

## PENGUNAAN MEDIA HYPNOSIS DALAM PEMBELAJARAN BAHASA ARAB MADRASAH IBTIDAIYAH

Hasan

Dosen STIQ Amuntai Kalimantan Selatan  
*hasanbanjary@gmail.com*

### ABSTRAK

Hipnosis adalah cabang dari ilmu psikologi yang mencari pengaruh pikiran sugestif dan hipnosis juga dikenal untuk pengobatan. Hipnosis dikombinasikan dengan pengajaran dikenal dengan nama hypnoteaching. Hypnoteaching adalah metode pembelajaran yang dalam menyampaikan materi pelajaran, guru menggunakan teknik berkomunikasi yang sangat persuasif dan sugestif dengan tujuan agar peserta didik mudah memahami materi pelajaran.

Diharapkan pengajar dapat mempergunakannya menjadi media perantara untuk mengajar dengan tujuan mengembangkan motivasi peserta didik dalam hal ini adalah anak usia madrasah ibtidaiyah khususnya dalam mata pelajaran bahasa Arab. Hipnosis juga digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka dan memegang dalam prose pembelajaran tanpa ketegangan dan kecemasan, dan ketakutan sehingga mampu meningkatkan hasil belajar mereka.

Langkah-langkah hypnoteaching meliputi: 1) menanamkan niat dan motivasi dalam diri peserta didik; 2) pacing atau menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak dengan orang lain atau peserta didik; 3) leading atau mengarahkan peserta didik; 4) menggunakan kata-kata positif; 5) memberikan pujian dan ucapan terima kasih; 6) modeling atau memberi teladan melalui ucapan dan perilaku. Jika guru menerapkan hypnoteaching dalam kegiatan pembelajaran, maka suasana pembelajaran di kelas akan lebih kondusif, peserta didik merasa penting, aman dan nyaman sehingga tujuan pembelajaran lebih mudah tercapai.

*Kata Kunci: Psikologi, hipnosis, media pembelajaran bahasa Arab*

### **Pendahuluan**

Kegiatan pembelajaran di kelas memiliki peran yang sangat penting dalam pengelolaan pendidikan, karena keberhasilan satuan pendidikan dalam mengimplementasikan dan mencapai tujuan kurikulum sangat ditentukan oleh keberhasilan guru dalam mengelola kegiatan pembelajaran di kelas. Oleh karena itu kegiatan pembelajaran yang meliputi perencanaan, pelaksanaan dan penilaian hasil pembelajaran harus dikelola secara sistematis dan terarah untuk meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar siswa.

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Permendikbud) Nomor 65 Tahun 2013 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah dinyatakan bahwa pelaksanaan proses pembelajaran yang merupakan implementasi

dari Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup. Pendahuluan merupakan kegiatan awal dalam suatu kegiatan pembelajaran yang bertujuan untuk membangkitkan motivasi dan memfokuskan perhatian siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Sedangkan kegiatan inti merupakan serangkaian kegiatan utama dalam pembelajaran yang dilakukan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Sementara kegiatan penutup adalah kegiatan yang dilakukan untuk mengakhiri aktivitas pembelajaran, yang meliputi pembuatan rangkuman atau kesimpulan, refleksi, penilaian, umpan balik, dan tindak lanjut.

Ketiga kegiatan tersebut yakni kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup merupakan satu rangkaian kegiatan pembelajaran dalam satu pertemuan (tatap muka) yang tidak boleh terputus karena semuanya berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pembelajaran. Oleh karena itu guru harus mampu melaksanakan perannya sebagai fasilitator, komunikator dan motivator dalam mengelola kegiatan pembelajaran agar kegiatan pembelajaran tersebut berlangsung secara efektif.

Proses belajar mengajar merupakan inti dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan guru sebagai pemegang peran utama. Proses belajar mengajar juga merupakan proses yang mengandung serangkaian perbuatan guru dan siswa atas dasar hubungan timbal balik yang berlangsung dalam suasana edukatif untuk mencapai tujuan. Interaksi atau hubungan timbal balik antara guru dan siswa merupakan syarat utama bagi berlangsungnya proses belajar mengajar.<sup>1</sup>

Ketika ketiga kegiatan di atas berulang-ulang dari hari ke hari, pekan demi pekan bahkan tahun demi tahun sampai tingkat pendidikan yang rendah sampai paling tinggi sekalipun selalu ada rasa bosan yang mendera siswa ketika belajar. Setiap pembelajaran bahasa selalu ada bahasan yang meliputinya seperti pendekatan, metode, media maupun strategi yang digunakan agar tujuan yang sudah ditetapkan dapat tercapai secara cepat, efektif dan efisien.<sup>2</sup>

Salah satu bahasa yang sangat diminati dan sering dipelajari (baik di pendidikan formal maupun nonformal) terlebih lagi di Indonesia adalah bahasa Arab. Walaupun banyak dipelajari namun masih ada juga saja yang menganggap bahasa Arab itu sulit baik itu dari segi kalimat (kata dalam bahasa Indonesia) maupun dari segi yang lainnya. Stigma negatif tentang sulitnya belajar bahasa Arab sebenarnya merupakan propaganda Barat/kolonialis agar umat Islam sedikit demi sedikit menjauhi agamanya, karena bahasa Arab adalah bahasa Al Quran sehingga bila umat Islam jauh dengan Al Quran maka akan jauh pula dengan agamanya (Islam).<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> M. Uzer Usman, *Menjadi Guru Profesional*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 1995), 1

<sup>2</sup> Syaiful Mustofa, *Strategi Pembelajaran Bahasa Arab Inovatif*, UIN Malang, h 3

<sup>3</sup> Hasan Hasan, "Keterampilan Mengajar Bahasa Arab Materi istima Menggunakan Media Lagu," *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan* 10, no. 19 (2017): h. 128. Lihat juga Muhib Abdul Wahab, *Pemikiran Linguistik Tammam Hassan Dalam Pembelajaran Bahasa Arab* (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2009), h. 2. Lihat Juga Hasan Hasan, "Psikolinguistik: Urgensi dan Manfaatnya Pada Program Studi Pendidikan Bahasa Arab" *Al Mi'yar: Jurnal Ilmiah Pembelajaran Bahasa Arab dan Kebahasaaraban* Vol 1 No 2 (2018): h. 1.

Untuk meminimalisir kebosanan (sebenarnya kebosanan atau jenuh tidak hanya terjadi di peserta didik juga bisa dari pengajar apakah itu kecil maupun besar) tersebut maka harus diadakan variasi dalam mengajar terlebih bagi peserta didik dari Madrasah Ibtidaiyah itu variasi dalam metode maupun strategi mengajar pendidik. Ada yang menggunakan media musik dan lagu dalam pembelajaran bahasa Arab<sup>4</sup> termasuk dan ada cara yang lain yaitu menggunakan media hipnosis. Kedua cara ini perlu mendapatkan perhatian yang lebih dari pengajar untuk menggunakannya.

Indonesia mengalami penurunan tingkat kecerdasan sumber daya manusianya. Hal ini disebabkan oleh perkembangan teknologi yang pesat, sehingga siswa lebih asik bermain game daripada belajar. Oleh karena itu, banyak dari kaum guru yang terus memutar otak agar dapat menciptakan media pembelajaran yang dapat meningkatkan hasil dari proses belajar-mengajar. Media pembelajaran secara umum adalah alat bantu proses belajar mengajar. Segala sesuatu yang dapat dipergunakan untuk merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemampuan atau keterampilan belajar sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar. Sedangkan menurut Briggs (1977) "media pembelajaran adalah sarana fisik untuk menyampaikan isi atau materi pembelajaran seperti: buku, film, video, dan sebagainya". Kemudian menurut National Education Association (1969) mengungkapkan bahwa "media pembelajaran adalah sarana komunikasi dalam bentuk cetak maupun pandang-dengar, termasuk teknologi perangkat keras".

Pengembangan hipnotis dalam bidang pendidikan adalah dengan ditemukannya media pembelajaran menggunakan hipnoterapi. Metode ini disebut *hypnoteaching*. Meskipun di Indonesia masih belum banyak yang menggunakan media pembelajaran ini, tetapi *hypnoteaching* telah terbukti efektif dalam mengoptimalkan kegiatan belajar-mengajar.<sup>5</sup>

Yang memerlukan penggunaan hipnosis sebenarnya bukan hanya murid saja tapi sekaligus pengajar. Namun dalam tulisan hanya akan membahas penggunaan hipnosis untuk peserta didik saja.

Walaupun secara teori pengajar mampu tapi secara psikis dia merasa tertinggal dapat dipastikan pembelajaran tidak akan berjalan dengan apa yang diharapkan. Penggunaan hipnosis bagi guru adalah seperti ketika sebelum ataupun mengajar katakan pada diri sendiri secara berulang-ulang "Saya adalah guru Hebat, yang mampu membawa perubahan pada setiap anak yang saya ajar",

Setiap kali mendapatkan kesulitan dalam pembelajaran apakah itu masalah teknis maupun non teknis, katakan pada diri sendiri:

"Segala sesuatunya mungkin, lakukan dan terus berbuat ke arah yang lebih baik".

---

<sup>4</sup> Melihat pembelajaran bahasa Inggris yang semakin bervariasi musik dimanfaatkan sebagian rupa sehingga menjadi media pembelajaran yang sangat bagus. Maka bermunculanlah program-program komputer maupun *handphone* yang didalamnya ada penggunaan musik dalam pembelajaran. Maka tidaklah dikatakan keliru bila dalam pembelajaran bahasa Arab jika musik dimanfaatkan sebagai media pembelajaran. Lihat Hasan, Hasan, *Media Musik dan Lagu Dalam Pembelajaran Bahasa Arab* (Banjarmasin: Dreamedia, 2016), h. 73-74.

<sup>5</sup> <http://rifkaamilia.blogspot.co.id/2014/03/pemaksimalan-hasil-belajar-mengajar.html> diakses tanggal 30 Maret 2018

## Sejarah dan Pengertian Hipnosis

Hipnosis sendiri berasal dari bahasa Inggris yang artinya tidur karena kekuatan ilmu sihir, maksud sihir disini adalah kata-kata yang bersifat afirmasi, sugesti, dan visual yang ditaat sedemikian rupa sehingga yang mendengarnya merasa nyaman, enak dan terlenakan oleh keindahan kata-kata tersebut.<sup>6</sup> Hipnosis adalah suatu pembelajaran yang bermain dalam wilayah pikiran karena yang diutak-atik adalah pikiran maka anda harus mengerti terlebih dahulu mengenai teori pikiran dan cara kerja pikiran. Kalau tidak mengenal dan paham bagaimana pikiran akan mengalami kesulitan bila menggunakan hipnosis dalam pembelajaran.

Menurut wikipedia hipnosis adalah kependekan dari istilah James Braid's seorang dokter ternama di Inggris (1843) "Neuro-hypnotism yang berarti tidurnya sistem syaraf. Sebelum masa James hipnosis dikenal dengan nama "Mesmerism atau "Magnetism". Hipnosis juga berasal dari kata "hypnos yang artinya dewa tidur orang Yunani. Namun perlu dipahami bahwa kondisi hipnotis tidaklah sama dengan tidur.

Ada juga yang menyebut hipnosis dalam pembelajaran dengan *hypnoteaching* dengan menggabungkan kata hipnosis dan teaching. *Hypnoteaching* menurut Yustisia<sup>7</sup> merupakan perpaduan dari dua kata, yaitu *hipnosis* dan *teaching*. *Hipnosis* berarti mensugesti dan *teaching* yang berarti mengajar. Jadi *hypnoteaching* adalah usaha untuk *menghipnosis* atau mensugesti anak didik supaya menjadi lebih baik dan prestasinya meningkat. Sejalan dengan pendapat tersebut, Hajar mengemukakan bahwa *hypnoteaching* adalah seni berkomunikasi dengan jalan memberikan sugesti agar para siswa menjadi lebih cerdas. Lebih lanjut Hajar mengemukakan bahwa dalam *hypnoteaching* penyajian materi pelajaran menggunakan bahasa-bahasa bawah sadar yang menimbulkan sugesti siswa untuk berkonsentrasi secara penuh pada ilmu yang disampaikan oleh guru.

Awal peradaban hipnosis modern dimulai dari penelitian secara ilmiah di Negara barat. Penelitian ini diawali oleh seorang dokter yang bernama Franz Anton Mesmer (1735-1815), dr. John Elliotson (1791-1868), dr. James Esdaille (1808-1859), James Braid (1795-1860). Model hipnosis kuno yang mereka dapatkan bahwa ternyata manusia memiliki kekuatan pikiran bawah sadar yang luar biasa. Dengan kekuatan hipnosis ini, mereka menggunakannya untuk praktek anesthesia di bidang kedokteran sebagai pengganti obat bius. Mereka menemukan formula kata-kata yang mampu menembus pikiran bawah sadar manusia. Dalam penelitiannya, mereka menemukan bahwa kekuatan hipnosis bukanlah kepada aroma mistis yang biasa dilakukan oleh suku-suku terdahulu melainkan karena adanya struktur polabahasa efektif yang membuat seseorang menjadi yakin bahwayang disampaikan oleh hipnotis (orang yang melakukan hipnosis) seolah realita sehingga diterima dengan ikhlas oleh pikiran mereka.<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> Isma Almatin, *Dahsyatnya Hipnosis Learning untuk Guru & Orang Tua*, Yogyakarta: Pustaka Widayatama, 2010, h 72

<sup>7</sup> Yustisia, N. *Hypnoteaching*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012, h 75

<sup>8</sup> <http://terapikepercayaan.blogspot.com/2010/10/sejarah-hipnoterapi.htm>

Para ahli hipnoterapi secara khusus mempergunakan latihan yang mengarah pada relaksasi mendalam dan kondisi kesadaran yang diubah atau disebut juga dengan kondisi trans. Banyak orang secara rutin mengalami kondisi seperti trans saat mereka menonton televisi atau duduk dalam temaram cahaya merah. Seseorang dalam kondisi sangat terfokus secara luar biasa *responsive* terhadap suatu ide atau gambar, meski ini tidak berarti bahwa seorang pelaku hipnotis dapat mengontrol pikiran dan kehendak bebas subjek. Sebaliknya, hipnosis sesungguhnya dapat mengajari orang untuk menguasai kondisi kesadarannya sendiri. Dengan melakukan hal itu, ia dapat memengaruhi fungsi-fungsi tubuhnya sendiri dan respon psikologisnya.<sup>9</sup> Sementara itu, hipnoterapi mulai mengemuka pada pertengahan tahun 1900-an terkait dengan kemasyhuran dan karier cemerlang Milton H. Erickson (1901-1980). Erickson adalah seorang psikiater yang berhasil memanfaatkan hipnosis sebagai sarana praktiknya. Pada tahun 1958, baik *American Medical Association* (Asosiasi Medis Amerika) maupun *American Psychological Association* (Asosiasi Psikologi Amerika) mengakui terapi tersebut sah sebagai prosedur medis. Pada 1995, *National Institutes of Health* merekomendasikan sebagai perawatan bagi rasa sakit kronis.

### Cara Kerja Hipnosis dalam Pembelajaran

Pikiran adalah anugerah terbesar yang dianugerahkan Tuhan kepada manusia. Dengan pikiran manusia mampu membangun budaya yang begitu kompleks yang terus berkembang seiring perkembangan pikiran manusia. Pikiran manusia ini dikendalikan oleh organ yang bernama "otak". Kemampuan otak manusia inilah yang membedakan manusia dengan makhluk Tuhan yang lain. Menurut Wandi berdasarkan cara kerjanya, otak manusia dapat dibagi menjadi otak kiri yang bekerja secara sadar, dan disebut pikiran sadar, dan otak kanan yang bekerja "tanpa disadari" dan disebut pikiran bawah sadar. Pikiran sadar (*conscious*) memegang peranan hanya 12% terhadap kesuksesan kita. Sementara peranan yang 88% dipegang oleh pikiran bawah sadar (*subconscious*). Maka dari itu hampir semua aktivitas kita sebenarnya dikendalikan oleh alam bawah sadar termasuk diantaranya penyimpanan data atau pengetahuan yang kita peroleh.

Ketika pikiran bawah sadar anak sering diisi dengan hal-hal negatif seperti ungkapan-ungkapan "kamu bodoh, kamu malas, kamu tidak bisa melakukan apa-apa dan istilah-istilah lain yang bermakna melecehkan dan merendahkan kepada anak", secara tidak sadar kata-kata tersebut akan terbawa hingga anak itu dewasa. Ketika anak diminta melakukan hal baru, dalam hati anak itu timbul ketakutan, apakah aku bisa melakukannya? dan sebagainya. Pikiran-pikiran seperti itu adalah salah satu faktor penghambat kesuksesan yang harus segera disingkirkan. Bagaimana caranya? Tentu saja harus kita lawan dengan memasukkan kata-kata yang positif ke pikiran bawah sadar anak, seperti "kamu pintar, kamu bisa, kamu hebat" dan sebagainya, karena apa yang masuk dalam otak bawah sadar melalui sugesti akan diterima sepenuhnya sebagai suatu kebenaran.

---

<sup>9</sup> 7Setiawan, Toni, *Hipnotis dan Hipnoterapi*, Yogyakarta: Garasi, 2009, hlm, 186.

Menurut Lucy<sup>10</sup> untuk menembus filter bawah sadar seseorang dan memasukkan sugesti-sugesti positif dengan mudah adalah melalui *hipnosis*. *Hipnosis* adalah suatu seni, metode, atau teknik berkomunikasi (verbal dan non verbal) yang sangat persuasif dan sugestif dengan tujuan supaya suatu hal yang menjadi maksud kita dapat dipahami dengan mudah oleh lawan bicara. Disinilah keterkaitan antara *hipnosis* dan pengajaran yang kemudian disebut dengan *hypno-teaching*.

Secara ringkas Almatin mengungkapkan jawaban kenapa guru harus menggunakan hipnosis dengan sembilan poin<sup>11</sup> yakni:

1. Dapat meningkatkan motivasi

Setiap anak memiliki motivasi yang berbeda dengan anak yang lain. Ada yang tinggi, ada anak yang motivasinya sedikit dalam belajar bahkan ada anak yang tidak ada sama sekali motivasi belajar. Dengan hipnosis diharapkan anak yang motivasi sedang rendah akan mendapatkan motivasi yang tinggi dalam pembelajaran.

2. Mengetahui masalah yang dimiliki anak

Setiap manusia yang masih bernafas pastilah mempunyai masalah termasuk didalamnya siswa baik itu masalah yang berasal dari rumah, maupun dari lingkungan. Ketika masalah itu tidak kunjung selesai maka akan mengganggu proses masuknya pelajaran ke dalam jiwa siswa. Dengan hipnosis diharapkan masalah yang dihadapi anak akan diketahui oleh guru maupun siswa itu sendiri. Ketika masalah sudah diketahui akan mudah menemukan solusi dari masalah tersebut.

3. Meningkatkan prestasi

Ketika motivasi sedang tinggi-tingginya dan masalah pun sudah ketemu solusinya maka akan mampu meningkatkan prestasi belajar maupun prestasi non akademik lainnya.

4. Membangun dan memperbesar kepercayaan diri

Hipnosis juga mampu membuat semakin besar tingkat kepercayaan siswa, siswa yang tadinya pemalu sekarang dapat dengan cakupnya berbicara di depan umum.

Dari beberapa pengertian *hypnoteaching* sebagaimana uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *hypnoteaching* adalah metode pembelajaran yang dalam menyampaikan materi pelajaran, guru menggunakan teknik berkomunikasi yang sangat persuasif dan sugestif dengan tujuan agar siswa mudah memahami materi pelajaran. *Hypnoteaching* menekankan pada komunikasi alam bawah sadar siswa yang dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti sugesti dan imajinatif. Kemampuan sugesti yang terus terngiang dalam otak, mampu mengantarkan seseorang pada apa yang dipikirkannya. Sedangkan imajinasi merupakan proses membayangkan sesuatu terlebih dahulu baru melakukannya. Dalam hal ini seorang guru harus mampu membiarkan siswanya berekspresi dan berimajinasi.

Menurut Lucky hal pertama yang perlu dipahami dalam memberikan sugesti kepada siswa disarankan untuk menggunakan kalimat positif. Hipnosis merupakan teknik komunikasi, sehingga bahasa memegang peranan yang sangat penting. Oleh karena itu bahasa yang digunakan dalam proses hipnosis harus singkat dan jelas, mudah dipahami anak, mengandung kepastian, hindari menggunakan kata

<sup>10</sup> Bunda Lucy, *5 Menit Menguasai Hypnoparenting*. Jakarta: Penebar Plus, 2012, h 86

<sup>11</sup> Isma Almatin, *Dahsyatnya Hypno.....*, h 104

mungkin, seandainya, dan lain-lain, disesuaikan tingkat intelektualitas anak, disesuaikan dengan usia perkembangan anak, gunakanlah kata-kata positif dan ulangi berkali-kali, sebaliknya hindari menggunakan kata-kata negatif, tidak menggunakan kata “harus” yang terkesan memaksa anak, hindari penggunaan kata-kata “tidak”, “bukan”, dan “jangan”.

Oleh karena itu penerapan metode hipnosis dalam kegiatan pembelajaran, dilakukan dengan menggunakan kata-kata atau kalimat yang terkesan tidak menyulitkan dan memberatkan siswa dalam mengikuti pelajaran. Contoh kalimat-kalimat tersebut adalah:

1. baiklah, **anak-anakku yang pintar dan hebat**, kali ini kita akan mempelajari materi yang **sangat menarik!** tentu saja materi ini akan **sangat bermanfaat** dalam kehidupan sehari-hari jika **kalian berhasil menguasainya**;
2. **bapak/ibu selalu yakin**, pasti **kalian bisa** mengerjakan latihan-latihan ini **dengan baik dan tepat**;
3. meskipun soal ini sepertinya sulit, **bapak/ibu akan memberikan trik** yang bisa dilakukan agar kita dapat mengerjakan soal dengan **lebih cepat dan mudah**;
4. meskipun materi kali ini cukup banyak, tapi dengan **konsentrasi dan ketekunan**, **kalian pasti akan bisa menguasainya**.

### Ciri-ciri kondisi Hipnosis Dalam Pembelajaran

1. Perhatian yang terfokus  
Dalam hal ini, seorang siswa sudah bisa dikatakan berada dalam kondisi hipnosis adalah ketika sudah memperlihatkan perhatian yang terfokus. Kondisi fokus saat belajar sebenarnya adalah kesadaran yang dibutuhkan setiap siswa agar pikiran tidak bercabang sehingga tingkat emosional menjadi stabil
2. Relaksasi Fisik  
Relaksasi memiliki manfaat bagi siswa khususnya untuk membuat siswa berkonsentrasi terhadap pelajaran.
3. Peningkatan Kemampuan Sebagian atau Seluruh Panca Indera
4. Pengendalian Refleks dan Aktifitas Fisik
5. Respon Siswa sebagai Pengaruh Pasca hipnosis<sup>12</sup>

### Langkah-langkah Hipnosis dalam menciptakan pembelajaran efektif

Penerapan hipnosis untuk menciptakan pembelajaran efektif, dilakukan melalui langkah-langkah tertentu. Langkah-langkah yang dimaksud menurut Hajar adalah sebagai berikut;<sup>13</sup>

1. *Pertama*, Niat dan motivasi dalam diri sendiri. Kesuksesan seseorang dalam berbagai bidang pekerjaan yang menjadi profesinya tergantung pada niat atau keinginan dalam hati untuk berusaha dan bekerja keras dalam mencapai kesuksesan tersebut. Sebab niat yang besar akan memunculkan motivasi yang tinggi dan komitmen untuk selalu mencurahkan segala perhatian dan energi yang

<sup>12</sup> Deni Mahardika, Menerapkan Hypnostudying; Strategi Cerdas Membuat Peserta Didik Keranjingan Belajar, Yogyakarta: Diva Press, 2015) hal 70-79

<sup>13</sup> Ibnu Hajar, *Hypnoteaching*. Jogjakarta: Diva Press 2012, h 100

- dimilikinya untuk bidang yang ditekuninya. Oleh karena itu niat guru dalam mengajar hendaknya tidak sekadar untuk menyampaikan materi pelajaran tapi lebih dari itu ingin membangun masa depan siswa, bangsa dan negara. Jika demikian niat guru dalam mengajar maka tentu guru tersebut akan memiliki motivasi dan komitmen yang tinggi untuk mencurahkan segala potensi yang dimilikinya untuk mencerdaskan siswanya.
2. *Pacing*. *Pacing* berarti menyamakan posisi, gerak tubuh, bahasa, serta gelombang otak dengan orang lain atau siswa. Karena pada prinsipnya manusia cenderung atau lebih suka berinteraksi dengan teman yang memiliki banyak kesamaan, sehingga ia akan merasa nyaman. Dengan kenyamanan yang bersumber dari kesamaan gelombang otak inilah, maka setiap pesan yang disampaikan dari satu orang ke orang lain bisa diterima dan dipahami dengan baik.
  3. *Leading*. *Leading* memiliki pengertian memimpin atau mengarahkan sesuatu. Setelah melakukan *pacing*, para siswa akan merasa nyaman dengan guru. Pada saat itulah hampir setiap apapun yang guru ucapkan atau tugaskan kepada mereka, akan dilakukan dengan suka rela dan senang hati. Sehingga sesulit apapun materinya, pikiran bawah sadar mereka akan menangkap materi pelajaran dengan mudah. Sebaliknya jika kita melakukan *leading* tanpa didahului dengan *pacing*, maka hal itu sama saja dengan memberikan perintah kepada para siswa yang cukup berisiko, karena mereka melakukannya dengan terpaksa dan tertekan. Hal ini akan berakibat pada penolakan mereka kepada guru.
  4. Gunakan kata-kata positif. Penggunaan kata positif ini sesuai dengan cara kerja pikiran bawah sadar yang tidak mau menerima kata negatif. Pada dasarnya 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 diberikan. Kata-kata tersebut dapat berupa ajakan dan himbauan. Jadi apabila ada hal-hal yang tidak boleh dilakukan oleh mereka, hendaknya menggunakan kata ganti yang positif untuk mengganti kata-kata negatif. Sebagai contoh apabila akan menenangkan kelas yang ramai (ribut), biasanya kata perintah yang keluar adalah, "Jangan ribut!" Dalam mengaplikasikan *hypnoteaching*, hendaknya kata-kata jangan ribut ini diganti dengan, "Mohon tenang."
  5. Berikan pujian. Salah satu hal yang paling penting dalam pembelajaran adalah *reward and punishment*. Pujian merupakan *reward* atas peningkatan harga diri seseorang. Pujian merupakan salah satu cara untuk membentuk konsep diri seseorang. Maka dari itu, berikanlah pujian kepada para siswa dengan tulus, sehingga mereka akan terdorong untuk melakukan yang lebih baik dari yang sebelumnya. Pemberian pujian bisa dilakukan ketika siswa berhasil melakukan atau mencapai prestasi. Berikanlah pujian sekecil apapun bentuk prestasinya, termasuk ketika ia berhasil melakukan perubahan positif pada dirinya sendiri.

Hal tersebut juga berlaku dalam penerapan metode *hypnoteaching* dalam pembelajaran. Guru yang mengajar di Madrasah Ibtidaiyah misalnya tentu akan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh anak-anak usia MI dalam berkomunikasi dengan mereka. Jadi meskipun usia guru jauh lebih tua daripada

siswanya, namun gelombang otak sebenarnya dapat disetarakan dengan seakan-akan melakukan atau berpikir seperti mereka.

Ada beberapa cara dalam melakukan *pacing* terhadap siswa dalam kegiatan pembelajaran, yaitu: (a) bayangkan usia kita setara dengan siswa, sehingga kita dapat melakukan aktivitas dan merasakan hal-hal yang dialami oleh mereka saat ini; gunakan imajinasi pengajar walaupun dia sudah berumur lanjut tapi yang dihadapi anak MI jadikan anda sama dengan usia mereka (b) gunakan bahasa sesuai dengan bahasa yang sering digunakan oleh siswa; (c) lakukan gerakan-gerakan dan mimik wajah yang sesuai dengan tema bahasan; (d) sangkutkan tema pelajaran kita dengan tema-tema yang sedang tren di kalangan siswa; (e) selalu *update* pengetahuan tentang tema, bahasa, gosip terbaru yang sedang tren di kalangan siswa. Dengan melakukan hal-hal tersebut, maka tanpa sadar gelombang pikiran kita telah sama dengan para siswa, sehingga mereka merasa nyaman untuk bertemu dengan kita. Dalam memberikan pujian hindari kata penghubung negatif, misalnya "tapi", "namun", "cuma saja", dan lain sebagainya. Menggunakan kata-kata tersebut akan membuat pujian kita sia-sia dan terkesan mengolok-olok, seperti pada perkataan, "Budi, kamu itu anak yang pandai, ibu/bapak senang sekali punya siswa seperti kamu, tapi sayangnya kamu kurang memperhatikan kerapian pakaianmu". Cara untuk menghindari kata penghubung negatif adalah dengan menghilangkan kata penghubung tersebut.

1. Guru berpenampilan menarik dan meyakinkan
2. Guru bersikap simpati dan tidak menyalahkan siswa
3. Guru menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan mudah diingat
4. Guru memotivasi siswa dengan cerita orang-orang sukses
5. Guru dapat menguasai hati siswa (siswa tertarik karena merasa cocok)
6. Guru menyuruh siswa untuk melakukan afirmasi
7. Guru menyuruh siswa untuk melakukan visualisasi
8. Kondisi ruang kelas siswa terasa nyaman
9. Guru dapat memahami dan menyamakan pikiran siswa
10. Guru memutar musik slow (lembut) waktu mengajar
11. Guru memulai pelajaran dengan menyuruh siswa duduk santai
12. Guru memulai pelajaran dengan menyuruh siswa mengosongkan pikiran sesaat
13. Guru menyuruh menarik nafas dari hidung dan mengeluarkan dari mulut
14. Guru memberikan sugesti pada setiap tarikan nafas supaya badan rileks/santai
15. Guru memberikan sugesti positif.<sup>14</sup>

Selain cara di atas tersebut, ada cara lain untuk menggunakan media hipnosis dalam pembelajaran bahasa Arab sebagaimana yang dipaparkan oleh Mahardika mengutip pendapat Hakim. Menurut dia, bahwa ada tiga teknik dasar hipnotis yang bisa dilakukan guru saat mengajar di kelas.<sup>15</sup>

1. Teknik *Mirroring*

---

<sup>14</sup> Subiyono dan Nur Hamim, *Pengaruh Metode Hypnoteaching terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Bidang Studi PAI di SMP Bina Bangsa Surabaya*, dalam Jurnal PAI Vol 2 Nomor 2 November 2013, h 235-245

<sup>15</sup> Deni Mahardika, (2015), *Menerapkan Hypnostudying; Strategi Cerdas Membuat Peserta Didik Keranjingan Belajar*. Yogyakarta. Diva Press, h 144-145

Mirroring adalah teknik meniru gerak tubuh objek yang berada di depan anda dengan tujuan seakan-akan menyatukan diri dengan objek tertentu. Ia merupakan suatu keterampilan berbahasa tubuh yang fantastis. Sebab, dengan meniru gerak tubuh dan pola bahasa siswa, guru dapat meningkatkan hubungan kedekatan dengan siswa.

Teknik ini sejatinya mengasumsikan bahwa setiap orang akan lebih akrab jika ia melihat sebuah kesamaan antara dirinya dengan objek yang ada di depannya.

## 2. Teknik *Eye Contact*

Kontak mata sering kali dibutuhkan apabila ada diantara siswa yang cenderung memiliki modalitas visual. Seorang guru yang cenderung terhadap modalitas visual akan merasa lebih nyaman jika lawan bicara lebih memerhatikan dirinya.

Cara membiasakan eye contact dapat dimulai dengan pertama, pada saat berjalan usahakan untuk tidak menunduk, kedua, pada saat memasuki kelas sebaiknya tidak mengarahkan pandangan pada lantai kelas, ketiga, usahakan untuk melihat bola mata siswa

## 3. Teknik *Verbal Agreement*

Bagi guru SMP dan SMA, anda sebaiknya tidak menyampaikan komentar-komentar yang seakan-akan mengatur, bahkan menyudutkan siswa dalam berkomunikasi. Berikan sebuah keleluasaan bagi mereka untuk dapat mengungkapkan ide, gagasan, dan pendapatnya.

## Penggunaan Hipnosis dalam Pembelajaran Bahasa Arab

Menurut Hakim, ada beberapa tahapan yang dapat dilakukan guru untuk membimbing siswa dalam pembelajaran bahasa Arab ke arah trance hipnosis antara lain :

### 1. Relaksasi

Setiap proses belajar mengajar dimulai dengan kesan pertama yang menyenangkan. Suasana santai dan menyegarkan membuat *critical area* siswa yang berada dalam gelombang beta berubah ke arah alpha dalam bentuk pikiran siswa yang terfokus pada keegiatan belajar mengajar. Untuk menuju ke kondisi relaksasi siswa menurut Hakim, hal yang dapat dilakukan guru adalah :<sup>16</sup>

- a. Suasana kelas, artinya sebelum proses belajar mengajar dimulai guru telah mengarahkan siswa- siswa untuk mengatur ruangan kelas sedemikian rupa untuk mendukung suasana belajar mengajar yang baik. Hal ini mencakup kebersihan kelas, susunan bangku, penerangan kelas dan faktor-faktor lain yang mendukung tercapainya suasana kelas yang kondusif.
- b. Penampilan guru, penampilan seorang guru mewakili sikap, kepercayaan diri, nilai, karakter dan kepribadiannya sebagai sosok yang paling berpengaruh didalam kelas. Penampilan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan seorang guru dalam mengubah persepsi siswa dalam menilai proses belajar mengajar. Penampilan guru meliputi cara berpakaian, warna pakaian, aroma tubuh, hingga kerapian rambut guru.

---

<sup>16</sup> Andri Hakim, *Hypnosis In Teaching Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar*, Jakarta: Visimedia, 2011, h 48

- c. Kalimat pembuka, seorang guru sebaiknya memilih dan menggunakan sebuah kalimat pembuka (termasuk soal cerita) yang dapat menenangkan siswa, bukan memberikan sebuah ketegangan kepada siswa. Ketika tahap relaksasi guru bahasa Arab harus memperhatikan kebersihan dan kerapihan dirinya terlebih dahulu. Tahap ini dianggap berhasil apabila dua pihak (guru dan siswa) telah mencapai keadaan yang tenang untuk melaksanakan proses pembelajaran selanjutnya.

## 2. Mendapat Perhatian

Sebelum proses pembelajaran dilaksanakan, seorang guru sudah harus membekali diri dengan menyiapkan sesuatu yang dapat ditampilkan di depan siswa sehingga siswa menjadi tertarik dan terfokus terhadap pelajaran, sehingga siswa sejenak dapat melupakan hal-hal lain yang ada dipikirkannya yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran yang akan dilaksanakan. Hal ini dapat berupa mengawali pelajaran dengan doa, menyamakan gerakan maupun tampilan media pembelajaran yang menarik perhatian siswa.

Dalam tahap ini guru harus mendapatkan perhatian penuh dari siswa. Ketika perhatian dari mereka sudah didapatkan untuk mencapai hal selanjutnya akan mudah dilaksanakan.

## 4. Membangun Tema

Tentukan sebuah tema yang menarik dalam setiap proses pembelajaran untuk menggugah semangat dan rasa ingin tahu siswa akan materi yang akan disampaikan. Tema ini dapat berupa fase maupun kalimat menarik yang merupakan pancingan kepada pikiran bawah sadar siswa untuk memasuki gelombang pikiran alpha.

## 5. Menampilkan Struktur dan Peraturan

Saat akan memulai proses pembelajaran, guru memberikan peta pembelajaran secara general, kemudian secara detail. Tujuannya agar sebelum pelajaran dimulai, siswa sudah memiliki gambaran dipikirkannya mengenai apa yang akan dipelajarinya. Peraturan serta sanksi terhadap pelanggarannya perlu diterapkan agar pikiran bawah sadar siswa mampu melingkupi apa yang seharusnya menjadi fokus/ pusat perhatiannya selama proses belajar mengajar.

## 6. Membangun Hubungan (*Building Rapport*)

Seorang guru yang berlaku keras atau *over discipline* sering membuat kondisi siswa tidak nyaman dalam proses belajar mengajar. Hal ini merupakan salah satu alasan mengapa gelombang pikiran siswa sulit berpindah dari beta ke alpha. Membangun hubungan yang dimaksud disini dapat dilakukan dengan teknik-teknik *breathing* (menarik nafas bersama-sama), *mirroring* (menyamakan gerakan tubuh guru dan siswa) maupun penggunaan bahasa-bahasa persuasif yang bersifat mengajak agar kata-kata yang disampaikan guru dapat langsung didengar oleh pikiran bawah sadar siswa.

Lebih lanjut lagi Ahmad Rifa'i menyebutkan media hipnosis adalah sangat penting dalam pembelajaran apapun terlebih lagi dengan bahasa Arab karena pengajar selain memotivasi dari alam sadar maka dengan hipnosis juga dapat memotivasi

dari bawah alam sadar hingga bertemulah dua kekuatan besar dalam diri peserta didik.<sup>17</sup>

Menurut Hakim, ada beberapa tahapan yang dapat dilakukan guru untuk membimbing siswa dalam pembelajaran bahasa Arab ke arah trance hipnosis antara lain :

### **1. Penggunaan Hipnosis dalam Pembelajaran Istima**

Kemampuan istima'/menyimak mempunyai peranan penting dalam keterampilan berbahasa karena istima' merupakan sarana pertama kali dalam pemerolehan bahasa selanjutnya. Dari istima kita dapat mengungkapkan dari apa yang telah kita simak dengan bicara, membaca dan menulis. Dari istima' pula kita dapat mengenal mufrodat, tarkib guna menunjang keterampilan bahasa selanjutnya. Begitu pula dengan keterampilan kalam (berbicara) merupakan tujuan utama dalam pembelajaran bahasa asing, termasuk bahasa Arab tentunya.

Oleh karena itu kemampuan menyimak merupakan bagian yang penting dan tidak dapat diabaikan dalam pengajaran bahasa, terutama bila tujuan penyelenggaraannya adalah penguasaan keterampilan berbahasa secara utuh. Dalam pengajaran secara itu, perkembangan dan tingkat penguasaan kemampuan menyimak perlu dipantau dan diukur melalui penyelenggaraan tes menyimak.

Sebelum menggunakan hipnosis dalam pembelajaran istima yang pertama kali harus diperhatikan pertama kali adalah guru harus menentukan terlebih dahulu tujuan yang ingin dicapai, diantara tujuan pembelajaran istima adalah Mampu menyimak, perhatian, dan terfokus pada materi yang didengar; Mampu mengikuti apa yang didengar dan menguasainya sesuai dengan tujuan menyimak; Mampu memahami apa yang didengar dari ucapan penutur dengan cepat dan tepat; Menanamkan kebiasaan mendengar sesuai dengan nilai sosial dan pendidikan yang sangat penting; Menanamkan segi keindahan pada saat menyimak; Mampu mengetahui kosakata sesuai dengan bentuk perkataan yang didengar; Mampu mengetahui makna kosakata sesuai dengan bentuk perkataan yang didengar; Mampu menetapkan kebijaksanaan atas perkataan yang didengar dan menetapkan keputusan yang sesuai<sup>18</sup>.

Ketika tujuan pembelajaran istima sudah ditentukan kemudian lanjutkan cara-cara yang sudah dijelaskan di atas.

### **2. Penggunaan Hipnosis dalam Pembelajaran Kalam**

Berbicara merupakan kegiatan berbahasa yang aktif dari seorang pengguna bahasa yang menuntut prakarsa nyata dalam penggunaan bahasa untuk mengungkapkan diri secara lisan karena masih ada orang yang sulit mengungkapkan melalui bahasa lisan walaupun ketika membaca teks yang berbahasa Arab dia mengerti apa yang dimaksud oleh penulis.

---

<sup>17</sup> Wawancara dengan Ahmad Rifai, M.Pd.I (Dosen STIQ Amuntai juga sekaligus Trainer Hipnotis di Kota Amuntai) tanggal 27 September 2018

<sup>18</sup> Abdul Wahab Rosyidi dan Mamlu'atul Ni'mah, *Memahami Konsep Dasar Bahasa Arab*, (Malang: UIN Maliki Press, 2012), h. 85

Secara kebahasaan, pesan lisan yang disampaikan dengan berbicara merupakan penggunaan kata-kata yang dipilih sesuai dengan maksud yang perlu diungkapkan. Kata-kata itu dirangkai dalam susunan tertentu menurut kaidah tata bahasa dan dilafalkan sesuai dengan kaidah pelafalan yang sesuai pula. Semua itu merupakan aspek kebahasaan bagian dari kegiatan berbicara sebagai bentuk penggunaan bahasa lisan yang harus diperhatikan dalam mengupayakan pesan yang disampaikan dapat diterima dan dimengerti seperti yang dimaksudkan oleh seorang pembicara.

Dalam pembelajaran keterampilan berbicara mementingkan isi dan makna dalam penyampaian pesan secara lisan, berbagai bentuk dan cara dapat dipergunakan. Sesuai dengan tingkat penguasaan kemampuan berbahasa yang telah dimiliki oleh siswa bentuk pembelajaran berbicara dapat meliputi kegiatan penggunaan bahasa lisan dengan tingkat kesulitan yang beragam.

Ketika tujuan pembelajaran kalam sudah ditentukan kemudian lanjutkan cara-cara yang sudah dijelaskan di atas.

### **3. Penggunaan Hipnosis dalam Pembelajaran Kitabah**

Sebelum menggunakan hipnosis dalam pembelajaran kitabah yang pertama kali harus diperhatikan pertama kali adalah guru harus menentukan terlebih dahulu tujuan yang ingin dicapai, diantara tujuan pembelajaran kitabah adalah mengungkapkan dengan ungkapan yang benar apa yang mereka pikirkan/rasakan dan apa yang mereka saksikan, menggunakan bahasa yang benar dalam membuat dan merangkai kalimat dan membagi topik dalam beberapa paragraf. Dan secara umum tujuan pembelajaran kitabah adalah mengantarkan siswa untuk dapat mengungkapkan perasaannya, pikirannya, dan keyakinannya dengan mudah, dalam berbagai situasi kehidupan dengan menggunakan ungkapan yang benar dan jelas serta dengan bahasa yang mengesankan.<sup>19</sup>

Ketika tujuan pembelajaran kitabah sudah ada kemudian lanjutkan cara-cara yang sudah dijelaskan di atas. Agar pembelajaran kitabah semakin menarik hendaknya disajikan dengan menarik, menyenangkan, dan mudah dilakukan. Pengajar hendaknya dapat menciptakan sendiri teknik pembelajaran atau teknik yang telah dikenalkan oleh para ahli pembelajaran. Ketika pembelajaran kitabah digabungkan dengan hipnosis maka pembelajaran lebih menyenangkan

### **Kesimpulan**

Hipnosis dalam pembelajaran bahasa Arab adalah salah satu cara pengajar dalam menyampaikan pembelajaran kepada siswa dengan bermain dengan pikiran mereka. Ketika pikiran mereka sudah tenang pelajaran yang diberikan dengan mudah diterima. Hendaknya kepada seluruh pengajar memahami bagaimana hipnosis dalam pembelajaran dan nantinya mempraktikkannya ke dalam pembelajaran. Hal yang terpenting dalam penggunaan hipnosis dalam pembelajaran bahasa Arab bagi pengajar adalah seperti ketika sebelum ataupun mengajar katakan pada diri sendiri secara berulang-ulang "Saya adalah pengajar Hebat, yang mampu membawa

---

<sup>19</sup> Muhaiban, Pembelajaran Menulis yang Menyenangkan dalam Prosiding Konasbara 1 dengan tema Kreativitas dan Inovasi Pembelajaran Bahasa Arab di Indonesia, h 18

perubahan pada setiap anak yang saja ajar”, ketika pengajar bersemangat sedemikian rupa maka akan dapat mempengaruhi seluruh siswa ketika pembelajaran. Hal penting lainnya sering-seringlah kita mengatakan kata-kata yang bersifat afirmasi, sugesti kepada siswa ketika pembelajaran sehingga mereka lebih bersemangat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Almatin, Isma, *Dahsyatnya Hypnosis Learning untuk Guru & Orang Tua*, Yogyakarta: Pustaka Widyatama, 2010
- Hajar, Ibnu, *Hypnoteaching*. Jogjakarta: Diva Press 2012
- Hakim, Andri, *Hypnosis In Teaching Cara Dahsyat Mendidik dan Mengajar*, Jakarta: Visimedia, 2011
- Hasan, Hasan, *Media Musik dan Lagu Dalam Pembelajaran Bahasa Arab* (Banjarmasin: Dreamedia, 2016)
- — —, “Keterampilan Mengajar Bahasa Arab Materi Istimia Menggunakan Media Lagu,” *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan* 10, no. 19 (2017)
- — —, “Psikolinguistik: Urgensi dan Manfaatnya Pada Program Studi Pendidikan Bahasa Arab” *Al Mi’yar: Jurnal Ilmiah Pembelajaran Bahasa Arab dan Kebahasaaraban* Vol 1 No 2 (2018)
- Lucy, Bunda, *5 Menit Menguasai Hypnoparenting*. Jakarta: Penebar Plus, 2012
- Mahardika, Deni Menerapkan Hypnostudying; Strategi Cerdas Membuat Peserta Didik Keranjang Belajar, Yogyakarta: Diva Press, 2015
- Muhaiban, *Pembelajaran Menulis yang Menyenangkan* dalam Prosiding Konasbara 1 dengan tema Kreativitas dan Inovasi Pembelajaran Bahasa Arab di Indonesia
- Mustofa, Syaiful, *Strategi Pembelajaran Bahasa Arab Inovatif*, UIN Malang
- Rosyidi, Abdul Wahab dan Mamlu’atul Ni’mah, *Memahami Konsep Dasar Bahasa Arab*, (Malang: UIN Maliki Press, 2012)
- Subiyono dan Nur Hamim, *Pengaruh Metode Hypnoteaching terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Bidang Studi PAI di SMP Bina Bangsa Surabaya*, dalam *Jurnal PAI* Vol 2 Nomor 2 November 2013
- Toni, Setiawan, *Hipnotis dan Hipnoterapi*, Yogyakarta: Garasi, 2009
- Usman, M. Uzer, *Menjadi Guru Profesional*, Bandung: Remaja Rosda Karya, 1995
- Yustisia, *Hypnoteaching*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012