

## PELAKSANAAN *HYPNO-EMPOWERMENT* MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR DAN INDEK PRESTASI MAHASISWA

### *Implementation of Hypno-empowerment Improves Learning Motivation and Student Achievement Index*

Ahmad Nur Khoiri<sup>1</sup>, Heni Maryati<sup>1</sup>, Fitri Firranda Nurmalsiyah<sup>1</sup>, Pepin Nahariani<sup>1</sup>, Parthiban Munusamy<sup>2</sup>

1. STIKES Pemkab Jombang, Indonesia
2. University of Cyberjaya Malaysia

#### Riwayat artikel

Diajukan: 5 Agustus 2019  
Diterima: 29 Juni 2022

#### Penulis Korespondensi:

- Heni Maryati
- STIKES Pemkab Jombang

e-mail:

[nie.maryati@gmail.com](mailto:nie.maryati@gmail.com)

#### Kata Kunci:

*Hipno-empowerment*,  
Motivasi, Indeks Prestasi,  
Mahasiswa

#### Abstrak

**Pendahuluan :** Pendahuluan Semakin banyaknya Sekolah Tinggi kesehatan swasta di Indonesia, dan semakin tinggi pula tingkat persaingan Sekolah Tinggi Kesehatan untuk memperoleh mahasiswa baik secara kuantitas maupun kualitas yang umumnya relatif kurang *dibandingkan* dengan Perguruan Tinggi Negeri sehingga hasil capaian pembelajaran tidak jarang masih jauh dari harapan secara kognitif, afektif maupun psikomotor. *Hipnoempowerment* merupakan cara meningkatkan motivasi seseorang (mahasiswa) yang lebih baik dengan teknik *Hipnosis* membangkitkan gelombang otak kanan dimana kemampuannya jauh lebih besar dibandingkan dengan otak kiri. **Tujuan:** Tujuan mengetahui pengaruh pelaksanaan *Hipnoempowerment* terhadap motivasi dan indeks prestasi mahasiswa. **Metode:** Metode *Pra Experiment* dengan *one group pra-post test*, populasi sebanyak 80 mahasiswa, sampel sesuai rumus sebanyak 16 mahasiswa, uji analisis dengan nilai kemaknaan  $p = 0,05$  secara komputerisasi program SPSS versi 17. **Hasil:** Hasil penelitian tingkat motivasi belajar mahasiswa setelah pemberian *hipnoempowerment* dengan uji *wilcoxon test* nilai  $Z = -33.410$ ,  $p = 0,001$ , Tingkat indeks prestasi belajar  $Z = -2.509$ ,  $p = 0,012$ . **Kesimpulan:** Adanya pengaruh pemberian *hipnoempowerment* terhadap motivasi dan indeks prestasi belajar pada mahasiswa Stikes Pemkab Jombang dengan *Uji Mann-Whitney Test* nilai  $Z = -3.516$  sedangkan  $p = 0.000$ . Aplikasi *hipnoempowerment* dalam proses belajar mengajar sangat perlu dilakukan dalam meningkatkan kualitas hasil pembelajaran.

#### Abstract

**Background:** The increasing number of private health colleges in Indonesia, and the higher the level of competition for health colleges to obtain students both in quantity and quality, which are generally relatively lacking compared to state universities so that learning outcomes are often still far from cognitive, affective expectations. as well as psychomotor. Hypnoempowerment is a better way to increase the motivation of a person (student) with the Hypnosis technique to generate right brain waves where the ability is much greater than the left brainproblems. **Objective:** The purpose of knowing the effect of implementing Hypnoempowerment on student motivation and achievement index. **Method**Pre Experiment method with one group pre-post test, a population of 80 students, a sample according to the formula as many as 16 students, analysis test with a significance value of  $p = 0.05$  computerized SPSS version 17 program. **Results:** Wilcoxon test  $Z$  value =  $-33.410$ ,  $p = 0.001$ , learning achievement index level  $Z = -2.509$ ,  $p = 0.012$ . **Conclusion:** In conclusion, there is an effect of giving hypnoempowerment to motivation and learning achievement index in Jombang Regency Government Stikes students with a value of  $Z = -3.516$  while  $p = 0.000$ . Hypnoempowerment application in the teaching and learning process really needs to be done in improving the quality of learning outcomes.

## PENDAHULUAN

Semakin banyaknya sekolah tinggi kesehatan swasta di Indonesia, fenomena yang muncul, semakin banyak pula peminatan masyarakat terhadap institusi tersebut. Institusi berlomba-lomba memperoleh mahasiswa yang sesuai secara kuota maupun kualitas dari calon mahasiswa. Kualitas input atau calon mahasiswa yang umumnya relatif kurang dibandingkan dengan institusi perguruan tinggi negeri sehingga dalam proses dan hasil pembelajaran tidak jarang yang dicapai jauh dari harapan baik secara kognitif, afektif maupun psikomotor.

Hipnoterapi berasal dari kata hipnotis adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadaran yang dicapai dengan menurunkan gelombang otak dari beta menjadi alpha atau theta, dan kata therapy yaitu suatu perbuatan atau tindakan dalam rangka pengobatan (Susianti, A.20015) Fenomena akhir ini hipnoterapi sangat populer pada semua kalangan masyarakat, termasuk pada profesi perawat dan profesi kesehatan pada umumnya.

Hipnoterapi merupakan salah satu modalitas terapi yang sangat efektif mengatasi beragam masalah yang berhubungan dengan perilaku dan emosi, bila dipraktikkan dengan dasar teori yang benar dan teknik yang tepat (Gunawan, AW 2016). *Hipnoempowermant* berasal dari kata *hipnosis* dan *empowermant* yang merupakan cara membangkitkan motivasi seseorang yang lebih baik sesuai tujuan yang diinginkan dengan teknik komunikasi membangkitkan gelombang otak dari beta menjadi alpha atau theta karena pada dasarnya kemampuan otak kanan kita jauh lebih besar dibandingkan dengan kemampuan otak kiri (Santos, Y 2010). Namun hingga saat ini masih banyak institusi kesehatan yang belum mampu mengelola dan memanfaatkan kondisi tersebut sebagai upaya mengangkat motivasi dan melejitkan prestasi belajar mahasiswa yang lebih baik.

Masyarakat ekonomi asean (MEA) yang telah dimulai sejak awal tahun 2016, Konsekuensi atas kesepakatan MEA tersebut dapat berupa aliran bebas barang bagi negara-negara ASEAN, dampak arus bebas jasa, terutama arus tenaga kerja terampil. Hal-hal tersebut tentunya dapat berakibat positif atau negative bagi perekonomian Indonesia. Oleh karena itu dari sisi pemerintah juga dilakukan strategi dan langkah-langkah agar Indonesia siap dan dapat memanfaatkan momentum MEA (Suroso. G.T 2015). Metode *hipnoempowermant* dalam rangka menyiapkan tenaga kesehatan yang handal dan mampu bersaing dinegara sendiri di era MEA. Tujuan penelitian untuk Mengidentifikasi pengaruh pemberian *hipnoempowermant* terhadap motivasi dan indek prestasi belajar pada mahasiswa Stikes Pemkab Jombang

## METODE

Desain *Pra Experiment* dengan *one gruop pra-post test*, peneliti melakukan intervensi metode *Hipnosis empowermant* pada mahasiswa subjek penelitian tentang peningkatan motivasi belajar dan indek prestasi akademik yang dicapai mahasiswa dibandingkan antara sebelum dan sesudah pelaksanaan *Hipnosis Self empowermant*. Populasi dan sampel 16 Mahasiswa semester tiga dengan tehnik *random sampling*. Analisis dengan uji statistik *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney Test*, dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0.05$  secara komputerisasi program SPSS versi 17

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

- a. Data Motivasi Belajar Sebelum dan Sesudah *Hipnoampowermant* belajar

Berdasarkan tabel 1 diatas menjelaskan bahwa data motivasi belajar secara statistik dengan uji *wilcoxon test* nilai  $Z = -33.410, p = 0,001$  lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ ,

Tabel 1 : Distribusi data statistik motivasi belajar sebelum dan sesudah *Hipnoampowermant* belajar

No Responden	Motivasi Belajar		SPSS Wilcoxon Test
	Pre	Post	
1	48	60	Z = -3,410 <sup>a</sup> P = 0,001
2	49	65	
3	48	70	
4	55	57	
5	49	60	
6	45	55	
7	46	50	
8	49	68	
9	46	56	
10	55	76	
11	55	70	
12	60	80	
13	50	60	
14	49	60	
15	52	55	
16	55	70	

Sumber : data primer Stikes Pemkab Jombang 2016

yang artinya Ho diterima atau adanya pengaruh sebelum dan sesudah *Hipnoempowermant* belajar terhadap motivasi belajar

b. Data Indeks Prestasi Belajar Sebelum dan sesudah *Hipnoempowermant* belajar

Tabel 2 : Distribusi data statistik indeks prestasi belajar sebelum dan sesudah *hipnoempowermant* belajar

No Responden	Indeks Prestasi Belajar		SPSS Wilcoxon Test
	Pre	Post	
1	3,22	3,35	Z = -2,509 P = 0,012
2	2,83	2,89	
3	2,87	2,73	
4	3,00	3,21	
5	3,22	3,40	
6	2,87	2,95	
7	2,87	2,98	
8	3,26	3,27	

9	2,87	2,90
10	3,48	3,67
11	3,70	3,75
12	3,17	3,38
13	3,70	3,79
14	3,61	3,65
15	3,30	3,19
16	2,61	2,84

Sumber : data primer Stikes Pemkab Jombang 2016

Berdasarkan tabel 2 diatas menjelaskan bahwa data indeks prestasi belajar secara statistik dengan uji *wilcoxon test* nilai  $p = 0,012$ , nilai  $Z = -2.509$ , lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  yang artinya Ho diterima atau adanya pengaruh sebelum dan sesudah *Hipnoampowermant* belajar terhadap indeks prestasi belajar

c. Data distribusi motivasi belajar sesudah *Hipnoampowermant* belajar terhadap indeks prestasi belajar

Tabel 3. Distribusi data motivasi belajar sesudah *Hipnoampowermant* belajar terhadap indeks prestasi belajar

No Responden	Post Intervensi		SPSS Mann-Whitey
	Motivasi Belajar	Indek prestasi	
1	60	3,35	Z = -3.516 P = 0.000
2	65	2,89	
3	70	2,73	
4	57	3,21	
5	60	3,40	
6	55	2,95	
7	50	2,98	
8	68	3,27	
9	56	2,90	
10	76	3,67	
11	70	3,75	
12	80	3,38	
13	60	3,79	
14	60	3,65	
15	55	3,19	
16	70	2,84	

Sumber : data primer Stikes Pemkab Jombang 2016

Berdasarkan tabel 3 diatas dijelaskan bahwa data motivasi belajar sesudah intervensi terhadap indek prestasi belajar

secara statistik nilai  $Z = -3.516$  sedangkan  $p = 0.000$ , nilai tersebut menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima yang artinya adanya pengaruh yang signifikan motivasi belajar setelah *hipnoempowerment* belajar terhadap indeks prestasi belajar.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan penghitungan statistik uji *Wilcoxon test*, tabel 1 menjelaskan bahwa setelah *Hipnoampowermant* belajar terhadap motivasi belajar nilai  $Z = -33.410$ ,  $p = 0.001$  lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  kemudian data tabel 2 menjelaskan bahwa data indeks prestasi belajar, nilai  $Z = -2509$   $p = 0.012$  serta tabel 3 juga menjelaskan bahwa berdasarkan Uji Mann-Whitney test data motivasi belajar setelah intervensi *hipnoempowermant* terhadap indeks prestasi belajar menjelaskan bahwa nilai  $Z = -3.516$  dan nilai  $p = 0,000$ .

Listiyani (2012) mengungkapkan bahwa “*motivasi adalah dorongan yang terjadi dalam diri seseorang yang dapat membangkitkan, mengelola, mempertahankan dan menyalurkan tingkah laku agar tujuannya dapat tercapai*”. Disamping itu pula banyak pendapat yang sebelumnya menjelaskan tentang motivasi, seperti Hakim (2005) bahwa motivasi terutama tentang belajar adalah *suatu dorongan kehendak yang menyebabkan seseorang melakukan perbuatan untuk mencapai tujuan*. Namun demikian motivasi belajar seorang mahasiswa timbul sangat dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor intrinsik yang timbul dari aspek-aspek dalam diri seorang mahasiswa itu sendiri, berupa hasrat dan keinginan berhasil, dorongan kebutuhan belajar dan harapan akan cita-cita. Sedangkan faktor berikutnya adalah faktor eksternal yaitu aspek-aspek dari luar diri seseorang yang mampu mendorong untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkannya, meliputi penghargaan, lingkungan yang kondusif untuk belajar dan kegiatan belajar yang menarik (Listiyani, 2012).

Seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan motivasi intrinsik seseorang meningkat juga sangat terkait dengan faktor eksternal, dan disamping itu pula faktor intrinsik dapat dimunculkan dengan modifikasi lingkungan dan bantuan seorang terapis. *Hipnoempowermant* adalah bagian dari teknik Hipnoterapi yang merupakan suatu teknik terapi pikiran dan penyembuhan yang menggunakan metode hipnotis untuk memberi sugesti atau perintah positif kepada pikiran bawah sadar untuk penyembuhan suatu gangguan psikologis atau untuk mengubah pikiran, perasaan, dan perilaku menjadi lebih baik. De Vos dan Low (2011) dalam penelitiannya “*the effect of hypnotic training programs on the academic performance of students*” menjelaskan bahwa program pelatihan hipnosis memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prestasi akademik peserta (pelajar yang diintervensi), dan tidak ditemukan pada kelompok kontrol.

## KESIMPULAN

Dengan demikian berdasarkan data dan teori serta bukti penelitian sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa *Hipnoempowermant* yang merupakan bagian dari teknik hypnotherapy memiliki pengaruh yang efektif dalam meningkatkan motivasi dan prestasi belajar seorang mahasiswa yang suka rela untuk dilakukan intervensi *hipnoempowermant*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arif, A (2011) *The Handbook. Hypnotherapy, Scripts dan Strategis*. PT.Elek Media Komplitindo-Gramedia. Jakarta
- Efendi. A L, et all (2013) *Hubungan Antara Konsep Diri Dalam Belajar dan Motivasi Belajar dengan Prestasi Akademik Mahasiswa*. Jurnal. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id>
- Arikunto, S (2006). *Prosedur Penulisan Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta

- Gunawan, A W (2005). *Hipnosis : Meraih Sukses dengan Kekuatan Pikiran*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- \_\_\_\_\_. (2008). *The Secret of Mindset*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Hakim, Thursan. 2005. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hamzah, Uno. 2007. *Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- IBH (Indonesian Board of Hypnotherapy), (2002). *Buku Panduan Resmi Pelatihan Hipnosis*, IBH .ver.1.00
- Kroger, (2007). *Clinical & Eksperimental Hypnosis, Revised Second Edition*. Lippincott Williams & Wilkins
- Listiyani. L (2012) *Meningkatkan Motivasi Belajar IPA Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Team Games Turnament Siswa Kelas V SDN Godean2 TA.2011/2012*. Skripsi. FIP. Universitas Negeri Yogyakarta. <http://heprints.uny.ac.id/>
- Silihi B. Sjukur (2012) *Pengaruh Blended Learning Terhadap Motivasi Belajar dan Hasil Belajar Siswa di Tingkat SMK* Jurnal Pendidikan Vokasi by <http://journal.uny.ac.id/>
- Sugiyono. 2011. *Statistika untuk penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Susianti. A (2015). *Teori dan Konsep Dasar Hipnoterapi*. Artikel. Ilmu Kesehatan- Jiwa.blogspot.co.id
- Santos. Y (2010) *Fundamental Hypnosis*. Alfa Omega-NLP Nipno Center. Surabaya