

## IMPLEMENTASI METODE HYPNOTEACHING DALAM PEMBELAJARAN PAI

**Miftakhurozaq**

*Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga  
Jl. Lingkar Selatan Pulutan, Sidorejo, Salatiga  
miftakhurozaq@yahoo.co.id*

**Abstract:** *The learning process is the steps that pass with in development of students cognitive, affective, and psychomotor abilities. These three abilities must be possessed by students or learners. For achieving teachers must play an important role in the learning process. One of the role that a teacher has to go through these stages as a facilitator. One of education problems in Indonesia nowadays is the weakness of learning Process. In learning process, students are not supported enough to develop their skill of thinking. The learning process is only focus on asking students to study, but it is not focus on what they have to study. Hypnoteaching is one of the newest learning method development which is implemented by teachers at school. Hypnoteaching is a combination of five learning methods, they are quantum learning, accelerate learning, power teaching, Neuro-Linguistic Programming (NLP) and Hypnosis. Learning by Hypnoteaching method emphasizes student's subconscious communication, which is implemented by several ways such as suggesting and imagining. By presenting this method, hopefully it can fix student's problems at school. Therefore, the teachers are requested to be able to master the hypnoteaching method as the one of learning method at school in delivering the learning material optimally.*

**Keywords:** *Learning Method, Hypnosis, Hypnoteaching, NLP*

## **Pendahuluan**

Pendidikan merupakan tumpuan harapan suatu bangsa agar bisa eksis di tengah pergulatan kehidupan masyarakat internasional. Indikator keberhasilan sebuah proses pendidikan terdeteksi dari kualitas sumber daya manusia yang bermutu. Kualitas lembaga pendidikan tentu saja akan dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang menjadi ruh dari sebuah lembaga pendidikan. Terkait persoalan tersebut, maka dalam hal ini gurulah yang menjadi aktor utama rancang bangun mutu sebuah lembaga pendidikan yang berkualitas dimana tanpa keterlibatan guru secara aktif, pendidikan kosong dari materi, esensi, dan substansi. Secanggih apapun sebuah kurikulum, visi, misi, dan kekuatan finansial, sepanjang gurunya pasif dan stagnan, maka kualitas lembaga pendidikan akan merosot dengan tajam, demikian pula sebaliknya.

Dalam proses interaksi edukatif, kedudukan metode mengajar sangat penting karena pengertian metode tidaklah hanya sekedar suatu cara, akan tetapi merupakan teknik di dalam proses penyampaian materi pengajaran.<sup>1</sup> Metode mengajar dalam pembelajaran akan memberikan kontribusi kepada seorang guru dalam mengorganisasi kegiatan belajar mengajar.

Kegagalan sebuah metode pembelajaran adalah ketika metode tersebut menjadi tempat bersandar terlalu lama, sehingga menyebabkan seseorang tidak bisa mandiri dan tergantung pada metode tersebut. Diperlukan sebuah inovasi pembelajaran dengan merumuskan metode-metode pendidikan yang sesuai dengan situasi dan kondisi yang sedang berlaku. Salah satu inovasi dalam dunia pendidikan adalah penerapan

---

<sup>1</sup> Zaenal Asni, *Micro Teaching* (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2013), hal. 4.

teknik hipnosis dalam dunia pembelajaran, diharapkan apabila pengajar dan para guru memahami cara berkomunikasi dengan pikiran bawah sadar siswa, tentu akan membantu dalam proses belajar mengajar.

Gunawan mengemukakan bahwa hipnosis merupakan suatu kondisi diberlakukannya peran imajinatif. Hipnosis biasanya disebabkan oleh prosedur yang dikenal sebagai induksi hipnosis yang umumnya terdiri atas rangkaian panjang instruksi awal dan sugesti. Sugesti ini dapat disampaikan oleh seorang *hypnotist* di hadapan subjek atau mungkin dilakukan sendiri oleh subjek. Hipnosis merupakan sebuah ilmu komunikasi pikiran bawah sadar yang bertujuan untuk mempengaruhi orang lain dengan cara merubah gelombang kesadarannya.<sup>2</sup>

Hipnosis adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang dengan mengubah tingkat kesadarannya. Hipnosis tidak hanya berguna untuk mengatasi permasalahan yang menyangkut kondisi fisik maupun psikis, melainkan juga dapat digunakan dalam upaya mengoptimalkan proses pembelajaran. Aplikasi Hipnosis dalam proses pembelajaran dikenal dengan istilah *hypnoteaching*. Metode *hypnoteaching* dapat diterapkan dalam pembelajaran, khususnya Pendidikan Agama Islam (PAI) untuk menciptakan suasana pembelajaran yang efektif dan menyenangkan sehingga daya kreatifitas siswa akan melejit dengan lebih maksimal.

---

<sup>2</sup> Adi W Gunawan, *Hypnosis: The Art of Subconscious Communication, Meraih Sukses dengan Kekuatan Pikiran* (Jakarta: PT. Gramedia Utama, 2007), hal. 66.

## **Metode**

Jenis penelitian ini merupakan studi pustaka (*library research*), mengacu pada data-data tertulis yang berkaitan dengan topik pembahasan, penelitian yang menggunakan gagasan berbentuk tulisan sebagai sumber penekanan kepada interpretasi dan analisis makna konsep pemikiran yang berupa ungkapan-ungkapan baik secara empiris maupun secara ide-ide rasional.<sup>3</sup>

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini sebagai sebuah studi pustaka (*library reseach*) adalah dengan mengumpulkan dokumentasi berupa buku-buku atau dokumen yang mendukung tema penelitian, diantaranya literatur utama atau primer yang dijadikan sumber kajian dalam penelitian ini yaitu buku tentang metode hypnoteaching seperti: *Hypnoteaching, Memaksimalkan Hasil Proses Belajar-Mengajar dengan Hipnoterapi* karya Ibnu Hajar, *Hypnoteaching (Revolusi Gaya Mengajar untuk Melejitkan Prestasi Siswa)* tulisan Ali Akbar Nafis, *Hypnosis: The Art of Subconscious Communication* karya Adi W. Gunawan, *Hypnosis in Teaching* karya Andri Hakim, *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik* tulisan dari N. Yustisia.

Teknik analisis data menggunakan pendekatan deskriptif analisis dengan melakukan reduksi data yang diperoleh dari sumber kepustakaan, kemudian mengorganisasi dan memaparkan data secara menyeluruh guna memperoleh gambaran secara lengkap serta melakukan verivikasi atau menyimpulkan data, yaitu menarik kesimpulan dan menjawab rumusan masalah.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* (Yogyakarta: Andi Offset, 1990), hal. 9.

<sup>4</sup> Masrukhin, *Metode Penelitian Kualitatif* (Kudus: Media Ilmu Press, 2015), hal. 2.

## Hasil dan Pembahasan

### *Metode Pembelajaran Hypnoteaching*

Secara harfiah *hypnoteaching* berasal dari kata *hypnosis* dan *teaching*. *Hypnoteaching* adalah metode pembelajaran dengan jalan aktivasi dan optimalisasi kekuatan pikiran bawah sadar siswa menjadi lebih cerdas. Sugesti yang diberikan, diharapkan siswa sadar bahwa sesungguhnya mereka memiliki potensi luar biasa yang selama ini belum pernah mereka optimalkan dalam pembelajaran. *Hypnoteaching* adalah perpaduan dari konsep aktivitas belajar mengajar dengan ilmu hipnosis.<sup>5</sup>

*Hypnoteaching* merupakan bagian dari ilmu hipnosis yang dikembangkan dalam dunia pendidikan, untuk memahami bagaimana implementasi *hypnoteaching* dalam proses pembelajaran maka dibutuhkan pemahaman yang komprehensif terkait pemahaman dasar tentang hipnosis. Istilah Hipnosis adalah keadaan seperti tidur karena sugesti, yang pada prosesnya orang tersebut berada di bawah pengaruh orang yang memberikan sugestinya atau menyebabkan seseorang berada dalam keadaan hipnosis.<sup>6</sup>

Hipnosis disebabkan oleh prosedur yang dikenal sebagai induksi, umumnya terdiri atas rangkaian panjang instruksi awal dan sugesti. Sugesti ini dapat disampaikan oleh seorang *hypnotist* (pelaku hipnosis) di hadapan subjek atau mungkin dilakukan sendiri oleh subjek. Hipnosis dapat diformulasikan sebagai sebuah ilmu komunikasi fikiran bawah sadar yang bertujuan untuk mempengaruhi komunikasi dengan cara merubah gelombang kesadarannya. Sejarah hipnosis diawali dari hipnosis

---

<sup>5</sup> Ibnu Hajar, *Hypno Teaching: Memaksimalkan Hasil Proses Belajar-Mengajar dengan Hipnoterapi* (Yogyakarta: Diva Press, 2011), hal. 75.

<sup>6</sup> Willy Wong dan Andri Hakim, *Dahsyatnya Hipnosis* (Jakarta: Visi Media, 2010), hal. 23.

tradisional, dimana zaman dahulu hipnosis dipraktikkan dalam ritual agama atau ritual penyembuhan, saat itu bangsa Eropa pada abad pertengahan menganggap hipnosis sebagai sihir dan ilmu yang menggunakan bantuan makhluk halus serta identik dengan kerahasiaan yang bersifat takhayul.

Hipnosis mulai berkembang memasuki era magnetisme dan mesmerisme, yaitu istilah yang diambil dari nama seorang dokter asal Austria yaitu Franz Anton Mesmer (1734-1815). Mesmer kemudian dianggap orang pertama yang meletakkan dasar-dasar hipnotime modern. Dia mengklaim bahwa dirinya memiliki kekuatan magnetis yang mampu melepaskan sumbatan dan memperlancar aliran cairan dalam tubuh dan menyembuhkan penyakit manusia. Teorinya ini dianggap ilmiah karena bertepatan dengan penemuan listrik dan perkembangan astronomi pada masa itu. Ia diyakini sebagai dokter pertama yang memahami hubungan trauma psikologi terhadap penyakit.<sup>7</sup> James Braid seorang dokter dari Inggris dianggap sebagai bapak hipnosis modern dimana pada abad ke 19 menyimpulkan bahwa hipnosis bersifat psikologis. Pada tahun 1958, *American Medical Association* mengesahkan penggunaan hipnosis dalam dunia kedokteran. Selanjutnya *The British Medical Association* dan *Italian Medical Association for the Study of Hypnosis* juga dibentuk dan menjadi salah satu ilmu yang resmi dipelajari dan diakui dalam dunia kedokteran.

Hipnosis modern kemudian berkembang pesat pada abad 20 dengan munculnya tokoh-tokoh seperti Milton H Erikson, seorang psikiater Amerika Serikat yang mengkhususkan diri pada *medical hypnosis dan*

---

<sup>7</sup> Hajar, *Hypno Teaching: Memaksimalkan Hasil Proses Belajar-Mengajar dengan Hipnoterapi*, hal. 19.

*family therapy*. Erickson mengubah paradigma hipnoterapi dari pola *autoritarian* (otoriter) menjadi pola kerjasama antara hipnoterapis dan klien. Ia menyatakan bahwa dalam suatu proses hipnotis yang paling berperan adalah pikiran klien itu sendiri, selain itu ia juga menyatakan bahwa hipnosis adalah suatu kondisi wajar bagi orang tersebut, dengan kata lain, metode ini tidak bisa digunakan untuk membuat orang melakukan sesuatu yang bertentangan dengan keyakinan dan norma yang dianut orang tersebut.

Penerapan Hipnosis dalam pembelajaran bukanlah sebagaimana hipnosis yang dipahami pada beberapa tayangan acara televisi seperti Uya Kuya, Romy Rafael dan sejenisnya, namun hipnosis dalam pembelajaran diarahkan untuk menciptakan situasi kondusif dalam proses pembelajaran. Ibnu Hajar menambahkan bahwa metode *hypnoteaching* merupakan gabungan dari lima metode belajar mengajar, yaitu *quantum learning*, *accelerated learning*, *power teaching*, *neuro linguistic programming (NLP)* dan *hipnosis*. Metode ini menekankan pada komunikasi fikiran bawah sadar siswa, baik yang dilakukan dengan berbagai cara seperti sugesti dan imajinasi.<sup>8</sup>

Metode *Hypnoteaching* bertujuan mengaktifkan *inner motivation* dan mempersuasi siswa untuk nyaman dan betah dalam belajar. Sugesti yang diberikan guru diharapkan membuat siswa termotivasi untuk terus menikmati belajarnya. *Hypnoteaching* merupakan sebuah metode pembelajaran dengan jalan aktivasi dan optimalisasi kekuatan fikiran bawah sadar siswa agar menjadi lebih cerdas dengan mengedepankan prinsip bahwa sugesti dapat mempengaruhi hasil belajar melalui penggunaan bahasa-bahasa persuasif fikiran bawah sadar.

---

<sup>8</sup> Ibid., hal. 76.

### ***Gelombang Otak dalam Hypnoteaching***

Jaringan otak manusia menghasilkan gelombang listrik berfrkuensi yang disebut sebagai gelombang otak (*brainwave*). Gelombang otak ini terdiri atas empat jenis yaitu gelombang Beta (12-40 Hz/Normal), Alpha (8-12 Hz/meditatif), Theta (4-8 Hz/meditatif) dan Delta (0.1-4 Hz/tidur dalam).<sup>9</sup> Gelombang Beta terjadi ketika seseorang sedang aktif, memberikan atensi, kewaspadaan, kesigapan, pemahaman, dan kondisi yang lebih tinggi diasosiasikan dengan kecemasan, ketidaknyamanan. Beta sangat diperlukan apabila seseorang harus memikirkan beberapa hal sekaligus, tetapi ingin menyerap informasi secara cepat.

Kondisi relaksasi dan kekreativitasan berada pada fase Alpha, dimana dalam kondisi ini, seseorang akan belajar dan menyerap informasi dengan sangat baik, mudah dalam melakukan terapi, mempercepat proses penyembuhan, meningkatkan kekebalan tubuh, serta dapat dengan mudah mengurangi stres mental emosional maupun fisik.

Fase Theta terjadi ketika seseorang dalam kondisi tidur bermimpi. Fase ini sangat bagus untuk proses autosugesti atau autohipnosis. Dalam fase ini bisa terjadi peningkatan produksi *catecholamines* (sangat bagus untuk pembelajaran dan ingatan), peningkatan kreativitas, pengalaman emosional, berpotensi terjadinya perubahan sikap, peningkatan penguatan materi yang dipelajari, *hypnogogic imagery*, meditasi mendalam, lebih dalam mengakses pikiran bawah sadar (*unconscious*).

Sedangkan Kondisi Delta merupakan fase gelombang otak terakhir dan paling dalam. Pada kondisi ini seseorang biasanya akan mengalami tidur tanpa mimpi, pelepasan hormon pertumbuhan, dan hilang kesadaran

---

<sup>9</sup> N Yustisia, *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal. 75.

pada sensasi fisik. Selain tidur nyenyak, kondisi ini juga bisa diperoleh ketika seseorang sedang mengalami koma.

Pemaparan uraian tersebut memberi gambaran bahwa gelombang otak yang cocok dan tepat digunakan untuk *hypnoteaching* adalah gelombang otak pada fase alpha dan theta karena keduanya berada di level alam bawah sadar, pembelajaran dengan memaksimalkan gelombang tersebut sangatlah penting untuk mencapai tujuan. Guru dapat melakukannya dengan cara mengkondisikan gelombang otak anak didik dari frekuensi gelombang otak beta ke dalam alpha menuju theta. Hal tersebut dapat dilakukan melalui media permainan, musik, dan humor segar yang dimunculkan oleh guru dalam pembelajaran kemudian dilanjutkan dengan pemberian sugesti positif guna mengkondisikan suasana pembelajaran.

### ***Prinsip Pelaksanaan Hypnoteaching***

Proses pembelajaran dengan menggunakan hipnosis tentunya berbeda dengan proses pembelajaran pada umumnya, sehingga terdapat beberapa hal yang harus dibedakan dalam pelaksanaannya. Hal ini dilakukan supaya pelaksanaan pembelajaran dengan *hypnoteaching* bisa berjalan dengan efektif, efisien, dan mendapatkan hasil pembelajaran yang optimal. Hajar menyebutkan tujuh langkah yang perlu dilakukan oleh guru supaya tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik,<sup>10</sup> ketujuh langkah tersebut adalah: (1) Mengidentifikasi kebutuhan siswa pada tahap awal proses pembelajaran, yaitu menentukan bentuk pembelajaran apa yang menarik untuk siswa, sehingga siswa termotivasi untuk belajar; (2)

---

<sup>10</sup> Hajar, *Hypno Teaching: Memaksimalkan Hasil Proses Belajar-Mengajar dengan Hipnoterapi*, hal. 82-83.

Merencanakan pembelajaran dengan mengaitkan media hipnosis, seperti suara, gambar, tulisan, gerak, dan symbol-simbol; (3) Memulai mengajar sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah dibuat; (4) Melakukan afirmasi (menyatakan sesuatu yang positif tentang diri sendiri) sebagai bahan untuk memunculkan gagasan dari siswa. Contohnya, guru dengan bangga mengatakan kepada siswa bahwa: saya adalah pribadi yang haus akan ilmu dan saya adalah pribadi yang terus dan akan terus belajar dengan siapapun, kapanpun, dan dimanapun dengan penuh semangat; (5) Melakukan visualisasi sebagai sarana agar siswa dapat membuat gagasan yang terkait dengan topik pembelajaran; (6) Melakukan evaluasi. Evaluasi yang dilakukan guru yaitu mengevaluasi bagaimana motivasi, keaktifan, kreatifitas siswa selama proses pembelajaran. Selain itu guru juga mengevaluasi pemahaman siswa tentang materi yang diberikan; (7) Melakukan refleksi tentang apa yang dialami siswa sebelum pembelajaran diakhiri. Refleksi dilakukan dengan menanyakan kesan siswa selama proses pembelajaran.

Saran yang dapat dilakukan dalam memaksimalkan pelaksanaan *hypnoteaching*, yakni: (1) guru menguasai materi secara komprehensif, (2) libatkan siswa secara aktif, (3) upayakan untuk melakukan interaksi informal dengan siswa, (4) berikan siswa kewenangan dan tanggung jawab atas belajarnya, yakinkan bahwa setiap siswa memiliki cara belajar yang berbeda-beda, (5) yakinkan siswa bahwa mereka mampu berhasil dalam pelajaran, (6) beri kesempatan kepada siswa untuk melakukan sesuatu secara kolaboratif atau kooperatif, (7) upayakan materi yang disampaikan kontekstual.

### ***Unsur-unsur Metode Pembelajaran Hypnoteaching***

Hakim menerangkan unsur-unsur metode *hypnoteaching* meliputi penampilan guru, sikap yang empatik, rasa simpati, penggunaan bahasa, peraga, motivasi dan menguasai hati siswa, yang dijabarkan sebagai berikut.<sup>11</sup> (1) *Penampilan guru*. Guru hendaknya berpakaian rapi. Penampilan yang baik akan melahirkan rasa percaya diri yang tinggi serta memiliki daya magnet yang kuat bagi siswa. Tingkat kepercayaan diri seseorang, tingkat kepositifan pikiran dan juga tingkat sosial kemasyarakatan dapat dilihat dari penampilan. Orang lain akan melihat penampilan seseorang sebelum mengenal realitas kepribadian yang sebenarnya; (2) *Sikap Empatik*. Sebagai seorang pendidik, bukan sekadar pengajar, seorang guru harus mempunyai rasa empati kepada para siswa. Ketika didapati ada atau bahkan banyak siswa yang bermasalah, suka membuat ulah di sekolah, suka mencari perhatian teman dan guru dengan jalan berbicara atau bertingkah laku aneh dan berbagai tindakan yang kurang baik, suka mengganggu teman serta berbagai tindakan destruktif lainnya, maka guru tidak akan begitu saja menyematkan gelar siswa nakal di pundak siswa tersebut. Guru terlebih dahulu menyelidiki apa latar belakang yang menyebabkan tindakan siswa itu dengan menggali dan mengumpulkan berbagai informasi yang ada; (3) *Rasa Simpati*. Bila guru mempunyai rasa simpati kepada siswa niscaya siswa pun akan menaruh simpati kepada gurunya. Bila guru memperlakukan siswa dengan baik walaupun siswa tersebut nakal niscaya siswa akan enggan dan hormat kepada guru yang juga menghormatinya. Siswa akan berusaha mengerti dan menuruti apa kata sang guru karena guru juga mengerti dirinya; (4)

---

<sup>11</sup> Andri Hakim, *Hypnosis in The Teaching: Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar* (Jakarta: Visi Media, 2011), hal. 54-55.

*Penggunaan Bahasa dan Peraga.* Guru yang baik hendaknya memiliki kosa kata dan bahasa yang baik dan enak didengar telinga, bisa menahan emosi diri, tidak mudah terpancing amarah, suka menghargai karya, potensi dan kemampuan siswa. Salah satu unsur hipnosis lainnya dalam pembelajaran adalah peraga atau mengeluarkan ekspresi diri. Seluruh anggota badan digerakkan jika diperlukan. Tangan, kaki, mimik dan suara dieksplorasi secara maksimal dan optimal. Ketika mengajar hendaknya guru menggunakan bahasa tubuh agar apa yang disampaikan semakin mengesankan. Untuk menerapkan hal ini guru harus menguasai materi yang akan disampaikan; (5) *Motivasi Siswa.* Watak dan tabiat dasar dari kerja pikiran adalah imajinasi dan fantasi. Cerita dan kisah merupakan kajian imajinasi. Disaat guru melihat siswa banyak mengalami masalah, tidak memiliki motivasi belajar dan berbagai problematika kehidupan maka guru dapat menasehati dan membimbing siswa tanpa menggurui.

### ***Langkah-langkah Penerapan Metode Hypnoteaching***

Terdapat enam langkah dasar yang wajib dilakukan seorang guru dalam menerapkan metode *hypnoteaching*, yaitu:<sup>12</sup> *Pertama, Niat dan Motivasi dalam Diri.* Kesuksesan seseorang tergantung pada niat seseorang untuk bekerja kerja keras mencapai kesuksesan tersebut. Niat yang besar akan memunculkan motivasi serta komitmen yang tinggi pada bidang yang ia tekuni, niat dan motivasi guru harus ditularkan kepada siswa. Manusia memiliki *mirror neuron* di bagian sel otak. Sel ini bertugas meniru apa yang dilihat. Jika guru masuk kelas dengan antusias maka secara otomatis siswa pun akan memasuki pikiran dan emosi yang

---

<sup>12</sup> Muhammad Noer, *Hypnoteaching for Success Learning* (Yogyakarta: Pedagogia, 2010), hal. 68.

menyenangkan.<sup>13</sup> *Kedua, Pacing.* *Pacing* berarti menyamakan posisi, gerak tubuh dengan peserta didik. Prinsip dasar disini adalah “manusia cenderung atau lebih suka berkumpul dengan sejenisnya atau memiliki banyak kesamaan.” Secara alamiah, setiap orang pasti nyaman dan senang untuk berkumpul dengan orang lain yang memiliki kesamaan dengannya sehingga akan merasa nyaman berada di dalamnya. Kenyamanan yang bersumber dari kesamaan gelombang otak ini membuat setiap pesan yang disampaikan dari orang satu dengan orang lain akan diterima dan dipahami dengan baik. Ada dua macam untuk menyamakan gelombang otak, yaitu menyamakan gerakan dan menyamakan ucapan. *Ketiga, Leading.* *Leading* memiliki pengertian memimpin atau mengarahkan sesuatu. Hal ini dilakukan setelah proses *pacing* dilakukan, karena jika melakukan *leading* tanpa di dahului dengan *pacing* maka hal itu sama saja dengan memberi perintah kepada para siswa dengan resiko mereka melakukannya karena terpaksa dan tertekan. Hal ini akan berakibat penolakan siswa terhadap guru. Setelah melakukan *pacing*, para siswa akan merasa nyaman dengan guru. Pada saat itulah hampir setiap apapun yang guru ucapkan atau tugaskan kepada siswa akan dilakukan dengan sukarela dan bahagia sehingga sesulit apapun materi, pikiran bawah sadar akan menangkap materi pelajaran dengan mudah. *Keempat, Gunakan Kata Positif.* Langkah ini merupakan langkah pendukung *pacing* dan *leading*. Penggunaan kata positif ini disesuaikan dengan cara kerja pikiran bawah sadar yang tidak mau menerima kata negatif. Kata-kata yang diberikan oleh guru baik langsung maupun tidak sangat mempengaruhi kondisi psikis para siswa sehingga mereka merasa lebih percaya diri dalam menerima materi yang

---

<sup>13</sup> Syifa Nursyamsiah, *Efektivitas Model Pembelajaran Hypnoteaching* (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2014), hal. 43.

diberikan. Kata-kata tersebut dapat berupa ajakan dan imbauan, jadi apabila ada hal-hal yang tidak boleh dilakukan oleh siswa hendaknya menggunakan kata ganti yang positif untuk mengganti kata yang negatif, sebagai contoh apabila akan menenangkan kelas yang ramai biasanya kata perintah yang keluar adalah “Jangan ramai!”. Pengaplikasian metode *hypnoteaching* hendaknya kata-kata “jangan ramai” diganti dengan “Harap tenang”. *Kelima, Berikan Pujian*. Salah satu hal yang penting dalam pembelajaran adalah *reward and punishment*. Pujian adalah salah satu cara untuk membentuk konsep diri seseorang, dengan pujian siswa akan terdorong melakukan yang lebih baik dari sebelumnya. Pemberian pujian bisa dilakukan ketika siswa berhasil melakukan atau mencapai prestasi. Hindari kata penghubung negatif, misalnya “tapi”, “namun”, “Cuma saja” dan lain sebagainya. Penggunaan kata tersebut akan membuat pujian menjadi sia-sia dan terkesan mengolok-olok. Jika pujian digabungkan dengan kritik maka yang lebih tertangkap adalah bentuk penyerangan pada harga diri orang yang dipuji, bukannya meningkatkan harga diri, hal ini justru akan menjatuhkan siswa yang dipuji. Meskipun tampaknya hal sepele dan sering terjadi namun efeknya sangat besar dalam sistem psikologis anak. *Keenam, Modelling*. *Modelling* adalah proses memberi tauladan atau contoh melalui ucapan dan tingkah laku yang konsisten. Hal ini sangat penting dan menjadi kunci metode *hypnoteaching*. Setelah siswa merasa nyaman dengan guru maka muncul adanya kepercayaan (*trust*) siswa dengan perilaku guru yang konsisten melalui ucapan dan ajarannya.

### ***Tantangan dan Hambatan Pembelajaran PAI di Sekolah***

Pendidikan agama Islam di sekolah selama ini mengalami berbagai tantangan yang berhubungan dengan pembelajaran. Pembelajaran Pendidikan Agama Islam dianggap kurang bisa mengubah pengetahuan agama dalam bingkai kognitif menjadi makna dan nilai, kurangnya penjiwaan terhadap nilai-nilai keagamaan yang perlu diinternalisasikan dalam diri peserta didik, tidak adanya keterkaitan pembelajaran dengan mata pelajaran non keagamaan lainnya serta, kurang mempunyai relevansi terhadap perubahan kontekstual sosial budaya. Pembelajaran PAI lebih banyak menyentuh aspek-aspek pemahaman teoritis, metafisik dan bersifat abstrak sehingga anak lebih susah dalam memahami makna yang terkandung di dalamnya. Alokasi waktu pembelajaran PAI yang cukup sedikit juga menjadi kendala tersendiri bagi ketercapaian tujuan pendidikan dalam pembelajaran PAI.

Menguatnya pengaruh budaya materialisme serta semakin menurunnya kontrol sosial masyarakat, konsumerisme dan hedonisme yang menyebabkan terjadinya perubahan *life-style* masyarakat dan peserta didik pada umumnya, menurunnya dedikasi guru PAI yang lebih bersifat transaksional dalam bekerja dan peran orang tua di rumah yang mulai kurang memperhatikan pendidikan agama anaknya menjadikan pembelajaran PAI semakin kurang menarik bagi perhatian siswa dan menjadikan sebagai mata pelajaran nomor dua setelah pelajaran umum. Pendidikan agama tidak akan terwujud dengan sempurna apabila lingkungan kehidupan yang ikut mempengaruhi kehidupan anak (keluarga, sekolah dan masyarakat) tidak sama-sama mengarah kepada pembinaan jiwa agama pada anak, dibutuhkan kesatuan arah pendidikan

yang dilalui anak dalam umur pertumbuhan, akan sangat membantu perkembangan mental dan pribadi anak.<sup>14</sup>

Melihat realita tantangan dalam pembelajaran PAI di atas, pendayagunaan metode yang tepat dalam proses pembelajaran menjadi keharusan sehingga proses pembelajaran tidak stagnan dan kaku. Pendayagunaan atau inovasi pembelajaran dalam Pendidikan Agama Islam harus dilakukan, terutama untuk menciptakan inovasi-inovasi baru metode pembelajaran, salah satunya melalui implementasi metode hypnoteaching dalam pembelajaran PAI.

### ***Implementasi Metode Hypnoteaching dalam Pembelajaran PAI***

Penerapan metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran PAI membawa dampak bagi guru, siswa dan suasana belajar yang terjadi. Guru yang menguasai metode *hypnoteaching* mempunyai semangat dan antusias yang tinggi dalam mengajar sehingga memberikan pengaruh positif kepada para siswanya. Guru juga pandai dalam memperhatikan emosi dan psikologis siswanya sehingga suasana belajar menjadi menyenangkan. Ketrampilan guru dalam mengelola pembelajaran yang berkualitas melalui metode *hypnoteaching* dapat meningkatkan prestasi belajar siswanya, mampu meredakan ketakutan terhadap pelajaran PAI dan juga menjadi guru PAI yang selalu ditunggu-tunggu kedatangannya.

Implementasi metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran PAI dapat dirumuskan dalam langkah-langkah pembelajaran yang dilakukan guru, seperti contoh sederhana berikut.

---

<sup>14</sup> Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1970), hal. 107.

*Kegiatan awal Hypno Teaching.* (1) Guru mengajak siswa berdoa dengan arahan guru agar siswa berdoa dengan khusuk, karena doa yang khusuk akan dikabulkan oleh Allah, maka dari itu berdoalah yang khusuk, rendahkan hati, dan mintalah pada Allah dengan penuh harapan; (2) Semua siswa dipersilahkan duduk dengan rileks; (3) Fokuskan pendengaran dan fikiran kepada suara guru; (4) Tarik nafas panjang melalui hidung lalu hembuskan lewat mulut, lakukan secara berulang-ulang dengan pernafasan yang teratur; (5) Berikan sugesti pada setiap tarikan nafas supaya badan terasa rileks; (6) Lakukan terus menerus dan berulang, kata sugesti yang akan membuat siswa (*subyek hipnosis*) merasa rileks dan menuju gelombang otak alfa theta; (7) Berikan sugesti positif pada fikiran, siswa semakin peka terhadap pendengaran, mempunyai otak yang fresh, merasakan kenyamanan pada seluruh badan, semangat mengikuti pelajaran dengan hati yang bahagia, lepaskan semua beban yang mengganggu; (8) Jika dirasa cukup, kembalikan gelombang otak siswa menuju gelombang betha secara bertahap dengan melakukan hitungan 1-10, maka pada hitungan ke 10 semua siswa akan kembali sepenuhnya dalam kondisi yang segar dan bersemangat mengikuti pembelajaran PAI; (9) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran PAI dengan penyampaian yang sungguh-sungguh dan bahasa yang membuat peserta didik terbawa suasana; (10) Guru melakukan apersepsi dengan memberikan pertanyaan kepada siswa mengenai hal-hal yang berkaitan dengan materi pembelajaran.

*Kegiatan Inti Pembelajaran.* Dalam kegiatan inti pembelajaran, pelaksanaan metode hypnoteaching bisa dikolaborasikan dengan model atau metode lainnya seperti *inquiry learning*, *problem based learning*, *discovery learning*, *mind mapping*, *role playing* dan lain sebagainya.

*Hypnoteaching* menjadi sub modalitas sugesti positif terhadap siswa dalam menumbuhkan motivasi dan semangat untuk menuju pembelajaran berikutnya.

Beberapa hal-hal yang dapat ditambahkan selanjutnya di antaranya: (1) *Melakukan eksplorasi pemahaman siswa* dengan bertanya jawab berkaitan dengan materi PAI; (2) *Mengelaborasi siswa*, diantaranya guru mengajak siswa untuk membagi menjadi beberapa kelompok, mengamati persoalan yang telah ditentukan dalam pembelajaran dan mendiskusikan hasil pengamatan yang diperolehnya sesuai dengan kelompoknya masing-masing. Disela-sela diskusi, guru juga mengajak peserta didik yang kurang aktif untuk bertanya jawab, sembari guru selalu memberi motivasi agar percaya diri, tidak boleh takut menjawab pertanyaan atau bertanya, karena guru tidak akan memarahi atau menghukum. Memberikan pemahaman agar ditanyakan mana yang perlu dijelaskan lebih lanjut, jangan takut salah menjawab, tidak boleh ada menertawai, karena reward and punishment akan diberikan kepada penilaian kelompoknya; (3) *Konfirmasi*, yaitu guru melakukan umpan balik dengan mengadakan evaluasi mengenai hasil diskusi serta meminta peserta didik yang belum paham agar bertanya, kemudian guru melakukan evaluasi, lisan maupun tulis.

*Kegiatan Akhir*. Guru menutup pembelajaran dengan memberikan penugasan, diselingi dengan penguatan motivasi bahwa tugas adalah sebuah amanah yang harus diselesaikan, dijalani dengan kegembiraan karena merupakan wujud tanggungjawab dan mampu dilakukan, tidak ada yang sulit selama mempunyai niat dan tekad yang kuat untuk berani mencoba.

Implementasi metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran PAI juga sangat tepat digunakan untuk menyampaikan materi-materi yang bersifat keimanan (*tauhid*) karena pembelajaran ini mengedepankan bagaimana menyentuh peserta didik melalui pendekatan hati. Keimanan adalah ranah hati yang tidak mudah dijangkau dengan logika, melalui *hypnoteaching* peserta didik diajak untuk menyelami melalui perasaannya masing-masing. Selain materi keimanan, metode *hypnoteaching* juga tepat untuk menyampaikan pendidikan karakter dalam pembelajaran PAI, seperti contoh tentang sifat kejujuran, tanggungjawab, berani, dermawan, bekerja sama dan karakter yang berkaitan dengan nilai-nilai Islam.

### ***Kritik dan Apresiasi Metode Hypnoteaching dalam Pembelajaran PAI***

Setelah mengamati apa dan bagaimana penerapan metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran PAI, dapat ditarik beberapa kritik dari metode pembelajaran *hypnoteaching* dalam pembelajaran PAI, yaitu: jumlah peserta didik yang berada dalam suatu kelas dalam pembelajaran PAI mengakibatkan para guru merasa kesulitan untuk memberikan perhatian satu per satu kepada peserta didik. Masih sedikit para guru PAI yang menguasai metode pembelajaran *hypnoteaching* juga menjadi kendala tersendiri dalam mengimpelentasikan metode ini dalam pembelajaran PAI. Metode *hypnoteaching* masih tergolong dalam metode baru sehingga muncul berbagai pendapat baik yang pro maupun kontra bagi para guru PAI untuk menerapkannya, disamping itu perlu adanya lebih banyak lagi workshop dan pelatihan guru PAI untuk memahami penerapan metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran PAI.

Adapun kelebihan (*apresiasi*) dari metode pembelajaran *hypnoteaching* diantaranya adalah guru bisa menciptakan proses

pembelajaran PAI yang beragam sehingga tidak membosankan bagi peserta didik, tercipta interaksi yang baik dalam pembelajaran PAI antara guru dan peserta didik, proses pembelajaran PAI lebih bersifat aktif karena peserta didik lebih bisa berimajinasi dan berpikir secara kreatif dalam belajar, daya serap peserta didik akan lebih cepat dan bertahan lama serta keunikan guru yang menguasai metode *hypnoteaching* menjadi kebelihan tersendiri sebagai profil pendidik yang selalu ditunggu-tunggu kedatangannya oleh siswa.

Melihat penjelasan mengenai kritik dan apresiasi metode *hypnoteaching*, guru adalah pusat pelaksanaan metode *hypnoteaching* sedangkan siswa adalah pusat subyek pembelajaran, dimana di dalamnya menekankan unsur psikologis. Guru dituntut mempunyai jiwa yang stabil yang harus ditunjukkan dengan bahasa lisan yang penuh motivasi dan bahasa tubuh yang penuh semangat, serta penampilan yang mempunyai kenyamanan tersendiri jika dipandang oleh peserta didik untuk bisa menjadi figur yang berpengaruh. Kebiasaan guru untuk menanamkan mindset optimis dan *positif thinking* perlu sering dilakukan karena hal ini akan sangat membantu guru memperkuat pribadinya agar pantas menjadi sosok yang magnetis di depan peserta didik.

## **Simpulan**

Berdasarkan pembahasan di atas, penulis dapat mengambil beberapa simpulan yaitu, *hypnoteaching* berasal dari kata *hypno* (hipnosis) dan *teaching* (mengajar). *Hypnoteaching* adalah metode pembelajaran dengan jalan aktivasi dan optimalisasi kekuatan fikiran bawah sadar siswa menjadi lebih cerdas, diharapkan siswa sadar bahwa

sesungguhnya mereka memiliki potensi luar biasa yang selama ini belum pernah mereka optimalkan dalam proses pembelajaran.

Unsur-unsur yang melandasi metode *hypnoteaching* diantaranya adalah: penampilan guru, sikap empatik, rasa simpati, penggunaan bahasa dan peraga, motivasi siswa. Adapun langkah-langkah penerapan metode *hypnoteaching* yaitu: niat dan motivasi dalam diri, pacing, leading, gunakan kata positif, berikan pujian, modelling.

Implementasi metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran PAI dapat dirumuskan melalui rencana pelaksanaan pembelajaran *hypnoteaching* dan bisa dikolaborasikan dengan model atau metode pembelajaran lainnya seperti *inquiry learning*, *problem based learning*, *discovery learning*, *mind mapping* dan *role playing*. Metode ini sangat tepat untuk menyampaikan muatan materi tentang keimanan dan pendidikan karakter seperti sifat jujur, tanggungjawab, berani, dermawan, bekerja sama serta karakter yang berkaitan dengan nilai-nilai akhlakul karimah dalam Islam.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Asni, Zaenal. *Micro Teaching*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2013.
- Daradjat, Zakiah. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang, 1970.
- Gunawan, Adi W. *Hypnosis: The Art of Subconscious Communication, Meraih Sukses dengan Kekuatan Pikiran*. Jakarta: PT. Gramedia Utama, 2007.
- Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset, 1990.
- Hajar, Ibnu. *Hypno Teaching: Memaksimalkan Hasil Proses Belajar-Mengajar dengan Hipnoterapi*. Yogyakarta: Diva Press, 2011.
- Hakim, Andri. *Hypnosis in The Teaching: Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar*. Jakarta: Visi Media, 2011.
- Masrukhin. *Metode Penelitian Kualitatif*. Kudus: Media Ilmu Press, 2015.
- Noer, Muhammad. *Hypnoteaching for Success Learning*. Yogyakarta: Pedagogia, 2010.
- Nursyamsiah, Syifa. *Efektivitas Model Pembelajaran Hypnoteaching*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2014.
- Wong, Willy, dan Andri Hakim. *Dahsyatnya Hipnosis*. Jakarta: Visi Media, 2010.
- Yustisia, N. *Hypnoteaching Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.