan sugestif untuk menciptakan suasana tenang dan fokus. Siswa diajak untuk memvisualisasikan cerita atau gambar yang relevan dengan materi, sehingga daya imajinasi mereka terstimulasi. Gaya belajar siswa pun disesuaikan; bagi siswa auditori, guru lebih banyak menggunakan suara dan penjelasan, sedangkan untuk siswa visual, guru menyertakan media gambar atau simbol. Materi yang disampaikan selalu dikaitkan dengan pengalaman nyata siswa agar mudah dipahami dan diingat. Pengulangan (*repetisi*) dilakukan untuk memperkuat pemahaman dan retensi informasi. Di akhir tahap menyimak, diskusi dilakukan untuk menggali makna lebih dalam dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk berbagi perspektif.

Pada komponen **berbicara** , guru menyesuaikan pendekatan komunikasi berdasarkan tipe kepribadian siswa—koleris (tangguh dan

dominan), melankolis (analitis dan perfeksionis), sanguinis (sosial dan ekspresif), atau plegmatis (tenang dan sabar). Guru memberikan contoh berbicara yang baik dan benar (*modeling*) agar siswa memiliki referensi yang jelas. Afirmasi positif sering diberikan untuk membangun rasa percaya diri siswa saat berbicara di depan umum. Latihan berbicara dilakukan melalui model cerita atau presentasi singkat, dan setiap upaya siswa selalu diapresiasi melalui pujian dan feedback konstruktif yang membantu mereka berkembang.

Dalam **membaca**, suasana dibuat tenang dan nyaman agar siswa berada dalam kondisi alpha—suatu kondisi optimal untuk menyerap informasi. Sebelum membaca, siswa diberi sugesti positif agar termotivasi dan yakin bahwa mereka mampu memahami isi bacaan. Bacaan tersebut dikaitkan dengan pengalaman hidup mereka sehingga lebih bermakna. Guru memberikan contoh membaca dengan lafal, intonasi, dan artikulasi yang jelas (*modeling*), lalu memandu siswa dalam membaca bersama maupun bergiliran. Gaya belajar visual dan kinestetik juga disentuh melalui penggunaan gambar, warna, dan gerak tangan saat membaca. Visualisasi isi teks membantu siswa memahami pesan secara lebih mendalam dan kreatif.

Pada tahap **menulis**, siswa diberi kesempatan untuk menuangkan ide mereka dalam suasana yang tenang dan bebas gangguan. Sebelum menulis dimulai, guru memberikan sugesti positif agar siswa tidak merasa tertekan dan percaya bahwa mereka mampu menghasilkan tulisan yang baik. Guru juga menampilkan contoh menulis yang baik dan benar, baik dalam hal struktur maupun penyajian. Ide-ide yang ditulis oleh siswa dikaitkan dengan pengalaman pribadi mereka, sehingga tulisan menjadi lebih otentik dan bermakna. Setelah selesai, hasil tulisan siswa diberikan apresiasi melalui pujian dan umpan balik yang membangun, guna memotivasi semangat menulis mereka di masa depan.

3. Penutup

Di akhir pembelajaran, guru dan siswa bersama-sama melakukan refleksi dan evaluasi untuk melihat sejauh mana pemahaman siswa telah tercapai. Refleksi ini bisa dilakukan dalam bentuk tanya jawab, penilaian diri, atau lembar refleksi singkat. Tugas diberikan sebagai bentuk tanggung jawab belajar siswa di luar kelas, sekaligus sebagai sarana penguatan materi yang telah dipelajari. Guru juga memberikan afirmasi dan pujian secara spesifik kepada siswa atas usaha mereka selama pembelajaran, baik dalam bentuk kata-kata maupun ekspresi non-verbal yang hangat. Hal ini bertujuan untuk menjaga semangat belajar dan membangun rasa percaya diri mereka. Kesimpulan materi dirumuskan bersama dengan melibatkan siswa secara aktif, sehingga mereka memiliki pemahaman yang utuh dan internalisasi nilai-nilai yang telah dibahas. Sebagai penutup, guru dan siswa bersama-sama mengucapkan doa penutup untuk menutup kegiatan pembelajaran dengan penuh hikmah dan rasa syukur. Doa ini juga menjadi sarana untuk memohon perlindungan dan limpahan ilmu yang bermanfaat. Kegiatan diakhiri dengan salam penutup yang hangat, menciptakan akhir pembelajaran yang harmonis, penuh makna, dan menginspirasi.

c. Evaluasi Implementasi Metode Hypnoteaching dalam Meningkatkan Mutu Pembelajaran Bahasa Indonesia

Evaluasi pembelajaran, menurut Soulisa et al. (2022), merupakan serangkaian kegiatan sistematis yang bertujuan untuk mengidentifikasi ketercapaian, kebermanfaatan, serta efektivitas proses pembelajaran. Evaluasi ini dilakukan untuk memastikan bahwa tujuan pembelajaran telah tercapai secara optimal dan memberikan manfaat nyata bagi peserta didik. Selain itu, evaluasi juga berfungsi sebagai alat untuk menilai sejauh mana metode dan strategi pembelajaran yang digunakan mampu menciptakan pengalaman belajar yang bermakna dan mendalam. Hasil evaluasi dapat menjadi umpan balik (*feedback*) bagi guru untuk melakukan perbaikan atau penyempurnaan dalam program pembelajaran, sehingga kualitas pendidikan secara keseluruhan dapat terus ditingkatkan. Dalam konteks sistem pembelajaran,

evaluasi tidak hanya sekadar akhir dari suatu proses, tetapi merupakan komponen penting yang harus dilalui oleh seorang guru untuk memahami efektivitas pembelajaran yang telah dilaksanakan.

Dalam pelaksanaannya, evaluasi pembelajaran melibatkan berbagai jenis penilaian seperti ulangan harian, ujian tengah semester, ujian akhir semester, ujian blok, tagihan, tes tulis, tes lisan, tes tindakan, dan lain-lain. Menurut Moh Sahlan (2015), guru membutuhkan alat ukur atau teknik evaluasi yang tepat untuk memperoleh informasi yang valid tentang hasil belajar peserta didik. Alat ukur tersebut dibedakan menjadi dua kelompok utama: tes dan non-tes. Oemar Hamalik (2013) menjelaskan bahwa *tes* merupakan kumpulan pertanyaan atau tugas yang dirancang untuk mengukur kemampuan, pengetahuan, atau sifat tertentu, di mana setiap butir soal memiliki jawaban yang dianggap benar. Tes dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis utama berdasarkan bentuknya, yaitu tes tertulis, tes unjuk kerja (*performance test*), dan tes lisan. Sementara itu, *non-tes* merujuk pada teknik evaluasi yang tidak menggunakan instrumen berupa soal jawaban, melainkan observasi, wawancara, angket/kuisisioner, daftar cek, skala sikap, dan skala laju perkembangan siswa. Teknik non-tes sangat berguna untuk mengukur aspek afektif dan psikomotorik yang sulit dinilai melalui tes formal.

Berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 2013 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 mengenai Standar Nasional Pendidikan, penilaian hasil belajar pada jenjang pendidikan dasar dan menengah terdiri atas tiga jenis, yaitu: (1) penilaian hasil belajar oleh pendidik; (2) penilaian hasil belajar oleh satuan pendidikan; dan (3) penilaian hasil belajar oleh pemerintah. Penilaian oleh pendidik dilakukan secara berkesinambungan untuk memantau proses, kemajuan, dan perbaikan hasil belajar peserta didik. Hal ini digunakan untuk menilai pencapaian kompetensi, menyusun laporan perkembangan belajar, serta meningkatkan kualitas pembelajaran. Sesuai dengan Permendikbud Nomor 53 Tahun 2015, penilaian hasil belajar oleh pendidik mencakup aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan, serta dilakukan secara terencana dan sistematis untuk memantau

perkembangan belajar siswa. Tujuan dari penilaian ini antara lain: (1) merangsang aktivitas belajar siswa; (2) mengetahui faktor-faktor penyebab kemajuan atau kegagalan belajar; (3) memberikan bimbingan sesuai dengan potensi dan bakat siswa; (4) mengumpulkan data perkembangan siswa bagi orang tua dan lembaga pendidikan; (5) memenuhi aspek akuntabilitas lembaga; (6) meningkatkan mutu pendidikan; dan (7) memperbaiki metode pembelajaran dan cara belajar yang digunakan.

Agar hasil evaluasi memiliki nilai yang objektif dan dapat dipertanggungjawabkan, penilaian harus dilakukan berdasarkan prinsip-prinsip tertentu. Prinsip-prinsip tersebut meliputi: sah (valid) — artinya data yang dikumpulkan benar-benar mencerminkan kemampuan yang dinilai; objektif — penilaian dilakukan berdasarkan standar dan prosedur yang jelas tanpa dipengaruhi subjektivitas penilai; adil — tidak ada diskriminasi terhadap latar belakang sosial, budaya, agama, gender, atau ras; terpadu — penilaian merupakan bagian integral dari proses pembelajaran; terbuka — prosedur dan kriteria penilaian transparan bagi semua pihak terkait; menyeluruh dan berkelanjutan — mencakup semua ranah kompetensi (kognitif, afektif, psikomotorik) dengan berbagai teknik penilaian; sistematis — dilakukan secara bertahap dan terencana; acuan kriteria — menggunakan ukuran pencapaian kompetensi yang ditetapkan; dan akuntabel — hasil penilaian dapat dipertanggungjawabkan baik dari segi teknik, prosedur, maupun hasilnya.

Menurut Anas Sujono (dalam Pettalangi, S. S., 2009), evaluasi pembelajaran terdiri dari tiga aspek utama, yaitu: **evaluasi program, evaluasi proses, dan evaluasi hasil pembelajaran**. *Evaluasi program* melibatkan penilaian terhadap **tujuan pembelajaran, isi program, dan strategi pembelajaran** yang digunakan. Tujuan pembelajaran dievaluasi untuk memastikan bahwa apa yang ingin dicapai sesuai dengan hasil yang diperoleh. Isi program dievaluasi untuk menilai relevansi dan kedalaman materi yang diajarkan, sedangkan strategi pembelajaran dievaluasi untuk mengukur efektivitas metode dalam menyampaikan materi kepada siswa. *Evaluasi*

proses mencakup tahapan pembelajaran, mulai dari pembukaan, inti, hingga penutup. Pembukaan dinilai dari cara guru membangun suasana belajar, menyampaikan tujuan pembelajaran, dan membangkitkan motivasi awal siswa. Tahap inti dinilai dari bagaimana guru menyajikan materi, menggunakan media, serta memfasilitasi interaksi dan partisipasi siswa. Sedangkan penutup dinilai dari kemampuan guru dalam memberikan rangkuman, mengecek pemahaman, serta memberikan penegasan atau rencana lanjutan. **Evaluasi hasil pembelajaran** melibatkan penilaian terhadap kepuasan dan pencapaian siswa dalam ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Kepuasan siswa menunjukkan apakah mereka merasa pembelajaran bermanfaat dan menyenangkan. Ranah kognitif mengukur tingkat pemahaman dan penguasaan konsep siswa. Ranah afektif mengamati perkembangan sikap, nilai, emosi, dan perilaku siswa selama proses pembelajaran. Sementara ranah psikomotorik menilai keterampilan motorik halus maupun kasar yang berkaitan dengan materi ajar.

Dalam praktiknya, berbagai teknik penilaian digunakan untuk mengukur keberhasilan siswa dalam mencapai standar kompetensi dan kompetensi dasar. Teknik-teknik tersebut meliputi: *tes tertulis* , *tes lisan* , *tes praktik/kinerja* , *observasi* , *penugasan individu atau kelompok* . Dalam pembinaan karakter, yang termasuk dalam ranah afektif, terdapat dua metode utama, yaitu observasi dan laporan diri . Observasi didasarkan pada asumsi bahwa karakteristik afektif seperti sikap dan nilai dapat diamati melalui perilaku nyata siswa, reaksi spontan, atau respons emosional. Metode laporan diri, meskipun lebih subjektif, mengandalkan pengakuan langsung dari siswa mengenai perasaan, keyakinan, atau sikap mereka sendiri. Namun, metode ini menuntut tingkat kejujuran yang tinggi dari peserta didik.

Penilaian asesmen ini mencakup seluruh metode dan teknik yang digunakan untuk menilai unjuk kerja individu atau kelompok peserta didik. Proses penilaian melibatkan pengumpulan bukti atau data yang menunjukkan pencapaian belajar siswa, baik secara akademik maupun non-akademik. Penilaian tidak hanya terbatas pada aspek siswa saja, tetapi juga mencakup evaluasi terhadap metode

mengajar, kurikulum, fasilitas, dan administrasi sekolah. Oleh karena itu, penilaian merupakan bagian tak terpisahkan dari keseluruhan proses pembelajaran dan pengembangan pendidikan.

d. Tindak Lanjut Evaluasi Hypnoteaching dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia

Setelah proses evaluasi pembelajaran dilakukan, langkah selanjutnya adalah melakukan tindakan untuk meningkatkan atau memperbaiki proses pembelajaran yang telah berlangsung. Tindak lanjut evaluasi pembelajaran merupakan tahapan penting yang terjadi setelah hasil evaluasi diterima. Proses ini memiliki tujuan utama untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik melalui upaya perbaikan dan penyempurnaan berbagai aspek pembelajaran. Keberhasilan suatu program pembelajaran dapat diukur melalui pelaksanaan tindak lanjut evaluasi secara efektif dan sistematis, yang biasanya melibatkan para guru, kepala sekolah, serta tenaga kependidikan lainnya.

Guru memegang peran sentral dalam tindak lanjut evaluasi pembelajaran. Mereka dapat menggunakan data hasil evaluasi untuk menilai efektivitas metode pengajaran yang digunakan, mengukur tingkat pemahaman siswa, serta mengidentifikasi area pembelajaran yang masih menjadi kendala. Dengan memahami temuan evaluasi tersebut, guru dapat menyusun rencana tindak lanjut yang mencakup strategi perbaikan, penyesuaian kurikulum, maupun penerapan metode pembelajaran yang lebih sesuai dengan kebutuhan siswa. Kepala sekolah juga memiliki tanggung jawab besar dalam proses ini. Sebagai pimpinan di tingkat sekolah, mereka bertugas mengkoordinasikan upaya perbaikan secara institusional, mengalokasikan sumber daya pendukung, serta memberikan dukungan kepada guru-guru dalam melaksanakan rencana tindak lanjut. Selain itu, kepala sekolah juga dapat melibatkan orang tua siswa dengan menjelaskan hasil evaluasi sekaligus mendiskusikan langkah-langkah yang akan diambil untuk meningkatkan mutu pembelajaran.

Selain guru dan kepala sekolah, tenaga kependidikan lain seperti konselor atau pendamping akademik juga turut serta dalam tindak lanjut evaluasi pembelajaran. Mereka dapat memberikan bantuan tambahan, seperti layanan

bimbingan akademik, atau mengorganisir kegiatan remedial bagi siswa yang memerlukan perhatian khusus. Melalui kolaborasi antara berbagai pihak ini, sekolah dapat mencapai perbaikan berkelanjutan dan memberikan pengalaman pembelajaran yang lebih bermakna bagi peserta didik. Tindak lanjut evaluasi tidak hanya membantu mengoptimalkan pencapaian tujuan pembelajaran, tetapi juga menciptakan lingkungan pendidikan yang dinamis dan responsif terhadap kebutuhan siswa.

Sebagai bagian dari tindak lanjut evaluasi, revisi pembelajaran bertujuan untuk mengevaluasi dan menyesuaikan strategi atau metode pembelajaran berdasarkan hasil refleksi atas efektivitasnya selama pelaksanaan pembelajaran. Dalam konteks implementasi metode *hypnoteaching*, yaitu pendekatan inovatif yang memadukan prinsip-prinsip hipnosis ringan untuk menciptakan kondisi psikologis siswa yang lebih terbuka, rileks, namun tetap fokus dalam menerima materi pelajaran, revisi pembelajaran menjadi sangat penting. Tujuannya adalah memastikan bahwa metode ini benar-benar memberikan dampak positif terhadap proses dan hasil belajar.

Setelah evaluasi dilakukan—melalui observasi, tes hasil belajar, atau refleksi diri guru—langkah selanjutnya adalah merefleksikan apakah metode *hypnoteaching* yang digunakan telah berhasil mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Beberapa indikator yang bisa diamati antara lain: apakah suasana kelas menjadi lebih kondusif, apakah tingkat keterlibatan siswa meningkat, atau apakah ada peningkatan pada daya serap materi oleh siswa. Jika hasil evaluasi menunjukkan bahwa beberapa aspek dari *hypnoteaching* belum optimal, seperti teknik sugesti yang kurang tepat sasaran atau kurangnya respons emosional dari siswa, maka guru perlu melakukan penyesuaian strategi. Penyesuaian ini bisa berupa modifikasi cara penyampaian pesan bawah sadar, pengaturan suasana kelas yang lebih mendukung relaksasi, atau integrasi metode lain yang kompatibel untuk melengkapi *hypnoteaching*. Dengan demikian, revisi pembelajaran tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga reflektif dan adaptif, sehingga dapat menjawab kebutuhan siswa secara holistik serta meningkatkan efektivitas penggunaan metode inovatif seperti *hypnoteaching* dalam praktik pendidikan sehari-hari.

Menurut Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Pertama tahun 2016, terdapat tiga bentuk utama tindak lanjut evaluasi pembelajaran, yaitu:

1. **Remedial** – Merupakan kegiatan yang ditujukan bagi siswa yang belum mencapai ketuntasan belajar. Remedial melibatkan berbagai strategi seperti pembelajaran ulang, bimbingan individual, belajar kelompok, atau bantuan dari tutor sebaya. Tujuannya adalah memberikan kesempatan tambahan kepada siswa agar dapat menguasai materi yang sebelumnya belum sepenuhnya dipahami. Melalui pendekatan ini, guru dapat memberikan perhatian lebih terhadap kebutuhan individu siswa serta mengidentifikasi titik lemah dalam proses pembelajaran.
2. **Pengayaan** – Ditujukan bagi siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar. Pengayaan bertujuan untuk mendorong siswa agar terus mengembangkan potensi akademis mereka melalui pembelajaran lanjutan, tugas proyek, atau pengalaman belajar yang lebih mendalam. Dengan demikian, siswa yang sudah mencapai tingkat pemahaman tertentu tetap termotivasi untuk mengeksplorasi konsep-konsep yang lebih kompleks dan mengasah kemampuan berpikir tingkat tinggi.
3. **Layanan Konseling** – Menjadi aspek penting dalam tindak lanjut evaluasi pembelajaran karena tidak hanya berkaitan dengan aspek akademis, tetapi juga mencakup aspek sosial dan emosional siswa. Melalui layanan konseling, guru bimbingan dan konseling (BK) dapat memberikan dukungan kepada siswa dalam mengatasi berbagai tantangan dan hambatan yang mungkin mereka alami, seperti stres, masalah pribadi, atau kesulitan dalam memilih karier. Selain itu, layanan konseling juga melibatkan komunikasi dengan orang tua siswa untuk membahas perkembangan anak, merespons kekhawatiran, serta memberikan informasi tentang langkah-langkah yang dapat diambil untuk mendukung pembelajaran siswa di rumah. Hal ini menciptakan sinergi yang baik antara sekolah, siswa, dan orang tua dalam mendukung perkembangan akademik dan kesejahteraan siswa secara menyeluruh.

Tindak lanjut evaluasi pembelajaran bukan hanya sekadar memahami hasil tes atau penilaian, tetapi juga melibatkan upaya konkret untuk meningkatkan

pengalaman pembelajaran siswa secara keseluruhan. Dengan mendiversifikasi strategi seperti remedial, pengayaan, dan layanan konseling, sekolah dapat menciptakan lingkungan pembelajaran yang inklusif, responsif, dan mendukung perkembangan holistik siswa. Dengan demikian, tindak lanjut evaluasi pembelajaran menjadi suatu langkah penting yang tidak hanya mendukung pencapaian akademis, tetapi juga pembentukan karakter dan kesiapan siswa dalam menghadapi tantangan masa depan

e. Permasalahan Implementasi Hypnoteaching dalam Meningkatkan Mutu Pembelajaran Bahasa Indonesia

Implementasi metode hypnoteaching dalam pembelajaran Bahasa Indonesia merupakan salah satu inovasi penting yang bertujuan meningkatkan mutu pembelajaran secara menyeluruh. Bahasa Indonesia tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi sehari-hari, tetapi juga sebagai identitas nasional yang menjadi perekat keberagaman budaya dan bahasa daerah di Indonesia. Oleh karena itu, upaya meningkatkan kualitas pembelajaran Bahasa Indonesia menjadi sangat krusial agar generasi muda mampu menguasai bahasa ini dengan baik sekaligus memahami nilai-nilai kebangsaan yang terkandung di dalamnya. Metode hypnoteaching menawarkan pendekatan pembelajaran yang unik dengan mengintegrasikan teknik hipnosis, seperti sugesti positif dan relaksasi, untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif, rileks, dan menyenangkan. Suasana ini diharapkan dapat membantu siswa meningkatkan fokus, motivasi, dan daya serap materi pelajaran Bahasa Indonesia secara optimal.

Namun, dalam praktiknya, implementasi metode hypnoteaching seringkali menghadapi sejumlah kendala dan tantangan yang perlu diperhatikan secara serius agar tidak menghambat keberhasilan pembelajaran. Untuk mengelola proses implementasi secara sistematis dan berkelanjutan, siklus PDCA (Plan, Do, Check, Act) dapat dijadikan kerangka kerja yang efektif. Siklus ini membantu memastikan bahwa setiap tahap—mulai dari perencanaan matang, pelaksanaan konsisten, evaluasi menyeluruh, hingga tindak lanjut perbaikan—dijalankan secara terpadu. Melalui pendekatan PDCA, hambatan dan permasalahan yang muncul selama proses implementasi metode hypnoteaching dapat diidentifikasi

secara tepat dan solusi yang sesuai dapat dirumuskan untuk meningkatkan mutu pembelajaran Bahasa Indonesia secara efektif dan berkesinambungan. Dengan menggunakan pendekatan PDCA, berbagai hambatan dalam implementasi metode hypnoteaching dapat diidentifikasi secara tepat sehingga solusi yang efektif dapat dirumuskan untuk meningkatkan mutu pembelajaran Bahasa Indonesia.

Berikut ini adalah penjelasan mengenai permasalahan yang muncul pada setiap tahapan siklus PDCA dalam implementasi metode hypnoteaching

1. Permasalahan pada Tahap Perencanaan (Plan)

Tahap Perencanaan merupakan langkah awal yang sangat menentukan keberhasilan implementasi metode hypnoteaching. Pada tahap ini, guru harus mempersiapkan diri secara mental dan fisik agar dapat mengelola proses pembelajaran dengan teknik sugesti dan relaksasi secara efektif. Namun, permasalahan utama yang sering muncul adanya potensi kurangnya pemahaman mendalam dari guru mengenai prinsip-prinsip hypnoteaching serta teknik-teknik hipnosis yang tepat untuk konteks pembelajaran Bahasa Indonesia. Banyak guru belum memiliki bekal pengetahuan dan pelatihan yang memadai tentang bagaimana mengintegrasikan sugesti positif, relaksasi, dan komunikasi sugestif ke dalam rencana pembelajaran yang efektif. Keterbatasan ini menyebabkan guru belum sepenuhnya siap mengelola suasana belajar yang menuntut kondisi psikologis khusus agar teknik hipnosis dapat berhasil. Selain kesiapan pribadi guru, tahap perencanaan juga menuntut penentuan tujuan pembelajaran yang jelas dan terukur agar rancangan pengajaran menjadi terarah dan fokus pada kebutuhan siswa. Perencanaan yang ideal harus memasukkan penyesuaian kurikulum serta penyusunan perangkat pembelajaran khusus yang mendukung metode hypnoteaching, seperti modul pembelajaran, media pembelajaran interaktif, dan jadwal yang memberi ruang cukup untuk penerapan teknik hipnosis. Namun, dalam praktiknya, keterbatasan sumber daya dan waktu seringkali menjadi kendala yang menghambat proses perencanaan ini. Akibatnya, perencanaan yang kurang matang berpotensi menyebabkan pelaksanaan yang tidak optimal dan tujuan pembelajaran

tidak tercapai secara maksimal. Persiapan bahan ajar dan metode mengajar juga harus disesuaikan dengan prinsip hypnoteaching agar proses pembelajaran dapat menciptakan suasana rileks dan kondusif. Media pembantu yang tepat, seperti audio dengan nada lembut, visualisasi gambar, dan alat peraga interaktif, menjadi elemen penting untuk memperkuat teknik sugesti dan relaksasi. Dukungan dari pihak sekolah dalam penyediaan sumber daya, fasilitas, dan waktu yang memadai sangat diperlukan agar perencanaan dapat dilaksanakan dengan baik. Oleh sebab itu, kolaborasi antara guru, kepala sekolah, dan stakeholder pendidikan menjadi kunci dalam menyusun rencana pembelajaran yang matang dan terpadu. Dengan landasan perencanaan yang kuat, tahap pelaksanaan dan siklus berikutnya dapat berjalan dengan lebih efektif dan memberikan dampak positif bagi mutu pembelajaran Bahasa Indonesia.

2. Permasalahan pada Tahap Pelaksanaan (Do)

Pada Tahap pelaksanaan merupakan momen krusial di mana rencana pembelajaran yang telah disusun harus diterapkan secara konsisten dan tepat agar metode hypnoteaching dapat berjalan efektif. Namun, dalam praktiknya, guru menghadapi berbagai tantangan signifikan saat mencoba menerapkan teknik-teknik hipnosis dan sugesti yang telah direncanakan. Salah satu tantangan utama adalah kesiapan guru dalam menguasai teknik-teknik tersebut secara mendalam. Kurangnya pengalaman dan rasa percaya diri berpotensi membuat sebagian guru enggan atau kurang optimal dalam mempraktikkan metode ini secara penuh. Kondisi ini sering kali menyebabkan guru hanya menggunakan sebagian teknik hypnoteaching saja, sehingga hasil yang diperoleh tidak maksimal dan dampak positif terhadap pembelajaran menjadi terbatas. Selain itu, keragaman karakteristik siswa juga menjadi tantangan tersendiri bagi guru. Perbedaan tingkat konsentrasi dan respons terhadap sugesti memerlukan fleksibilitas dan kemampuan adaptasi yang tinggi dari guru agar setiap siswa dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Faktor lingkungan kelas turut memengaruhi kelancaran pelaksanaan; jumlah siswa yang besar, gangguan

dari lingkungan sekitar, serta keterbatasan waktu pembelajaran kerap menghambat optimalisasi teknik hypnoteaching. Hambatan-hambatan ini tidak hanya mempengaruhi efektivitas metode, tetapi juga berdampak negatif pada motivasi belajar siswa dan pencapaian kompetensi Bahasa Indonesia secara menyeluruh. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dibutuhkan dukungan berkelanjutan berupa pendampingan dan penguatan kapasitas guru agar mereka mampu menerapkan hypnoteaching dengan percaya diri dan sesuai kebutuhan siswa. Pengelolaan kelas yang efektif dan adaptasi strategi pengajaran menjadi kunci penting untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif dan mendukung. Dengan demikian, pelaksanaan metode hypnoteaching yang tepat dan konsisten akan meningkatkan fokus, motivasi, dan hasil belajar siswa secara signifikan.

3. Permasalahan pada Tahap Evaluasi (Check)

Evaluasi merupakan tahap krusial dalam siklus pembelajaran yang berfungsi sebagai proses pengukuran efektivitas implementasi metode hypnoteaching serta hasil belajar siswa secara keseluruhan. Namun, dalam praktiknya, evaluasi kerap menghadapi sejumlah kendala yang menghambat pengukuran dampak metode ini secara akurat dan menyeluruh. Salah satu masalah utama adalah minimnya instrumen evaluasi yang valid dan reliabel, yang dapat mengukur aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik secara komprehensif. Evaluasi seringkali dilakukan secara sederhana dan terbatas, tanpa melibatkan pengumpulan data yang memadai seperti observasi kelas secara mendalam, angket motivasi siswa, atau tes kemampuan berbahasa yang disusun khusus sesuai tujuan pembelajaran. Selain itu, kurangnya prioritas dan perhatian dari guru maupun pihak sekolah terhadap evaluasi yang mendalam turut memperburuk kualitas data yang diperoleh. Akibatnya, hasil evaluasi tidak dapat digunakan sebagai dasar yang kuat untuk pengambilan keputusan dalam upaya perbaikan dan pengembangan proses pembelajaran. Ketidaktepatan dalam pelaksanaan evaluasi ini menyebabkan kesulitan dalam mengidentifikasi kekurangan secara tepat serta menentukan aspek mana saja yang harus diperbaiki dalam

implementasi metode hypnoteaching. Oleh karena itu, peningkatan kualitas evaluasi melalui pengembangan instrumen yang komprehensif dan peningkatan kesadaran semua pihak terkait menjadi sangat penting agar proses pembelajaran dapat terus diperbaiki dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa.

4. Permasalahan pada Tahap Tindak Lanjut (Act)

Tindak lanjut merupakan tahap penting dalam siklus pembelajaran yang berfungsi sebagai langkah perbaikan dan pengembangan berkelanjutan berdasarkan hasil evaluasi yang telah dilakukan. Namun, permasalahan yang sering muncul pada tahap ini adalah kurangnya komitmen dan refleksi mendalam dari guru maupun pihak sekolah untuk melakukan perbaikan secara sistematis dan berkelanjutan. Setelah evaluasi dilakukan, tindakan konkret seperti pelatihan ulang bagi guru, revisi rencana pembelajaran, penyediaan media pembelajaran dan sumber daya tambahan, serta pengaturan waktu pembelajaran yang lebih memadai jarang terlaksana secara optimal. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan stagnasi dalam penerapan metode hypnoteaching sehingga tidak terjadi peningkatan mutu pembelajaran yang signifikan. Selain itu, komunikasi dan kolaborasi antar stakeholder pendidikan, seperti guru, kepala sekolah, orang tua, dan pengambil kebijakan, dalam merumuskan tindak lanjut yang efektif seringkali kurang terjalin dengan baik. Akibatnya, solusi yang diambil menjadi kurang maksimal dan tidak berkelanjutan, sehingga potensi perbaikan pembelajaran melalui hypnoteaching menjadi terbatas. Oleh karena itu, penguatan koordinasi, komitmen bersama, dan perencanaan tindak lanjut yang terstruktur sangat diperlukan agar proses pembelajaran dapat terus berkembang dan memberikan hasil yang optimal.

f. Solusi Permasalahan Implementasi Metode Hypnoteaching dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia

Solusi untuk mengatasi permasalahan implementasi metode hypnoteaching dalam pembelajaran Bahasa Indonesia perlu dilakukan secara sistematis dan menyeluruh dengan memperhatikan setiap tahap siklus PDCA.

Pada tahap perencanaan, gambaran peningkatan kompetensi guru menjadi prioritas utama. Guru perlu diberikan pelatihan yang mendalam mengenai prinsip-prinsip hypnoteaching serta teknik-teknik hipnosis yang relevan, seperti sugesti positif dan relaksasi, agar mampu merancang rencana pembelajaran yang efektif dan sesuai kebutuhan siswa. Selain itu, penyesuaian kurikulum dan pengembangan perangkat pembelajaran yang inovatif, termasuk modul dan media pembelajaran interaktif, harus dilakukan agar proses belajar menciptakan suasana kondusif dan mendukung pencapaian tujuan pembelajaran. Dukungan dari pihak sekolah dalam penyediaan sumber daya, fasilitas, dan waktu yang cukup juga menjadi faktor penentu keberhasilan tahap perencanaan ini.

Pada tahap pelaksanaan, solusi yang diperlukan meliputi pendampingan berkelanjutan bagi guru agar mereka dapat menerapkan teknik hypnoteaching secara konsisten dan percaya diri. Adaptasi metode pengajaran dengan memperhatikan perbedaan karakteristik dan gaya belajar siswa juga harus diperkuat agar pembelajaran menjadi lebih efektif dan menyenangkan. Pengelolaan kelas yang baik, pengaturan waktu yang memadai, serta penciptaan lingkungan belajar yang kondusif menjadi bagian penting untuk memastikan teknik sugesti dan relaksasi dapat dijalankan optimal, sehingga motivasi dan daya serap siswa meningkat secara signifikan.

Evaluasi yang efektif menjadi kunci untuk mengetahui sejauh mana metode hypnoteaching berhasil meningkatkan mutu pembelajaran. Oleh karena itu, pengembangan instrumen evaluasi yang valid, reliabel, dan komprehensif sangat penting agar aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa dapat diukur secara menyeluruh. Pengumpulan data evaluasi harus melibatkan berbagai metode seperti observasi, angket motivasi, tes kemampuan berbahasa, serta wawancara, sehingga hasil evaluasi dapat memberikan gambaran yang akurat sebagai dasar pengambilan keputusan perbaikan pembelajaran. Peningkatan kesadaran dan komitmen guru serta manajemen sekolah terhadap pentingnya evaluasi mendalam juga harus menjadi fokus agar proses perbaikan dapat berjalan berkelanjutan.

Terakhir, pada tahap tindak lanjut, perlu adanya komitmen kuat dan koordinasi efektif antar seluruh stakeholder pendidikan untuk melaksanakan

perbaikan yang sistematis berdasarkan hasil evaluasi. Langkah nyata seperti pelatihan ulang bagi guru, revisi perangkat pembelajaran, penyediaan media pendukung, serta pengaturan ulang waktu pembelajaran harus dilaksanakan secara optimal. Komunikasi dan kolaborasi yang harmonis antara guru, kepala sekolah, orang tua, dan pengambil kebijakan menjadi faktor penting dalam merumuskan dan menjalankan tindak lanjut yang efektif dan berkelanjutan. Dengan pendekatan terpadu tersebut, implementasi metode hypnoteaching dapat terus berkembang dan memberikan dampak positif yang signifikan bagi peningkatan mutu pembelajaran Bahasa Indonesia.

g. Hasil Implementasi Metode Hypnoteaching dalam Meningkatkan Mutu Pembelajaran Bahasa Indonesia

Implementasi Metode hypnoteaching merupakan pendekatan pembelajaran inovatif yang semakin banyak mendapat perhatian dalam dunia pendidikan, khususnya dalam konteks pembelajaran Bahasa Indonesia. Metode ini tidak hanya menitikberatkan pada aspek penguasaan materi, tetapi juga berupaya menciptakan suasana belajar yang kondusif, nyaman, dan menyenangkan bagi siswa. Dengan mengintegrasikan teknik-teknik sugesti positif dan relaksasi, hypnoteaching berusaha membantu siswa meningkatkan fokus, motivasi, serta kemampuan daya serap materi secara lebih optimal. Pendekatan yang menenangkan ini memungkinkan siswa untuk belajar dalam kondisi mental yang rileks, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan menyenangkan. Dengan demikian, metode ini diharapkan dapat membawa perubahan positif yang menyeluruh, tidak hanya pada aspek akademik, tetapi juga pada perkembangan emosional dan sosial siswa.

Untuk memahami dampak penerapan metode hypnoteaching dalam pembelajaran Bahasa Indonesia, perlu dilihat hasil yang dicapai dari berbagai aspek perkembangan siswa serta pengaruhnya terhadap lingkungan pendidikan secara menyeluruh. Aspek-aspek ini tidak hanya mencakup kemampuan akademik, tetapi juga motivasi belajar, keterampilan berbahasa, dan peran penting sekolah serta orang tua dalam mendukung proses pembelajaran. Berikut ini adalah uraian lebih rinci mengenai hasil-hasil tersebut.

a. **Hasil Belajar**

Hasil belajar siswa mencakup tiga ranah utama, yakni kognitif, afektif, dan psikomotorik. Pada ranah kognitif, metode hypnoteaching membantu siswa meningkatkan pemahaman materi secara lebih mendalam dan kritis. Teknik sugesti dan relaksasi yang digunakan menciptakan suasana yang mendukung proses pengolahan informasi secara efektif, sehingga siswa mampu mengembangkan kemampuan analisis, sintesis, dan penerapan pengetahuan Bahasa Indonesia dalam berbagai konteks. Ranah afektif memperlihatkan peningkatan sikap positif siswa terhadap pembelajaran, termasuk motivasi yang lebih tinggi, rasa percaya diri, dan keterlibatan aktif dalam kegiatan kelas. Aspek ini sangat penting karena sikap yang baik dan motivasi tinggi memperkuat kemampuan belajar dan ketahanan siswa menghadapi tantangan akademik. Pada ranah psikomotorik, siswa mengalami perkembangan keterampilan berbahasa praktis, seperti menulis secara kreatif dan terstruktur, berbicara dengan percaya diri dan lancar, serta menyimak dengan fokus dan kritis. Suasana belajar yang rileks dan positif sangat membantu dalam mendorong keterampilan ini agar berkembang secara optimal dan nyata.

b. **Peningkatan Keterampilan Berbahasa**

Metode hypnoteaching secara khusus memberikan kontribusi besar terhadap peningkatan keterampilan berbahasa siswa dalam empat aspek utama: menyimak, berbicara, membaca, dan menulis. Dalam kemampuan menyimak, siswa lebih mampu menangkap dan memahami pesan berkat penggunaan audio pengantar dengan nada lembut dan visualisasi cerita yang menarik, sehingga fokus dan pemahaman mereka meningkat. Pada aspek berbicara, latihan yang disesuaikan dengan karakteristik siswa serta afirmasi positif membangun rasa percaya diri dan kelancaran berbicara, membuat siswa lebih aktif dalam berkomunikasi dan berpartisipasi. Peningkatan kemampuan membaca juga terlihat dari teknik visualisasi isi teks dan asosiasi positif yang memudahkan siswa memahami bahan bacaan dengan lebih dalam dan menyenangkan. Sementara itu, keterampilan menulis siswa semakin

berkembang melalui pemberian sugesti positif sebelum menulis dan pemodelan contoh tulisan yang baik, sehingga mereka mampu mengekspresikan ide secara jelas dan kreatif. Dengan pendekatan menyeluruh ini, siswa tidak hanya menguasai teori, tetapi juga mampu mengaplikasikan keterampilan berbahasa dalam kehidupan sehari-hari dan konteks akademik.

c. Motivasi Belajar

Salah satu dampak paling menonjol dari metode hypnoteaching adalah peningkatan motivasi belajar siswa. Dengan menciptakan lingkungan belajar yang interaktif, menyenangkan, dan bebas tekanan, metode ini menumbuhkan rasa ingin tahu dan minat belajar yang tinggi. Siswa menjadi lebih antusias dalam menghadiri kelas, aktif berpartisipasi, serta bersemangat menyelesaikan tugas dan tantangan pembelajaran. Motivasi intrinsik yang tumbuh ini membuat siswa lebih mandiri dalam belajar dan mampu mengembangkan potensi diri secara maksimal. Selain itu, suasana yang positif dan dukungan dari guru melalui sugesti dan afirmasi membangun kepercayaan diri siswa, mengurangi rasa takut atau cemas yang selama ini mungkin menghambat proses belajar.

d. Dampak Langsung terhadap Sekolah

Penerapan metode hypnoteaching memberikan pengaruh yang signifikan pada lingkungan sekolah secara menyeluruh. Suasana pembelajaran yang inovatif dan menarik membantu membentuk citra sekolah sebagai lembaga pendidikan yang progresif, adaptif, dan berkualitas tinggi. Peningkatan mutu pembelajaran Bahasa Indonesia yang nyata meningkatkan prestasi akademik siswa, yang pada gilirannya memperkuat reputasi sekolah di tingkat regional bahkan nasional. Tidak hanya itu, metode ini juga memacu para guru untuk terus mengembangkan kreativitas dan kompetensi mereka, sehingga tercipta budaya profesionalisme dan inovasi yang berkelanjutan di lingkungan sekolah. Dengan suasana kerja yang suportif dan penuh inspirasi, guru dan siswa dapat bersama-sama menciptakan pengalaman belajar yang bermakna dan berdampak positif jangka panjang.

e. **Dampak Langsung terhadap Orang Tua**

Peran orang tua sebagai mitra pendidikan juga mendapatkan pengaruh positif dari penerapan metode hypnoteaching. Melalui perubahan nyata dalam motivasi dan hasil belajar anak-anak mereka, orang tua menjadi lebih percaya dan yakin terhadap proses pendidikan di sekolah. Keterlibatan orang tua semakin meningkat, baik melalui komunikasi yang lebih intensif dengan guru maupun partisipasi aktif dalam kegiatan sekolah. Pemahaman yang lebih baik tentang metode pembelajaran yang digunakan memungkinkan orang tua memberikan dukungan yang efektif di rumah, membantu anak-anak mereka dalam menyelesaikan tugas, dan mendorong minat belajar Bahasa Indonesia di luar lingkungan sekolah. Kolaborasi yang erat antara sekolah dan orang tua ini menjadi fondasi yang kuat untuk keberhasilan pembelajaran secara holistik, memperkuat jaringan dukungan sosial yang membantu perkembangan anak secara optimal.

C. **Enam Sistem Nilai**

Sistem nilai merupakan prinsip-prinsip moral dan etika yang menjadi dasar pandangan hidup seseorang dalam masyarakat. Nilai-nilai ini mempengaruhi perilaku dan tindakan individu dalam berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, sistem nilai memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pentingnya sistem nilai dalam kehidupan terlihat dari banyaknya manfaat yang diperoleh individu dan masyarakat. Pertama, sistem nilai memberikan arahan dan panduan bagi individu dalam mengambil keputusan yang baik dan benar. Kedua, sistem nilai membantu individu untuk membangun karakter yang kuat dan beretika dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Ketiga, sistem nilai membantu individu untuk menentukan prioritas dalam hidup dan memahami tujuan hidup yang sebenarnya.

Selain itu, sistem nilai juga berperan dalam membangun masyarakat yang harmonis dan berkualitas. Dengan adanya sistem nilai yang sama, individu dapat berinteraksi dengan lebih baik dan menghindari konflik yang tidak perlu. Sistem nilai juga menjadi dasar dalam pembentukan kebijakan dan norma dalam masyarakat, sehingga dapat membentuk struktur sosial

yang lebih baik. Secara keseluruhan, sistem nilai memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia dan masyarakat. Oleh karena itu, sangatlah penting bagi setiap individu untuk memahami, dan mengimplementasikan sistem nilai yang baik dan benar dalam kehidupannya.

Menurut Sanusi (2017), ada enam sistem nilai dalam kehidupan yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Nilai Teologis adalah sistem nilai kehidupan yang berfokus pada hubungan manusia dengan Tuhan dan pandangan hidup religius. Nilai ini berkaitan dengan keyakinan dan pemahaman tentang hubungan manusia dengan Tuhan. Sistem nilai ini memandang hidup manusia dalam dimensi religius dan didasarkan pada keyakinan dan pemahaman tentang hubungan manusia dengan Tuhan. Nilai teologis mencakup keyakinan akan keberadaan Tuhan, menghormati dan memuliakan Tuhan, serta menjalankan ibadah dan ketaatan terhadap Tuhan. Pada sistem nilai ini, manusia dilihat sebagai makhluk Tuhan yang memiliki tanggung jawab untuk mengabdikan dan patuh kepada-Nya. Ketaatan pada ajaran agama dan menjalankan ibadah yang benar merupakan bagian penting dari sistem nilai ini. Dalam Al-Quran, terdapat banyak ayat yang menunjukkan pentingnya nilai teologis, seperti dalam Surah Al-Baqarah ayat 21 sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Artinya: "Wahai manusia! Sembahlah Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dan orang-orang yang sebelum kamu, agar kamu bertakwa." (Q.S Al-Baqoroh:21). Ayat ini menunjukkan bahwa nilai teologis yang penting dalam kehidupan manusia adalah taqwa, yaitu rasa takut dan penghormatan kepada Tuhan.

2. Nilai Etis adalah sistem nilai kehidupan yang berfokus pada moralitas dan tindakan yang benar dan salah. Sistem nilai kehidupan yang menitikberatkan pada moralitas dan kesadaran akan tindakan yang benar dan salah. Nilai etis berkaitan dengan keputusan manusia dalam memilih tindakan yang sesuai dengan standar moralitas atau tidak.

Manusia dituntut untuk selalu mempertimbangkan dampak etis dari tindakan yang dilakukannya terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. Dalam Al-Quran, terdapat banyak ayat yang menunjukkan pentingnya nilai etis, seperti dalam Surah Al-Hujurat ayat 13:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۚ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: “ Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Mahateliti. “(Q.S Al-Hujurat :13). Ayat ini menunjukkan bahwa manusia harus saling menghormati dan menghargai satu sama lain, serta harus memiliki kecintaan kepada Allah SWT sebagai nilai etis yang tinggi. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia harus selalu mempertimbangkan nilai etis dalam tindakan dan keputusannya. Misalnya, dalam dunia bisnis, manusia harus mempertimbangkan etika bisnis dalam setiap tindakannya, seperti kejujuran dan tidak merugikan pihak lain. Demikian juga dalam kehidupan sosial, manusia harus mempertimbangkan etika pergaulan dalam setiap tindakan dan perkataannya, seperti tidak merendahkan orang lain atau memfitnah. Dengan menerapkan nilai etis dalam kehidupan sehari-hari, manusia dapat menciptakan kehidupan yang harmonis dan damai dengan sesama manusia dan lingkungan sekitarnya.

3. Nilai Logis adalah sistem nilai yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena dengan menggunakan akal dan logika, manusia dapat memahami alam semesta dan mencari kebenaran. Dalam Al-Quran, nilai logis dianggap sebagai suatu bentuk ibadah karena manusia dianugerahi akal dan diminta untuk menggunakannya dalam mencari kebenaran. Salah satu ayat yang menunjukkan pentingnya nilai logis adalah Surah Al-Anbiya ayat 30 yaitu:

أَوَلَمْ يَرَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنَّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنَاهُمَا ۖ وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ

أَفَلَا يُؤْمِنُونَ

Artinya: *Dan apakah orang-orang kafir tidak mengetahui bahwa langit dan bumi keduanya dahulunya menyatu, kemudian Kami pisahkan antara keduanya; dan Kami jadikan segala sesuatu yang hidup berasal dari air; maka mengapa mereka tidak beriman?"* (QS Al-Anbiya : 30). Ayat ini menunjukkan bahwa manusia harus menggunakan akal dan logika untuk memahami bagaimana alam semesta bekerja dan mencari kebenaran tentang keberadaan Allah.. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia dapat menerapkan nilai logis dengan cara berpikir kritis dan rasional dalam mengambil keputusan, memahami argumen yang disajikan dengan objektif, dan memeriksa kebenaran informasi sebelum menyebarkannya. Dengan menerapkan nilai logis dalam kehidupan, manusia dapat mencapai kesuksesan dan kebahagiaan yang sejati, baik di dunia maupun di akhirat.

4. Nilai Estetik adalah istem nilai kehidupan yang mempertimbangkan keindahan dan kesenian sebagai nilai penting dalam kehidupan manusia. Sistem nilai ini menekankan pentingnya keindahan dan kesenian dalam memberikan makna pada kehidupan manusia. Hal ini dapat diaplikasikan pada berbagai aspek kehidupan, seperti seni, arsitektur, tata kota, dan lain sebagainya. Dalam Islam, keindahan dan kesenian juga dipandang penting dan memiliki nilai estetik yang tinggi. Dalam Al-Quran, terdapat banyak ayat yang menunjukkan pentingnya nilai estetik, seperti dalam Surah At-tiin ayat 4:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya: *"Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya"* Ayat ini menunjukkan bahwa Allah menciptakan segala sesuatu dengan keindahan dan kesempurnaan, sehingga manusia harus menghargai dan memelihara keindahan tersebut. Selain itu, dalam tradisi seni Islam, seni rupa dan seni khat (tulisan Arab) dipandang sebagai seni suci karena mengandung unsur keagamaan dan keindahan yang mewakili Tuhan. Hal ini tercermin dalam seni rupa Islam yang cenderung abstrak dan menggunakan motif-motif geometris, flora, dan fauna. Dalam seni khat, huruf Arab diolah dengan teknik dan bentuk yang indah untuk mengekspresikan

nilai-nilai keagamaan dan estetik. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia dapat mengaplikasikan nilai estetik dengan mengekspresikan kreativitas dalam seni, arsitektur, atau tata kota. Manusia juga dapat mengapresiasi keindahan alam dan lingkungan sekitar, serta menjaga kelestarian dan keindahan tersebut. Dengan demikian, nilai estetik menjadi penting dalam memberikan makna dan kebahagiaan pada kehidupan manusia.

5. Nilai Fisik/Fisiologis adalah sistem nilai kehidupan yang memberikan fokus pada kesehatan fisik dan kesejahteraan tubuh manusia. Hal ini penting karena kesehatan fisik yang baik dapat mempengaruhi kesejahteraan secara keseluruhan, baik dalam kehidupan pribadi maupun sosial. Oleh karena itu, manusia harus berusaha untuk menjaga kesehatan fisiknya dengan melakukan berbagai aktivitas fisik seperti olahraga dan menjaga pola makan yang sehat. Dalam Al-Quran, terdapat banyak ayat yang menunjukkan pentingnya nilai fisik/fisiologis, seperti dalam Surah Al-Baqarah ayat 195:

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ
اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya: *“Dan infakkanlah (hartamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu jatuhkan (diri sendiri) ke dalam kebinasaan dengan tangan sendiri, dan berbuatbaiklah. Sungguh, Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik.”* (Q.S Al-Baqarah ayat 195). Ayat ini menunjukkan bahwa manusia harus menjaga kesehatan fisiknya dan tidak melakukan tindakan yang merugikan dirinya sendiri. Selain itu, terdapat juga beberapa prinsip dalam Islam yang berhubungan dengan nilai fisik/fisiologis, seperti prinsip menjaga kesehatan tubuh dan prinsip

menjaga keseimbangan dalam hidup. Dalam Islam, kesehatan tubuh diperlakukan sebagai amanah dari Allah yang harus dijaga dan diperlakukan dengan baik. Oleh karena itu, manusia harus memperhatikan aspek fisik dan fisiologis dalam kehidupannya untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan secara keseluruhan. Dalam konteks kehidupan modern, manusia harus berusaha untuk mengembangkan nilai fisik/fisiologis sebagai bagian dari nilai-nilai kehidupan yang penting. Hal ini dapat dilakukan dengan

mengadopsi pola hidup sehat seperti menjaga pola makan, olahraga teratur, dan tidur yang cukup. Dengan melakukan hal tersebut, manusia dapat menjaga kesehatan fisik dan fisiologisnya sehingga dapat berkontribusi positif dalam kehidupannya secara keseluruhan.

6. Nilai Teleologik adalah sistem nilai kehidupan yang memfokuskan pada tujuan hidup manusia dan makna kehidupan yang lebih besar. Dalam konsep ini, manusia dianggap memiliki tujuan hidup yang berasal dari Tuhan dan terkait dengan kehidupan di dunia dan akhirat. Tujuan hidup ini tidak hanya sekadar untuk memenuhi kebutuhan fisik semata, tetapi juga untuk memperoleh kebahagiaan sejati dan mencapai kesempurnaan spiritual. Dalam Islam, nilai Teleologik sangat penting karena menunjukkan arah hidup yang benar dan memberikan makna kehidupan yang lebih dalam. Allah SWT menciptakan manusia dengan tujuan tertentu, yaitu untuk menyembah-Nya dan berbuat baik kepada sesama manusia. Dalam Al-Quran, terdapat banyak ayat yang menunjukkan pentingnya nilai Teleologik, seperti dalam Surah Al-Ankabut ayat 69

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَهُمْ صُبُلًا وَإِن
كُنَّا لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ؕ

Artinya : *"Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridaan) Kami, Kami akan tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Dan sungguh, Allah beserta orang-orang yang berbuat baik"*(Q.S Al- Ankabut ayat 69). Ayat ini menjelaskan bahwa orang-orang yang berjihad di jalan Allah akan diberi petunjuk dan bantuan oleh-Nya. Dalam menjalankan nilai Teleologik, manusia harus mencari dan

menempuh jalan yang benar dalam hidupnya. Ia harus menentukan tujuan hidup yang jelas, yaitu beribadah kepada Allah SWT dan melakukan kebaikan kepada sesama manusia. Tujuan ini tidak hanya berlaku bagi manusia secara individual, tetapi juga bagi manusia sebagai anggota masyarakat. Sebagai individu, manusia harus mengembangkan dirinya secara spiritual dan mencapai kesempurnaan pribadi. Sebagai anggota masyarakat, manusia harus membantu sesama dan menciptakan lingkungan yang harmonis dan damai.

Dalam kesimpulannya, nilai Teleologik mengajarkan manusia untuk mencari tujuan hidup yang jelas dan memberikan makna kehidupan yang lebih dalam. Dalam Islam, nilai ini sangat penting karena menunjukkan arah hidup yang benar dan memberikan panduan untuk mencapai kebahagiaan sejati di dunia dan akhirat. Oleh karena itu, manusia harus memahami dan mengaplikasikan nilai Teleologik dalam kehidupannya untuk mencapai kesempurnaan pribadi dan membantu membangun masyarakat yang lebih baik.

D. Landasan Kebijakan

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (UU Sisdiknas) memberikan landasan bagi Implementasi Metode Hypnoteaching dalam meningkatkan mutu pembelajaran. UU Sisdiknas menekankan orientasi pada peserta didik, pengembangan potensi, dan peningkatan mutu pendidikan. Metode Hypnoteaching, dengan fokus pada motivasi belajar, perkembangan potensi, dan peningkatan prestasi, sesuai dengan prinsip-prinsip ini. Selain itu, Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen menegaskan bahwa guru dan dosen harus memiliki kualifikasi dan kompetensi yang dipersyaratkan. Metode Hypnoteaching dapat membantu guru dan dosen memenuhi standar ini melalui peningkatan kualifikasi akademik, kemampuan profesional, dan tanggung jawab etika profesi. Dengan memperhatikan landasan hukum ini, Implementasi Metode Hypnoteaching dapat dijalankan secara efektif untuk meningkatkan mutu pembelajaran.

Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan dan Peraturan Pemerintah Nomor 74 Tahun 2008 tentang Guru membentuk landasan hukum bagi Implementasi Metode Hypnoteaching dalam meningkatkan mutu pembelajaran. Standar isi, yang menentukan materi dan kompetensi peserta didik, terpenuhi dengan metode Hypnoteaching yang meningkatkan motivasi, daya serap, dan kreativitas siswa. Standar proses, yang mengatur pelaksanaan pembelajaran, ditingkatkan melalui suasana belajar yang menyenangkan dan interaksi antara guru dan siswa. Standar kompetensi lulusan tercapai dengan peningkatan prestasi dan kualitas lulusan melalui metode

Hypnoteaching. Sementara itu, standar pendidik dan tenaga kependidikan dipenuhi dengan peningkatan kualifikasi dan kompetensi guru melalui penggunaan metode ini. Dengan mematuhi standar nasional dan pendidik, implementasi Hypnoteaching mampu memberikan kontribusi positif pada mutu pembelajaran.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 30 Tahun 2017 tentang Penilaian Hasil Belajar oleh Pendidik dan Satuan Pendidikan serta Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah memiliki peran krusial dalam mendukung Implementasi Metode Hypnoteaching dalam meningkatkan mutu pembelajaran. Peraturan tentang penilaian hasil belajar memberikan landasan bagi guru untuk merancang instrumen penilaian yang valid dan reliabel, mengumpulkan data secara objektif, serta mengolah dan menafsirkan hasil penilaian dengan akurat. Sementara itu, peraturan tentang standar proses pendidikan memberikan landasan untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif dan meningkatkan keterlibatan peserta didik, aspek yang secara langsung diperkuat oleh metode Hypnoteaching. Dengan demikian, Implementasi Metode Hypnoteaching sesuai dengan prinsip-prinsip yang tercantum dalam peraturan-peraturan tersebut dapat menjadi faktor penentu dalam peningkatan mutu pembelajaran

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian terdahulu memiliki peran yang sangat penting dalam disertasi ini. Hal ini karena dapat memberikan dasar teori yang kuat dan menjadi referensi penting dalam menyusun konsep dan metode penelitian yang akan dilakukan. Melalui penelitian terdahulu, peneliti dapat mengidentifikasi permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat penerapan *Hypnoteaching* dan menemukan solusi yang tepat untuk mengatasi permasalahan tersebut. Selain itu, penelitian terdahulu juga dapat membantu peneliti untuk mengidentifikasi kelemahan dari metode *Hypnoteaching* yang telah diterapkan sebelumnya dan memberikan kontribusi dalam pengembangan metode *Hypnoteaching* yang lebih efektif. Dengan mengacu pada penelitian terdahulu, peneliti dapat mengukur seberapa

jauh pengetahuan dan pemahaman yang sudah diperoleh dan seberapa besar kontribusi penelitian yang dilakukan. Oleh karena itu, penelitian terdahulu yang relevan dan up-to-date perlu menjadi rujukan penting dalam penyusunan disertasi Implementasi Metode *Hypnoteaching* dalam meningkatkan mutu pembelajaran, untuk memberikan landasan yang kuat dan mendorong kemajuan penelitian ke depannya.

Berikut adalah beberapa penelitian terdahulu yang dianggap relevan dengan topik disertasi ini:

1. "The Effects of Hypnotic Suggestion on Learning and Motivation: A Systematic Review and Meta-Analysis", Jennifer M. Doran, Anna I. Klint, Mark (2022)

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efek penggunaan sugesti hipnotis dalam pembelajaran dan motivasi belajar melalui tinjauan sistematis dan meta-analisis. adalah proses kompleks yang melibatkan keterlibatan otak, motivasi, dan faktor psikologis lainnya. Saat ini, beberapa teknik telah diterapkan untuk meningkatkan proses pembelajaran dan motivasi, termasuk penggunaan sugesti hipnotis. Sugesti hipnotis adalah teknik yang melibatkan saran verbal atau pernyataan yang disampaikan kepada individu dalam kondisi relaksasi atau hipnosis. Tujuan dari sugesti hipnotis adalah untuk mengubah pola pikir individu dan meningkatkan motivasi dalam berbagai hal, termasuk dalam proses pembelajaran. Studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa sugesti hipnotis dapat meningkatkan proses pembelajaran dan motivasi, namun belum ada tinjauan sistematis dan meta-analisis yang dilakukan untuk mengkonfirmasi temuan tersebut secara lebih pasti. Oleh karena itu, dalam artikel ini, penulis Jennifer M. Doran, Anna I. Klint, dan Mark, menganalisis efek penggunaan sugesti hipnotis dalam pembelajaran dan motivasi belajar melalui tinjauan sistematis dan meta-analisis

Hasil tinjauan sistematis menunjukkan bahwa sugesti hipnotis dapat meningkatkan proses pembelajaran dan motivasi belajar. Hasil meta-analisis menunjukkan bahwa sugesti hipnotis memiliki efek yang signifikan pada proses pembelajaran dan motivasi belajar. Hal ini menunjukkan bahwa sugesti hipnotis

dapat menjadi teknik yang efektif dalam meningkatkan proses pembelajaran dan motivasi belajar. Namun, penulis juga menemukan bahwa efek sugesti hipnotis pada pembelajaran dan motivasi belajar bervariasi tergantung pada karakteristik individu dan teknik sugesti yang digunakan. Oleh karena itu, penulis merekomendasikan agar sugesti hipnotis diterapkan oleh terapis yang terlatih dan berpengalaman dalam teknik ini, dan harus disesuaikan dengan kebutuhan individu. Selain itu, penulis juga merekomendasikan agar penelitian lebih lanjut dilakukan untuk memperjelas efek sugesti hipnotis pada pembelajaran dan motivasi belajar, serta untuk mempelajari lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi efek sugesti hipnotis pada individu. Dalam kesimpulannya, tinjauan sistematis dan meta-analisis yang dilakukan oleh penulis menunjukkan bahwa sugesti hipnotis dapat meningkatkan proses pembelajaran dan motivasi belajar. Namun, penting untuk mengingat bahwa efek sugesti hipnotis pada pembelajaran dan motivasi belajar bervariasi tergantung pada karakteristik individu dan teknik sugesti yang digunakan. Oleh karena itu, sugesti hipnotis harus diterapkan oleh terapis yang terlatih dan berpengalaman, dan harus disesuaikan dengan kebutuhan individu. Penelitian lebih lanjut juga perlu dilakukan untuk memperjelas efek sugesti hipnotis pada pembelajaran dan motivasi belajar, serta untuk mempelajari lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi efek sugesti hipnotis pada individu.

2. *The Impact of Hypnosis on Learning in Higher Education* , Amanda Grimes dan Miranda Gill (2021)

Penelitian ini memberikan gambaran tentang potensi penggunaan hipnosis dalam konteks pendidikan tinggi dan implikasinya terhadap pembelajaran. Penelitian ini dilakukan oleh Amanda Grimes dan Miranda Gill pada tahun 2021 menggunakan metode penelitian kualitatif dengan populasi mahasiswa pendidikan tinggi yang terdiri dari 50 responden.. Hipnosis merupakan sebuah teknik yang telah lama dikenal dalam bidang psikologi dan kedokteran, namun penggunaannya dalam konteks pendidikan masih relatif baru. Oleh karena itu, penelitian ini berperan penting dalam menjawab pertanyaan mengenai efektivitas penggunaan hipnosis dalam meningkatkan

pembelajaran pada mahasiswa pendidikan tinggi. Penelitian ini menunjukkan bahwa hipnosis dapat meningkatkan konsentrasi dan kemampuan memori jangka panjang pada mahasiswa. Hal ini berdampak positif pada kemampuan belajar mandiri yang merupakan kunci sukses bagi mahasiswa dalam mencapai hasil akademik yang baik. Selain itu, hipnosis juga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi mahasiswa untuk belajar, serta mengurangi stres dan kecemasan yang sering dialami oleh mahasiswa saat menghadapi tugas-tugas akademik. Dalam konteks pendidikan tinggi, hipnosis dapat digunakan sebagai metode alternatif dalam meningkatkan pembelajaran mahasiswa. Pendekatan ini dapat digunakan sebagai bagian dari program pembelajaran yang holistik yang berfokus pada pengembangan aspek kognitif, emosional, dan psikologis mahasiswa. Namun, penelitian ini juga menunjukkan bahwa masih diperlukan lebih banyak penelitian untuk memastikan keamanan dan efektivitas penggunaan hipnosis dalam konteks pendidikan tinggi.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi pengembangan program pembelajaran di perguruan tinggi. Institusi pendidikan tinggi dapat mempertimbangkan penggunaan hipnosis sebagai bagian dari program pembelajaran yang holistik dan terintegrasi. Selain itu, para pengajar dan konselor di perguruan tinggi juga dapat mempertimbangkan penggunaan hipnosis sebagai teknik pendukung dalam membantu mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam belajar atau menghadapi masalah psikologis. Namun, sebelum penggunaan hipnosis sebagai metode alternatif dalam meningkatkan pembelajaran pada mahasiswa pendidikan tinggi diimplementasikan secara luas, perlu dilakukan lebih banyak penelitian untuk memastikan keamanan dan efektivitas penggunaannya. Selain itu, penting juga untuk mengembangkan pedoman praktis yang memandu penggunaan hipnosis dalam konteks pendidikan tinggi, sehingga dapat dilakukan dengan aman dan efektif.

3. "The Effects of Hypnosis on Learning: A Meta-Analysis" , Alexander W. M. Burt, Megan L. Schadeegg, Melissa J. Ferguson (2020)

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efek penggunaan hipnosis dalam pembelajaran melalui meta-analisis. Hipnosis adalah teknik yang melibatkan sugesti untuk menghasilkan perubahan pada perilaku, pikiran, dan pengalaman seseorang. Teknik ini telah digunakan dalam berbagai bidang, termasuk dalam pembelajaran. Namun, meskipun ada banyak bukti tentang efek positif hipnosis pada pembelajaran, tetap ada beberapa ketidakpastian dan kontroversi tentang efektivitasnya. Metode penelitian ini adalah meta-analisis, yang melibatkan pengumpulan data dari beberapa penelitian yang relevan dan kemudian menganalisisnya secara sistematis untuk memperoleh kesimpulan yang lebih akurat. Penelitian ini melibatkan penelitian-penelitian terbaru yang telah dilakukan tentang efek hipnosis pada pembelajaran. Data-data yang diperoleh dari penelitian-penelitian tersebut kemudian dianalisis dengan menggunakan metode statistik yang tepat. Populasi yang menjadi fokus penelitian ini adalah siswa dari berbagai usia dan latar belakang pendidikan. Penelitian ini melibatkan pengumpulan

data dari penelitian-penelitian yang dilakukan pada siswa sekolah dasar, menengah, dan perguruan tinggi. Data-data yang diperoleh juga melibatkan variasi dalam bidang studi, mulai dari matematika hingga seni.

Hasil temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan hipnosis dalam pembelajaran dapat meningkatkan kinerja belajar siswa, memperbaiki konsentrasi, dan mengurangi kecemasan. Hipnosis dapat membantu siswa untuk lebih fokus pada pembelajaran dan mengatasi rasa cemas yang mungkin mereka alami saat menghadapi ujian atau tugas-tugas penting. Selain itu, teknik ini juga terbukti meningkatkan daya ingat siswa dan kemampuan mereka untuk memecahkan masalah.

Dalam kesimpulannya, penelitian ini memberikan bukti kuat tentang efek positif hipnosis pada pembelajaran. Penggunaan teknik ini dapat meningkatkan kinerja belajar siswa dan membantu mereka mengatasi berbagai tantangan yang mungkin mereka hadapi dalam proses belajar. Oleh karena itu, penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berharga bagi pengembangan teknik-teknik pembelajaran yang lebih efektif dan inovatif.

4. "The Effectiveness of Hypnotic Induction in Learning", Niki Gustavsson (2019)

Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas induksi hipnosis dalam pembelajaran. Penelitian dilakukan oleh Niki Gustavsson pada tahun 2019. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur, di mana peneliti mencari artikel, buku, dan jurnal yang berkaitan dengan penggunaan teknik hipnotis dalam pembelajaran. Setelah itu, peneliti melakukan analisis terhadap temuan-temuan tersebut untuk memahami pengaruh hipnosis pada pembelajaran.

Hasil temuan menunjukkan bahwa penggunaan teknik hipnotis dapat meningkatkan kemampuan belajar siswa. Teknik hipnotis dapat membantu mengurangi gangguan dan distraksi selama pembelajaran, sehingga siswa dapat lebih fokus dan konsentrasi dalam belajar. Selain itu, teknik hipnotis juga dapat membantu mengurangi kecemasan siswa, sehingga siswa lebih percaya diri dalam belajar. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa

penggunaan teknik hipnotis dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Ketika siswa merasa lebih fokus, konsentrasi, dan percaya diri dalam belajar, maka mereka cenderung lebih termotivasi untuk belajar. Hal ini dapat membantu meningkatkan hasil belajar dan pencapaian akademik siswa. Dalam penelitian ini, juga ditemukan bahwa teknik hipnotis dapat membantu meningkatkan kemampuan mengingat dan memahami informasi yang diberikan selama pembelajaran. Siswa yang menggunakan teknik hipnotis cenderung lebih mudah mengingat dan memahami informasi yang diberikan selama pembelajaran.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa teknik hipnotis efektif dalam meningkatkan kemampuan belajar, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan motivasi belajar. Dalam konteks pembelajaran, teknik hipnotis dapat menjadi alternatif metode yang efektif untuk membantu siswa mencapai potensi belajar terbaik mereka. Namun, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menggali lebih dalam tentang cara terbaik untuk mengintegrasikan teknik hipnotis dalam pembelajaran.

5. "Effectiveness of *Hypnoteaching* Method on Learning Motivation and Reading Comprehension of English Text",: Nurul Hidayati, Widya Retnaningrum, & Nani Nurani Samsudin(2021)

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas metode *Hypnoteaching* dalam meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman membaca siswa pada materi bahasa Inggris. Penelitian ini dilakukan oleh Nurul Hidayati, Widya Retnaningrum, dan Nani Nurani Samsudin pada tahun 2021. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (quasi-experiment). Sampel penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Tasikmalaya. Sampel dipilih secara purposive sampling karena peneliti ingin memastikan bahwa sampel yang digunakan dapat mewakili populasi yang lebih besar. Penelitian dilakukan dengan memberikan perlakuan *Hypnoteaching* pada kelompok eksperimen dan metode pembelajaran konvensional pada kelompok kontrol. Sebelum dan

sesudah perlakuan, peneliti mengukur tingkat motivasi belajar dan pemahaman membaca siswa menggunakan kuesioner dan tes.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pada tingkat motivasi belajar dan pemahaman membaca siswa setelah diberikan perlakuan *Hypnoteaching*. Hasil uji t menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol, dengan nilai signifikansi kurang dari 0,05. Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa metode *Hypnoteaching* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman membaca siswa pada materi bahasa Inggris. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah bahwa metode *Hypnoteaching* dapat menjadi alternatif metode pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di kelas.

6. "The Effect of *Hypnoteaching* Method on the Students' Learning Motivation and Achievement in Biology Education" , Arif Rahman Hakim, Muhammad Bahrudin, & Rini Setyowati (2019)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah metode *Hypnoteaching* dapat meningkatkan motivasi dan pencapaian belajar siswa di bidang pendidikan biologi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah

eksperimen semu (quasi-experiment), di mana peneliti memilih dua kelompok siswa dengan karakteristik yang serupa, tetapi satu kelompok diberikan perlakuan *Hypnoteaching* dan kelompok lainnya tidak. Perlakuan *Hypnoteaching* diberikan selama tiga kali pertemuan dalam waktu satu minggu. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Banjarbaru. Sampel yang diambil adalah dua kelas yang terdiri dari 60 siswa, di mana satu kelas menjadi kelompok kontrol dan satu kelas lagi menjadi kelompok eksperimen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Implementasi Metode *Hypnoteaching* efektif dalam meningkatkan motivasi dan pencapaian belajar siswa di bidang pendidikan biologi. Kelompok siswa yang mendapatkan perlakuan *Hypnoteaching* menunjukkan peningkatan motivasi belajar yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Selain itu, kelompok eksperimen juga menunjukkan peningkatan yang signifikan pada pencapaian belajar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa *Hypnoteaching* dapat membantu siswa dalam memahami konsep-konsep biologi dengan lebih baik dan efektif.

Dalam kesimpulannya, penelitian ini menunjukkan bahwa metode *Hypnoteaching* dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan motivasi dan pencapaian belajar siswa di bidang pendidikan biologi. Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pendidikan di masa depan, terutama dalam pengembangan metode pengajaran yang lebih inovatif dan efektif.

7. Hypnosis in Education: A Review of the Literature and Implications for Practical Use", Erich D. Witte, Nathan M. Perry (2018)

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan tinjauan literatur tentang penggunaan hipnosis dalam pendidikan dan memberikan implikasi praktis untuk penggunaannya. Penelitian ini dilakukan oleh Erich D. Witte dan Nathan M. Perry pada tahun 2018. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur, di mana peneliti mencari artikel, buku, dan jurnal yang berkaitan dengan penggunaan hipnosis dalam pendidikan. Setelah itu, peneliti melakukan analisis

terhadap temuan-temuan tersebut untuk memahami pengaruh hipnosis pada pendidikan. Hipnosis merupakan sebuah teknik yang dapat digunakan untuk mempengaruhi kondisi pikiran dan perilaku seseorang. Dalam pendidikan, hipnosis dapat digunakan sebagai alat bantu untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah seperti kecemasan dan kurangnya motivasi belajar.

Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipnosis dapat digunakan untuk membantu mengurangi kecemasan pada siswa. Kecemasan dapat mengganggu konsentrasi dan mempengaruhi kinerja belajar siswa. Dengan demikian, hipnosis dapat membantu meningkatkan konsentrasi siswa dan memperbaiki kinerja belajar mereka. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa hipnosis dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Ketika siswa merasa terinspirasi dan termotivasi mereka akan lebih termotivasi untuk belajar dan meraih prestasi akademik yang lebih baik. Namun, perlu diingat bahwa penggunaan hipnosis dalam pendidikan harus dilakukan dengan hati-hati dan oleh orang yang terlatih. Hipnosis dapat memiliki efek yang kuat pada pikiran seseorang, dan jika tidak digunakan dengan benar, dapat menimbulkan dampak negatif. Dalam hal praktik, hipnosis dapat digunakan oleh guru atau praktisi terlatih untuk membantu siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran mereka. Hipnosis juga dapat digunakan dalam sesi konseling untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah kecemasan dan motivasi belajar.

Secara keseluruhan, temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipnosis dapat menjadi alat bantu yang efektif dalam pendidikan. Namun, perlu ada pendekatan yang tepat dan penggunaan hipnosis yang benar agar dapat memberikan manfaat yang optimal bagi siswa dan proses pembelajaran.