

PENDEKATAN PEMBELAJARAN DENGAN MEMPERHATIKAN CARA KERJA OTAK: EFEKTIVITAS HYPNOTHEACHING DALAM MENDONGKRAK PRESTASI BELAJAR SISWA MAN 1 MODEL BOJONEGORO

Anita Wijayanti

Madrasah Aliyah Negeri 1 Model Bojonegoro

E-mail: anitawijayanti26@gmail.com

Abstract: Hypnoteaching is one of the teaching methods that concerns the existence of the brain as a source of thinking for students. This approach applies to process the brain waves of students to be in alpha conditions, because in this condition students can suggest themselves of the importance of learning. This method of learning presents the subject matter by using subconscious languages because the subconscious is dominating the way the brain works. Any teacher clever if not able to process the sense of students then the learning will take place without the impression that ultimately has no significance to achievement. This paper presents the steps of hypnoteaching for teachers to be easily adopted in the process of teaching and learning activities. The result data showed that students' learning achievement and absorption capacity of 88% and 92% of XII MIPA and XI MIPA MAN 1 Model Bojonegoro axles respectively, and showed a high and medium deviation standard with the spread of homogeneous values and has a range of values that are not too far between the highest value and the lowest value.

Keywords: Learning, Effectiveness, Hypnoteaching, Student Learning Achievement

Pendahuluan

Guru adalah praktisi pendidikan yang dalam kesehariannya tidak pernah lepas dari kegiatan belajar mengajar. Hampir pada setiap kegiatan

belajar yang berlangsung secara klasikal selalu menemukan berbagai kendala, mulai dari minat atau motivasi siswa yang rendah, kondisi kelas yang terlalu gaduh atau sebaliknya siswa pasif hanya duduk, diam, mendengarkan tanpa konsentrasi. Terkadang guru hanya fokus pada penyampaian materi sesuai target pada silabus atau sekedar menjalankan tugas mengajar sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Guru selalu berkeyakinan jika materi sudah disampaikan maka selesai sudah tanpa memperhatikan kondisi siswa.¹ Efektifitas pengajaran baru terbaca setelah proses evaluasi. Sebagian besar siswa memperoleh nilai yang belum cukup atau dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).

Kerja keras guru akan bertambah pada proses remedial karena siswa belum memahami materi. Berbagai upaya penugasan akhirnya menjadi solusi terakhir untuk menaikkan nilai agar sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Fenomena ujian Nasional (UN) juga menjadi faktor yang seringkali menghantui guru dan siswa dalam mencapai target keberhasilannya. Kegiatan bimbingan belajar atau pemantapan ujian hanya berlangsung sebagai keharusan bagi siswa kelas satau level akhir, bahkan berkesan guru menjejali materi secara terus menerus. Berdasarkan fakta di atas dapat ditarik benang merah bahwa predikat guru belum berhasil sebagai pendefinisian yang ideal, yaitu guru yang berkewajiban mentransfer ilmu pengetahuan.

Dalam kacamata siswa, materi yang disampaikan oleh guru belum seluruhnya terserap maksimal. Siswa memahami materi saat kegiatan belajar mengajar saja atau memorial pengetahuan tersebut hanya bertahan sampai dengan penilaian harian, selebihnya siswa akan memperoleh kesulitan dalam memahami materi. Kondisi tersebut kemungkinan terjadi karena proses penyerapan materi belajar sangat dipengaruhi oleh waktu, kondisi kelas, kondisi siswa, metode pengajaran dan lain-lain. Materi yang disampaikan pada jam terakhir akan terserap

¹ Proses pembelajaran merupakan inti dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan guru sebagai pemegang peran utama. Proses pembelajaran juga merupakan proses yang mengandung serangkaian perbuatan guru dan peserta didik atas dasar hubungan timbal balik yang berlangsung dalam suasana edukatif untuk mencapai tujuan. Interaksi atau hubungan timbal balik antara guru dan peserta didik merupakan syarat utama bagi berlangsungnya proses pembelajaran. Agus Budianto dan Nara Setya Wiratama, *Hypnoteaching* dalam Pembelajaran Sejarah, *Jurnal Edutama*, Vol 4, No. 2 Juli 2017, 1-2

lebih sulit bagi siswa karena fisik mereka lelah setelah belajar seharian. Kelas yang gaduh dengan suhu udara kelas yang mulai gerah juga sangat mengganggu konsentrasi belajar. Siswa dengan berbagai masalahnya juga sangat berpengaruh terhadap hasil belajarnya. Selain faktor di atas metode yang diterapkan oleh guru dalam menyampaikan materi tersebut akan besar pengaruhnya bagi siswa untuk dapat menerima dan memahami materi belajar.

Berdasarkan jurnal penelitian yang dilakukan oleh Selvianus, dkk menyatakan bahwa;

“...kondisi riil yang sering dialami siswa pada umumnya adalah terkesan bahwa pelajaran biologi yang diajarkan di sekolah merupakan sesuatu yang menakutkan, sulit dimengerti karena banyak dikombinasi dengan istilah Latin atau bahasa ilmiah, sehingga akan berdampak pada rendahnya motivasi dan hasil belajar siswa.”²

Matapelajaran biologi (Sains),³ sangat disadari bahwa matapelajaran ini dapat dikategorikan sebagai matapelajaran yang sulit, mengingat banyak istilah yang belum familiar bagi siswa. Tidak sedikit pokok bahasan dalam biologi sulit untuk divisualisasikan bahkan beberapa pendapat menyatakan bahwa biologi adalah materi hafalan. Hal ini berarti hasil belajar biologi juga belum maksimal meskipun beberapa metode pengajaran diterapkan. Selain itu biologi juga salah satu matapelajaran Ujian Nasional (UN) yang tingkat keberhasilannya harus diperjuangkan oleh siswa melalui guru yang bersangkutan.

Mengapa harus *hypnoteaching*? Saat ini sebagian masyarakat masih berpandangan negatif terhadap proses hipnotis, padahal hipnotis adalah sesuatu yang bisa dibuktikan secara ilmiah dan logis. Hipnotis mempunyai manfaat besar dalam perubahan kehidupan baik secara fisik

² Selvianus S., Putu Riastanti, dan Manik Widayanti, “Pengaruh model pembelajaran kontekstual berbantuan tutor sebaya terhadap hasil belajar biologi ditinjau dari motivasi belajar”. *E-Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha*, Volume 3 Tahun 2013, 2

³ Biologi menduduki posisi sangat strategis sekaligus unik dalam struktur keilmuan sebagai bagian dari ilmu pengetahuan alam (*natural science*). Hepta Bungsu Agung Jayawardana dan Djukri, “Pengembangan Model Pembelajaran *Hypnoteaching* untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Biologi Siswa SMA/MA, *Jurnal Inovasi Pendidikan IPA*, volume 1, Nomor 1, Oktober 2015, 168

maupun psikologis. Bahkan Ibnu Hajar dalam buahkaryanya *Hypnoteaching Memaksimalkan Hasil Proses Belajar Mengajar* mengatakan bahwa hipnotis dapat dimanfaatkan dalam upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar yang disebut *hypnoteaching*.⁴

Seputar hypnoteacing, meminjam dari hasil penelitian Agus Budianto dan Nara Setya Wiratama, yang ter-publist dalam *Jurnal Edutama*, dinyatakan bahwa:

Hypnoteaching is one of the learning methods by using the art of communicating to influence learners. Hypnoteaching is a combination of five teaching-learning methods such as quantum learning, accelerate learning, power teaching, neuro-linguistic programming (NLP) and hypnosis. Hypnoteaching can be done using informal hypnosis as well as formal hypnosis. Informal hypnosis is also called indirect hypnosis ie teachers can naturally make the Critical Area learners become no longer critical, through a very persuasive communication pattern.⁵

Oleh karena itu sangatlah diperlukan suatu inovasi kegiatan pembelajaran yang dapat menekan semua hambatan siswa serta dapat merubah nilai esensial guru sebagai pelaksana pembelajaran yang tidak sia-sia. Inovasi tersebut adalah *hypnoteaching* yang dalam pelaksanaannya sangat memperhatikan kondisi siswa, *student learning centre*, menciptakan guru kreatif, pembelajaran yang nyaman, menyenangkan dan rileks serta menciptakan hasil belajar yang maksimal.

Berdasarkan dasar pemikiran di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah Bagaimana hynoteaching dapat mendongkrak atau meningkatkan prestasi belajar biologi (sains) siswa? Alat pengumpul data yang digunakan adalah lembar observasi guru dan siswa, lembar soal tes, dan angket tanggapan siswa. Data penelitian ini bersumber dari hasil

⁴ Ibnu Hajar, *Hypnoteaching Memaksimalkan Hasil Proses Belajar Mengajar* (Jogjakarta: Diva Press, 2012), 11.

⁵ Dalam arti bebasnya yaitu; Hipnoteaching adalah salah satu metode mengajar dengan menggunakan sering berkomunikasi untuk mempengaruhi para siswa. Hipnoteaching adalah kombinasi dari lima metode mengajar seperti *quantum learning*, *accelerate learning*, *power teaching*, *neuro-linguistic programming* (NLP) dan *hypnosis*. Hypnoteaching dapat diterapkan menggunakan informal hypnosis dan juga informal hypnosis. Informal hypnosis juga disebut sebagai indirect hypnosis, misalnya para guru dapat secara alami membuat area kritis siswa menjadi tidak kritis lagi, melalui pola komunikasi persuasi. Agus Budianto. *Hypnoteaching*, 1-2

pengamatan selama proses belajar mengajar berlangsung dikelas, sedangkan sumber data adalah guru dan siswa MAN 1 Model Bojonegoro Jawa Timur Indonesia. Penelitian ini hanya melibatkan satu kelompok subjek saja yang diberi perlakuan tanpa adanya kelompok kontrol. Penelitian berfokus pada kemampuan guru, aktivitas siswa, hasil belajar siswa, dan tanggapan belajar siswa.

Pengertian *Hypnoteaching*

Hypnoteaching berasal dari kata *hypnosis* dan *teaching*. *Hypnosis* adalah fenomena mirip tidur namun bukan tidur. *Teaching* bermakna mengajar sehingga *hypnoteaching* adalah proses pengajaran yang dapat memberikan sugesti kepada peserta didik. Adapun makna tidur disini bukan berarti tidur secara normal namun menidurkan sejenak aktivitas pikiran sadar dan mengaktifkan pikiran bawah sadar.⁶ Menarik jika mengikuti pendapat Hebta dalam jurnal Inovasi Pendidikan IPA, yang ia kutip dari Majid, mendefinisikan bahwa; *Hypnosis* dapat diartikan sebagai sugesti, hal ini mengacu pada definisi yang dikeluarkan oleh U.S. Department of Education, Human Services Division, dikatakan bahwa; "*Hypnosis is the bypass of the critical factor of the conscious mind followed by the establishment of acceptable selective thinking*" atau "*Hipnosis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar diikuti dengan diterimanya suatu pemikiran atau sugesti*".⁷ Sedangkan definisi dari *teaching* adalah kegiatan mendidik dan mengajarkan ilmu pengetahuan, sehingga akan meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotoriknya.

Sedangkan Hajar mengartikan *hypnoteaching* sebagai seni berkomunikasi dengan jalan memberikan sugesti agar para siswa menjadi lebih cerdas. Dengan sugesti yang diberikan diharapkan mereka tersadar dan tercerahkan bahwa ada potensi luar biasa yang selama ini belum pernah mereka optimalkan dalam pembelajaran.⁸ Pendapat senada juga disinggung oleh Akbar Abi bahwa; *hypnoteaching* merupakan improvisasi

⁶ Muhammad Noer, *Hypnoteaching for Success Learning* (Jogjakarta: PT. Bintang Pusaka Abadi, 2010), 117

⁷ Indra Majid, *Pemahaman dasar hypnosis*. 2012, 5 E-book hypnosis <http://duniadownload.com/ilmu-pengetahuan/pemahaman-dasar-hypnosis-hipnotis.html> akses 05 Maret 2017.

⁸ Hajar, *Hypnoteaching*, 75

dari sebuah metode pembelajaran. *Hypnoteaching* merupakan perpaduan antara kedasyatan ilmu *hypnosis* dengan ilmu pengetahuan. Dengan kata lain bahwa *hypnoteaching* menyuguhkan sebuah pendekatan konseptual baru yang dapat mencerahkan dan membina siswa-siswa yang bermasalah dalam belajar.⁹

Dari berbagai definisi di atas secara garis besar dapat disimpulkan bahwa *hypnoteaching* adalah proses bagaimana guru dapat mewujudkan lingkungan belajar yang nyaman baik secara psikis atau fisik. Ketika suasana kelas tercipta kenyamanan, siswa akan merasakan bahwa pembelajaran sangat menyenangkan dan ketika pembelajaran itu nyaman dipastikan materi yang disampaikan guru akan mudah terserap oleh peserta didik.¹⁰

Cara Kerja *Hypnosis* pada Otak

Otak memiliki gelombang yang tidak kasat mata tetapi dapat diketahui melalui alat yang disebut EEG (*Electro Encephalograph*). Melalui alat ini dapat ditemukan berbagai gelombang pikiran seseorang antara lain:

Pertama, Gelombang Beta (frekuensi 14-100 Hz). Dalam frekuensi ini kita tengah berada pada kondisi aktif terjaga, sadar penuh dan didominasi oleh logika. Inilah kondisi normal yang kita alami sehari-hari ketika sedang terjaga. Pada frekuensi ini aktifitas kita berupa sedang bekerja, berkonsentrasi, berbicara, berpikir tentang masalah yang kita

⁹ Abi Akbar, *Dengan Hypnoteaching Jadikan Siswa Berprestasi*. [http:// repository. Library.uksw.edu](http://repository.library.uksw.edu), 2011.

¹⁰ Dikutip langsung dari pendapat Janantika dkk, bahwa; Dari istilah bahasa "*hypnoteaching*" berasal dari dua kata yaitu *hypno* dan *teaching*. Elvin Syaputra dalam *Kamus Lengkap 99 Miliar Inggris – Indonesia* ditulis dalam buku *Hypnoteaching for Succes Learning* mengartikan kata *hypnotic* sebagai hal yang menyebabkan tidur. Dan, *hypnotis* berarti ahli hypnosis. Sementara *teaching* bermakna mengajar. dengan pengertian ini *hypnoteaching* berarti mengajar yang dapat menyebabkan tidur. Bila pengertian ini yang dikehendaki, berarti *hypnoteaching* sangat tidak berguna dalam mendukung pengajaran di kelas. Namun, pengertian seperti inilah yang banyak terjadi di lapangan. Artinya, di saat guru berceramah menyampaikan pelajaran, tidak sedikit peserta didik yang mulai terserang kantuk, menguap, bahkan ada yang sudah tidur saat ditanya. Janantika Pramuditya Pangesti, Dwi Anggara Kusuma Dewi, Fajar Wibowo, *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan dan Sainstek 2016*, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Jalan Ir. Sutami 36 A, Kentingan, Surakarta (ISSN: 2557-533X), 542-543

hadapi, dan sebagainya. Dalam kondisi ini kerja otak cenderung menimbulkan rasa cemas, khawatir, stres, dan marah.

Kedua, Gelombang Alpha (Frekuensi 8-13,9 Hz). Pada frekuensi ini kita berada pada keadaan khusuk, rileks, mediatif, nyaman, dan ikhlas. Keadaan ini menyebabkan kita merasa nyaman, tenang dan bahagia.

Ketiga, Gelombang Theta (Frekuensi 4-7,9 Hz). Pada frekuensi ini seseorang dalam kondisi sangat khusuk, keheningan yang mendalam, dan mampu mendengar nurani bawah sadar. Frekuensi ini menandakan aktivitas pikiran di bawah sadar.

Keempat, Gelombang Delta (frekuensi 0,1-3,9 Hz). Frekuensi terendah ini akan terdeteksi ketika orang tengah tertidur pulas dengan mimpi atau tidak bermimpi.¹¹

Dengan mengetahui empat macam gelombang otak tersebut maka dapat ditentukan bahwa area *hypnosis* akan maksimal pada gelombang otak alpha sampai dengan theta. Hematnya; Dalam kondisi Alpha dan Theta, filter RAS terbuka sebagian. Ketika terbuka semuanya, filter ini membiarkan informasi masuk ke dalam bank memori. Kondisi Alpha dan Theta adalah keadaan konsentrasi, fokus tunggal, dan fokus rileks. Pikiran hanya berkonsentrasi pada aktivitas yang dilakukan dan saat itulah informasi memasuki bank memori. Dalam kondisi Alpha, seseorang dapat mengingat kembali informasi itu dan saat itulah filter terbuka setengahnya untuk mengeluarkan informasi yang dibutuhkan.¹²

Urgenitas *Hypnoteaching* bagi Guru dan Siswa

Bagi guru *hypnoteaching* mempunyai sejumlah implikasi mengingat guru adalah pembentuk watak anak bangsa melalui pendidikan. Guru yang mengajar dengan semangat dan kesungguhan dalam menjalankan tugas sesuai dengan perannya akan memberikan pengaruh positif pada peserta didik. Melalui *hypnoteaching* guru akan termotivasi untuk menjadi suri tauladan bagi siswanya sehingga setiap hari guru dapat memberikan *positive statement* bagi peserta didik. Menurut Hajar *hypnoteaching* akan membekali guru sebagai ahli komunikasi yang efektif

¹¹ Hajar, *Hypnoteaching*, 49

¹² Freddy Faldi Syukur, *Menjadi Guru Dahsyat Guru yang Memikat* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2010), 97-98

dimana guru dapat mengaplikasi teknik tersebut untuk memberdayakan pikiran bawah sadar selama kegiatan belajar mengajar.¹³

Akbar Abi menjelaskan bahwa pendekatan *hypnoteaching* akan menciptakan iklim dinamis di dalam kelas, interaksi antara guru dan siswa akan optimal. Bahkan melalui *hypnoteaching* guru dapat menggabungkan beberapa metode mengajar antara lain *quantum learning*, *accelerate learning*, *power teaching*, dan *hypnosis*.¹⁴ Bagi guru yang ingin menerapkan pendekatan *hypnoteaching* sebaiknya memperhatikan unsur-unsur berikut ini: (a) Penampilan Guru, dengan berpakaian rapi tentunya akan meningkatkan rasa percaya diri yang tinggi dan membantu memberikan daya magnet yang kuat bagi peserta didik. (b) Rasa simpati, jika guru memberlakukan peserta didik dengan baik maka siswa juga akan bertindak sebaliknya. (c) Sikap empatik, guru yang memiliki rasa empati tidak akan terburu-buru menjugment kenakalan siswa tanpa mengetahui latar belakangnya dengan jelas. (d) Penggunaan bahasa, guru sebaiknya memiliki kosa kata yang baik, dapat menahan emosi, dan suka menghargai karya siswa. (e) Peraga bagi yang kinestetik, peraga merupakan salah satu unsur hypnosis oleh karena itu guru sebaiknya mengajar dengan penuh ekspresi menggerakkan anggota badan jika diperlukan atau menggunakan bahasa tubuh. (f) Motivasi peserta didik dengan cerita dan kisah, tehnik mengajar dengan menyelipkan kisah-kisah inspiratif yang secara tidak langsung memberikan nasehat tanpa harus menggurui. Dan (g) Kuasai hati siswa terlebih dahulu sebelum menguasai pikirannya, dengan menguasai hati maka pola pikir siswa dapat kita bentuk dan diarahkan.¹⁵

Bagi siswa pendekatan *hypnoteaching* juga sangat menguntungkan karena pendekatan ini berbasis pada siswa. Siswa dimotivasi lebih dulu akan makna tujuan belajar, siswa dimotivasi bahwa mereka mempunyai kelebihan pada dirinya untuk menjadi lebih baik. Peserta didik dapat dengan mudah menguasai materi karena termotivasi lebih awal dan pembelajaran berlangsung dengan menyenangkan. Metode *hypnoteaching*

¹³ Hajar, *Hypnoteaching*, 79

¹⁴ Akbar Abi, *Dengan Hypnoteaching*.

¹⁵ Noer, *Hypnoteaching for Success*, 137-144

dapat meningkatkan niat dan motivasi belajar siswa.¹⁶ Sependapat dengan pernyataan Zainur Arifin dalam penelitiannya yang tersirat dalam jurnal Murobbi, ia mengatakan;

Motivasi berfungsi sebagai pendorong, pengarah, dan sekaligus sebagai penggerak perilaku seseorang untuk mencapai suatu tujuan. Guru merupakan faktor yang penting untuk mengusahakan terlaksananya fungsi-fungsi tersebut dengan cara memenuhi kebutuhan siswa. Kebutuhan-kebutuhan tersebut meliputi fisiologis, kebutuhan akan keselamatan dan rasa aman, kebutuhan untuk diterima dan dicintai, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan untuk merealisasikan diri.¹⁷

Hypnoteaching juga mengadopsi student learning center. Umar menjelaskan bahwa pemantauan terhadap siswa lebih intensif, mereka dipantau untuk berpikir kreatif, berimajinasi, dan aktif sehingga daya serap siswa terhadap materi bertahan lebih lama dan tidak sekedar menghafal. *Hipnosis* akan membawa siswa dalam kondisi relaks dimana keadaan ini siswa mudah menerima saran, masukkan, informasi, data, bahkan pengetahuan tertentu. Dengan demikian secara otomatis siswa dapat mengoptimalkan daya serap, daya ingat dan daya pikirnya.

Langkah-langkah *Hypnoteaching* dalam Pembelajaran

Dalam melakukan *hypnoteaching* guru memerlukan beberapa langkah sederhana berikut:

Pertama, Membangun niat dan motivasi dalam diri sendiri, niat yang besar akan memunculkan motivasi yang tinggi dan komitmen untuk tetap concern dan survive pada bidang yang ditekuni. *Kedua*, *Pacing*, kita harus menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak

¹⁶ Muhammad Reza Arieska, Ahmad Farhan, Ahmad Hamid, “Efektivitas Metode Hypnoteaching dalam Kegiatan Pembelajaran Fisika Siswa Sma Negeri 10 Fajar Harapan Banda Aceh”, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa (JIM) Pendidikan Fisika*. Vol. 1 No.4 Oktober 2016, 128

¹⁷ Zainur Arifin, “Psikologi Anak: Telaan Kritis Dinamika Belajar Anak”, *Muróbbi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, Volume 1, Nomor 1, Maret 2017, 86. Lihat juga, Lebih lanjut, Robert C. Beck mengatakan bahwa motivasi sebagai daya penggerak yang ada dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi tercapainya suatu tujuan. Hamzah B. Uno, *Teori Motivasi & Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara, 2013, 63

dengan siswa. Karena pada prinsipnya manusia cenderung lebih mudah berinteraksi dengan teman yang memiliki banyak kesamaan sehingga tercipta kenyamanan. Jika suasana nyaman maka informasi dari guru ke siswa dapat ditransfer dengan baik.

Ketiga, Leading, guru akan memimpin proses belajar. Pada saat itu hampir setiap ucapan atau tugas dari guru kepada siswa akan dilakukan dengan sukarela dan bahagia, sehingga sesulit apapun materi yang diberikan oleh guru, pikiran bawah sadar siswa akan menganggap materi pelajaran dengan mudah.

Keempat, Gunakan kata positif, penggunaan kata ini sesuai dengan cara pikiran bawah sadar yang tidak mau menerima kata negatif. Pada dasarnya kata-kata yang diberikan oleh guru baik langsung maupun tidak akan mempengaruhi kondisi psikis siswa sehingga siswa merasa lebih percaya diri dalam menerima materi.

Kelima, Memberikan pujian merupakan salah satu cara untuk membentuk konsep diri seseorang. Pujian pada siswa dengan tulus akan mendorong mereka untuk melakukan yang lebih dari sebelumnya. Dan *keenam, Modelling*, proses memberi tauladan melalui ucapan dan perilaku yang konsisten. Agar guru menjadi *figure* yang dapat dipercaya.

Kelebihan dan Hambatan *Hypnoteaching*

Kelebihan pendekatan *hypnoteaching* ini antara lain guru bertindak sebagai motivator, fasilitator, dan konselor oleh siswa-siswanya. Hal ini dapat menyebabkan kegiatan belajar mengajar lebih baik dan kondusif dimana kondisi ini tidak didapatkan dari metode pembelajaran konvensional. Hajar menjelaskan bahwa kelebihan *hypnoteaching* adalah: (a) Proses belajar mengajar lebih dinamis dan ada interaksi yang baik antara guru dan siswanya. (b) Siswa dapat berkembang sesuai dengan bakat dan minatnya masing-masing. (c) Banyak memberikan proses keterampilan. (d) Proses pembelajaran lebih beragam. (e) Siswa dapat dengan mudah menguasai materi karena lebih termotivasi untuk belajar. (f) Pembelajaran bersifat aktif. (g) Pemantauan terhadap siswa lebih intensif. (h) Siswa lebih dapat berimajinasi dan berpikir kreatif. (i) Siswa akan melakukan pembelajaran dengan senang hati. (j) Daya serap siswa menjadi lebih cepat dan bertahan lama, karena siswa tidak menghafal

pelajaran. Dan (k) siswa akan dapat berkonsentrasi penuh terhadap materi yang diberikan oleh guru.

Sebaliknya *hypnoteaching* mempunyai beberapa hambatan yaitu: (a) Metode ini belum banyak digunakan oleh para pendidik di Indonesia, sehingga penggunaannya justru dipandang aneh oleh sebagian kalangan masyarakat dalam optimalisasi kegiatan belajar mengajar. (b) Jumlah siswa yang terlalu besar pada setiap kelasnya menyebabkan kurangnya waktu dari guru untuk memberikan perhatian kepada masing-masing siswa. (c) *Hypnoteaching* tidak saja memandang kuantitas tetapi juga kualitas sehingga memungkinkan terjadinya kekacauan dalam hal efektivitas tempat dan waktu belajar. (d) Pendekatan ini bukan proses yang instan sehingga sangat membutuhkan pelatihan bagi guru secara berulang-ulang. (e) Belum semua pendidik memahami benar mekanisme *hypnoteaching*, sehingga sampai saat ini pendekatan ini hanya sebatas wacana saja. (f) Biaya pelatihan *hypnoteaching* masih relatif mahal sehingga menambah kesulitan bagi guru. (g) Belum sepenuhnya guru mampu melaksanakan *hypnoteaching* dalam proses belajar mengajar. (h) Kurangnya sarana dan prasarana yang dapat menunjang penerapan *hypnoteaching* dilingkungan sekolah. (i) Sejumlah siswa masih bersifat pasif dalam kegiatan belajar mengajar. Dan (j) siswa belum sepenuhnya menggunakan penalaran logis yang lebih tinggi seperti kemampuan membuktikan suatu konsep.¹⁸

Pembahasan

Kegiatan belajar mengajar merupakan ujung tombak dari pola pendidikan formal. Oleh karena itu keberhasilan mendidik melalui kegiatan pembelajaran di kelas harus mendapatkan perhatian yang serius. Guru berada pada posisi pelaksana terdepan dalam usaha membangun manusia seutuhnya. Beliau adalah pencetak generasi genius yang berkualitas tinggi. Bahkan profesi guru merupakan tugas profesional karena seorang guru akan mencetak peserta didik menjadi manusia dengan berbagai profesi atau keahlian. Sejauh mana kreatifitas guru akan sangat menentukan seberapa besar tingkat keberhasilan siswanya. Beberapa pendekatan maupun metode mengajar diterapkan sebagai

¹⁸ Hajar, *Hypnoteaching*, 82

upaya perbaikan kualitas prestasi siswa, salah satunya melalui pendekatan hypnoteaching. Mengutip dari sebuah prosiding Seminar Nasional Pendidikan dan Saintek 2016 (ISSN: 2557-533X) bahwa;

Kebanyakan guru yang mengajar di sekolah-sekolah, masih menggunakan model belajar konvensional. Model yang dimaksud adalah model pembelajaran yang menempatkan siswa sebagai objek yang berperan secara pasif, sehingga hal tersebut menyebabkan suasana kelas sering menjadi tidak menyenangkan dan mudah membuat siswa merasa bosan atau jenuh dalam melaksanakan proses pembelajaran. Hal ini terjadi karena mereka tidak difasilitasi untuk ikut dalam proses pembelajaran tersebut. Kegiatan belajar pun dirasa menjadi kurang kondusif. Akibatnya hasil belajar siswa pun menjadi rendah.¹⁹

Hypnoteaching merupakan salah satu metode mengajar yang memperhatikan keberadaan otak sebagai sumber berpikir bagi siswa. Pendekatan ini diterapkan dengan mengolah gelombang otak siswa agar berada pada kondisi alpha, karena pada kondisi ini siswa dapat mensugesti diri mereka sendiri akan pentingnya belajar. Penerapan hypnoteaching di kelas peneliti menggunakan beberapa tahap tindakan antara lain 1) Membangun niat dan motivasi dalam diri sendiri, niat yang besar akan memunculkan motivasi yang tinggi dan komitmen untuk tetap *concern* dan *survive* pada bidang yang ditekuni, 2) *Pacing*, kita harus menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak dengan siswa. Karena pada prinsipnya manusia cenderung lebih muda berinteraksi dengan teman yang memiliki banyak kesamaan sehingga tercipta kenyamanan. Jika suasana nyaman maka informasi dari guru ke siswa dapat ditransfer dengan baik, 3) *Leading*, guru akan memimpin proses belajar. Pada saat itu hampir setiap ucapan atau tugas dari guru kepada siswa akan di lakukan dengan sukarela dan bahagia sehingga sesulit apapun materi yang di berikan oleh guru, pikiran bawah sadar siswa akan menganggap materi pelajaran dengan mudah, 4) Gunakan kata positif, penggunaan kata ini sesuai dengan cara pikiran bawah sadar yang tidak mau menerima kata negatif. Pada dasarnya kata-

¹⁹ Janantika Pramuditya Pangesti, Dwi Anggara Kusuma Dewi, Fajar Wibowo, *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan dan Saintek 2016*, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Jalan Ir. Sutami 36 A, Ketingan, Surakarta (ISSN: 2557-533X), 540

kata yang diberikan oleh guru baik langsung maupun tidak akan mempengaruhi kondisi psikis siswa sehingga siswa merasa lebih percaya diri dalam menerima materi. 5) Memberikan pujian merupakan salah satu cara untuk membentuk konsep diri seseorang. Pujian pada siswa dengan tulus akan mendorong mereka untuk melakukan yang lebih dari sebelumnya,²⁰ 6) Modelling, proses memberi tauladan melalui ucapan dan perilaku yang konsisten. Agar guru menjadi figur yang dapat dipercaya.

Hypnoteaching sebagai metode pembelajaran ini menyajikan materi pelajaran dengan menggunakan bahasa-bahasa bawah sadar karena alam bawah sadar sangat mendominasi terhadap cara kerja otak. Sepandai apapun seorang guru jika tidak dapat mengolah rasa siswa maka pembelajaran akan berlangsung tanpa kesan yang pada akhirnya tidak memiliki signifikansi terhadap prestasi. *Hypnoteaching* diterapkan oleh peneliti pada 6 sampai 8 kelas XI dan XII program MIPA MAN 1 Model Bojonegoro tahun pelajaran 2017-2018 yang mempelajari biologi sebagai matapelajaran wajib pada program tersebut. Penerapan *hypnoteaching* di kelas-kelas tersebut pada awalnya mengalami kendala yang berarti karena jumlah siswa yang terlalu besar hampir 40 siswa, suhu ruangan kelas yang gerah sehingga konsentrasi siswa belum sepenuhnya terbentuk. Kesabaran peneliti dalam menerapkan *hypnoteaching* pada akhirnya membuahkan hasil. *Hypnoteaching* terbukti mampu menciptakan suasana kelas yang menyenangkan bagi para siswa, bahkan metode ini mampu mengubah persepsi siswa terhadap guru. Guru dianggap sebagai pelindung siswa, pemerhati siswa secara lebih mendalam, bahkan *reward* atau pujian oleh guru kepada siswa dapat memotivasi siswa dalam merubah perilaku. Sebuah pengalaman menceritakan, dengan sekali *hypnotis* siswa yang nakal dan tidak dapat dinasehati dapat berubah

²⁰ Pujian merupakan salah satu cara untuk membentuk konsep diri seseorang. Sekecil apapun bentuk prestasinya, guru hendaknya tetap memberikan pujian. Termasuk ketika siswa berhasil melakukan perubahan positif pada dirinya sendiri, meski mungkin masih berada di bawah standar teman-temannya. Lihat, Ega Edistria, "Pengaruh *Hypnoteaching* dalam Problem-Based Learning terhadap Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa", *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar, The Journal of Innovation in Elementary Education*, Volume 1 Nomor 2 June 2016, 62

menjadi penurut. Hal ini dapat terjadi karena saat guru menasehatinya saat siswa berada dalam alam bawah sadar.

Proses pembelajaran dengan *hypnoteaching* lebih memberi kemudahan kepada siswa untuk menguasai materi karena motivasi siswa yang dominan untuk belajar. Pembelajaran bersifat aktif karena berpusat pada siswa. Siswa didorong untuk berfikir kreatif, imajinatif, dan memiliki rasa senang yang tinggi. Dengan kondisi di atas maka daya serap siswa terhadap materi pelajaran menjadi lebih cepat dan bertahan lama dan tidak sekedar belajar menghafal saja. Dengan kata lain bahwa pada pendekatan *hpnoteaching* seorang guru harus mampu menciptakan lingkungan belajar yang nyaman baik secara psikis maupun secara fisik. Pernyataan di atas sejalan dengan hadis Nabi tentang bagaimana guru harus bersikap dan memperlakukan murid-muridnya.

Kerangka mengajar melalui *hypnoteaching* pada dasarnya sejalan dengan karakteristik pembelajaran berbasis sains antara lain: (a) Siswa perlu dilibatkan aktif dalam aktivitas yang didasari sains yang merefleksikan metode ilmiah dan ketrampilan proses yang mengarah pada *discovery* atau inquiri terbimbing. Dan (b) siswa dilatih *learning by doing* yang kemudian diharapkan mampu merefleksikannya dengan menyusun konsep, prinsip dan generalisasi melalui proses metode ilmiah.²¹

Penerapan *hypnoteaching* juga dapat mengadopsi beberapa model pembelajaran yang sejalan dengan pembelajaran sains yaitu: (a) Model pembelajaran *Problem Based Learning*,²² pembelajaran yang didasarkan pada masalah yang sedang *up to date* di sekitar kita. (b) Model pembelajaran inquiri, pembelajaran yang menggunakan pendekatan *scientific method*. (c) Model pembelajaran demonstrasi, pembelajaran dengan cara memperagakan didepan kelas. (d) Model pembelajaran

²¹ Siatatava Rizema Putra, *Desain Belajar Mengajar Kreatif Berbasis Sains* (Jogjakarta: Diva Press, 2013), 61

²² terdapat perbedaan kemampuan komunikasi matematis antara siswa yang memperoleh *hypnoteaching* dalam *problem-based learning* dan siswa yang tidak memperoleh *hypnoteaching* dalam *problem-based learning*. Perbedaan terlihat dari nilai rata-rata kemampuan komunikasi siswa yang diajarkan menggunakan *hypnoteaching* dalam *problem-based learning* lebih tinggi dari siswa yang tidak memperoleh *hypnoteaching* dalam *problem-based learning*. Lihat, Ega, "Pengaruh Hypnoteaching., 65

diskusi, pembelajaran dengan mengaktifkan siswa dalam berpendapat, berdialog saling bertukar informasi dengan siswa lain. (e) Model pembelajaran eksperimen, pembelajaran yang berbasis pada percobaan atau eksperimen. Dan (f) model pembelajaran sains, teknologi dan masyarakat, pembelajaran yang mengintegrasikan antara konsep dengan ketrampilan membuat teknologi yang bermanfaat bagi masyarakat.

Pendekatan tersebut digunakan oleh peneliti dalam kegiatan belajar mengajar Biologi dengan materi Pertumbuhan dan perkembangan pada Tumbuhan pada kelas XII program MIPA dan materi Struktur sel pada kelas XI program MIPA MAN 1 Model Bojonegoro. Berdasarkan hasil penilaian harian di akhir kegiatan belajar diperoleh data sebagai berikut:

No	Kelas	Jumlah siswa	Nilai diatas KKM	Nilai kurang dari KKM	Nilai tertinggi	Nilai terendah
1	XII MIPA 1	29	29	0	100	78
2	XII MIPA 2	28	23	5	100	75
3	XII MIPA 4	29	29	0	90	78
4	XII MIPA 6	34	25	9	95	75
5	XI MIPA 2	31	28	3	86,7	60
6	XI MIPA 3	31	30	1	93,3	66,7
7	XI MIPA 4	32	30	2	93,3	60
8	XI MIPA 5	31	27	4	93,3	60

Berdasarkan data atas terhitung 88 % siswa pada kelas XII MIPA dan 92 % siswa pada kelas XI MIPA memperoleh nilai di atas KKM dan 12% siswa pada kelas XII MIPA dan 8% siswa pada kelas XI MIPA memperoleh nilai dibawah KKM . Hal ini berarti siswa dapat memahami materi dengan baik dan merupakan signifikansi dari penerapan hypnoteaching yang menyenangkan.

Prosentase di atas juga mencerminkan daya serap terhadap materi yang diberikan dengan menggunakan metode hypnoteaching. Siswa dikelas XII MIPA memiliki daya serap terhadap materi sebesar 88% dan daya serap terhadap materi pada kelas XI MIPA sebesar 92 %.

Korelasi nilai hasil belajar dan daya serap terhadap penerapan hypnoteaching dalam kegiatan belajar mengajar dapat dikuatkan dengan menghitung standard deviasi pada masing-masing kelas.

No	Kelas	Standar deviasi
1	XII MIPA 1	6,4
2	XII MIPA 2	7,1
3	XII MIPA 4	4,7
4	XII MIPA 6	6,0
5	XI MIPA 2	8,7
6	XI MIPA 3	8,1
7	XI MIPA 4	8,8
8	XI MIPA 5	10,5

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa mempunyai standard deviasi tinggi sampai dengan sedang. Hal ini mencerminkan bahwa penyebaran nilai-nilai hasil belajar pada kelas tersebut bersifat *homogeny* atau merata dengan rentang nilai tertinggi dan terendah tidak terlalu jauh.

Meskipun demikian ketidakberhasilan *hypnoteaching* dapat terjadi karena beberapa faktor antara lain jumlah siswa yang besar pada setiap kelas, sarana kelas dengan suhu ruangan yang nyaman dan yang terpenting adalah penampilan guru sebagai *modelling*. Jelaslah sudah bahwa pendekatan *hypnoteaching* dapat memberikan kesempatan guru untuk kreatif menentukan model pembelajaran yang sesuai dengan pokok bahasan yang disampaikan, khususnya pembelajaran sains.

Kesimpulan

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa: *Hypnoteaching* merupakan pendekatan mengajar dengan memperhatikan cara kerja otak (gelombang alfa), penggunaan bahasa-bahasa bawah sadar untuk mengoptimalkan daya serap ilmu pengetahuan. *Hypnoteaching* dapat menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, menyenangkan bagi siswa sehingga pembelajaran berlangsung nyaman. *Hypnoteaching* dapat diterapkan dengan menggunakan langkah-langkah: membangun niat, *pacing, leading*, menggunakan kata-kata positif, pemberian pujian dan menggunakan modeling. *Hypnoteaching* dapat mengadopsi beberapa model pembelajaran yang sesuai dengan pokok bahasan yang diajarkan, khususnya sains.

Daftar Pustaka

- Akbar, Abi. *Dengan Hypnoteaching Jadikan Siswa Berprestasi*. [http://repository. Library.uksw.edu](http://repository.Library.uksw.edu), 2011.
- Arieska, Muhammad Reza, dkk. “Efektivitas Metode Hypnoteaching dalam Kegiatan Pembelajaran Fisika Siswa Sma Negeri 10 Fajar Harapan Banda Aceh”, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa (JIM) Pendidikan Fisika*. Vol. 1 No.4 Oktober 2016.
- Arifin, Zainur. “Psikologi Belajar Anak; Telaah Kritis Dinamika Belajar Anak” *Muróbbi: Jurnal Ilmu Pendidikan* [Online], Volume 1 Number 1 Maret 2017.
- Budianto, Agus dan Nara Setya Wiratama, “Hypnoteaching dalam Pembelajaran Sejarah”, *Jurnal Edutama*, Vol 4, No. 2 Juli 2017.
- Edistria, Ega. “Pengaruh Hypnoteaching dalam Problem-Based Learning terhadap Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa”, *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar, The Journal of Innovation in Elementary Education*, Volume 1 Number 2 June 2016.
- Hajar, Ibnu. *Hypnoteaching Memaksimalkan Hasil Proses Belajar Mengajar*. Jogjakarta: Diva Press, 2012.
- Jayawardana, Hepta Bungsu Agung dan Djukri, “Pengembangan Model Pembelajaran Hypnoteaching untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Biologi Siswa SMA/MA, *Jurnal Inovasi Pendidikan IPA*, Volume 1, Nomor 1, Oktober 2015.
- Majid, Indra. *Pemahaman dasar hypnosis*. 2012. E-book hypnosis <http://duniadownload.com/ilmu-pengetahuan/pemahaman-dasar-hypnosis-hipnotis.html> akses 05 Maret 2017.
- Noer, Muhammad. *Hypnoteaching for Success Learning*. Jogjakarta: PT. Bintang Pusaka Abadi, 2010.
- Pangesti, Janantika Pramuditya, dkk. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan dan Saintek 2016*, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Jalan Ir. Sutami 36 A, Kentingan, Surakarta (ISSN: 2557-533X)
- Putra, Sitiatava Rizema. *Desain Belajar Mengajar Kreatif Berbasis Sains*. Jogjakarta: Diva Press, 2013.
- Selvianus S., Putu Riastanti, & Manik Widayanti, “Pengaruh model pembelajaran kontekstual berbantuan tutor sebaya terhadap hasil belajar biologi ditinjau dari motivasi belajar”. *E-Journal Program*

Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, Volume 3 Tahun 2013.

Syukur, Freddy Faldi. *Menjadi Guru Dahsyat Guru yang Memikat.* Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2010.

Uno, Hamzah B. *Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan.* Jakarta: Bumi Aksara, 2013.