

**EFEKTIFITAS TERAPI HIPNOSIS TEKNIK *IMPLOSIVE*  
*DESENSITIZATION* DALAM MENINGKATKAN MINAT  
BELAJAR SISWA KELAS XI MIPA DI SMAN 1  
GONDANG NGANJUK**

**SKRIPSI**

Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Psikologi (S. Psi)



Disusun Oleh:

Allwy Ibrahim Hussein

9334.018.11

**PROGAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
JURUSAN USHULUDDIN DAN ILMU SOSIAL  
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI  
(STAIN) KEDIRI**

**2018**

Halaman Persetujuan

EFEKTIFITAS TERAPI HIPNOSIS TEKNIK *IMPLOSIVE DESENSITIZATION*  
DALAM MENINGKATKAN MINAT BELAJAR SISWA KELAS XI MIPA DI  
SMAN 1 GONDANG NGANJUK

ALLWY IBRAHIM HUSSEIN

NIM. 9.334.018.11

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Imron Muzakki, M. Psi, Psikolog

Drs. M. Qomarul Huda, M.Fil.I.

NIP. 197111032000031003

NIP. 196902171999031001

## NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 22 Januari 2018  
Lampiran : 4 (empat berkas)  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth, Bapak Ketua Kepala Sekolah Tinggi  
Agama Islam Negeri ( STAIN )  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo  
Kediri.

Assalaamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Ketua untuk membimbing pemenuhan penyusunan skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Allwy Ibrahim Hussein

Nim : 9334.018.11

Judul : **EFEKTIFITAS TERAPI HIPNOSIS TEKNIK  
IMPLOSIVE DESENSITIZATION DALAM  
MENINGKATKAN MINAT BELAJAR SISWA  
KELAS XI MIPA DI SMAN 1 GONDANG  
NGANJUK**

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan terimakasih.

Wassalaamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II

Imron Muzakki, M. Psi, Psikolog

Drs. M. Qomarul Huda, M.Fil.I.

NIP. 197111032000031003

NIP. 196902171999031001

Halaman Pengesahan

**EFEKTIFITAS TERAPI HIPNOSIS TEKNIK *IMPLOSIVE*  
*DESENSITIZATION* DALAM MENINGKATKAN MINAT BELAJAR  
SISWA KELAS XI MIPA DI SMAN 1 GONDANG NGANJUK**

ALLWY IBRAHIM HUSSEIN

9.334.018.11

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri  
(STAIN) pada tanggal 4 April 2018

Tim Penguji,

1. Penguji Utama  
Dr. Rini Risnawati Suminta, M.Si (.....)  
NIP. 19771215 200501 2 002
2. Penguji I  
Imron Muzakki, M. Psi, Psikolog (.....)  
NIP. 19711103 200003 1 003
3. Penguji II  
Drs. M. Qomarul Huda, M.Fil.I (.....)  
NIP. 19690217 199903 1 001

Mengetahui,  
Ketua STAIN Kediri

Dr. Nur Chamid, MM.  
NIP. 19600420 198703 2 002

## **MOTTO**

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah diri mereka sendiri”

( Q.S. Ar-Ra'd: 11)

Hipnoterapi adalah salah satu alat bantu untuk meningkatkan minat dalam meraih suatu keberhasilan skripsimu

Peneliti

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur kepada Allah YME atas segala kasih sayang serta petunjuk yang selalu diberikannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Efektifitas Terapi Hipnosis Teknik *Implosive Desensitization* dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas XI MIPA di SMAN 1 Gondang Nganjuk". Skripsi ini ditulis untuk memenuhi sebagian prasyarat guna memenuhi gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Atas keberhasilan dalam penyelesaiannya, skripsi yang khususnya kupersembahkan untuk:

1. Bapak'ku Purwito dan Ibu'ku Binti Mahzurotin, terimakasih atas kasih sayang dan do'a yang selalu terucap setiap solat.
2. Adik – adik'ku (Ema Lutfiana) dan (Zulfa Widya R.)
3. Calon Istriku (Dewi Rohini M.)
4. Saudara - saudaraku
5. Sahabat – sahabatku
6. Teman – temanku
7. Untuk semua pihak yang telah membantu dan mendorong minatku dalam penyelesaian skripsi.

## ABSTRAK

ALLWY IBRAHIM HUSSEIN, Dosen Pembimbing Imron Muzakki, M. Psi, Psikolog dan Drs. M. Qomarul Huda, M.Fil.I. Efektifitas Terapi Hipnosis Teknik *Implosive Desensitization* Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas XI MIPA di SMAN 1 Gondang Nganjuk, Psikologi Islam, Ushuluddin dan Ilmu Sosial, STAIN Kediri, 2018.

Kata kunci: Hipnoterapi, Minat Belajar.

Penelitian ini didasari atas permasalahan yang dihadapi oleh siswa kelas XI MIPA SMAN 1 Gondang Nganjuk terkait dengan adanya perilaku negatif siswa yang mengindikasikan minat belajar. Minat belajar merupakan perhatian dan rasa ingin tahu yang besar terhadap belajar atau proses perubahan tingkah laku sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Hipnoterapi merupakan suatu teknik terapi pikiran dan penyembuhan yang menggunakan metode hipnosis untuk memberikan sugesti atau perintah positif kepada pikiran bawah sadar. Teknik hipnoterapi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Implosive Desensitization*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Terapi Hipnosis terhadap peningkatan minat belajar siswa kelas XI MIPA di SMAN 1 Gondang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan rancangan penelitian *pretest-posttest control group design*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala minat belajar. Teknik pengambilan sample pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan populasi berjumlah 103 akan tetapi data yang kembali berjumlah 99 dan didapat subjek sebanyak 28 siswa. Analisis data menggunakan teknik analisis *Uji-t*. Analisa data dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Program For Social Service*) versi 19.00 *for windows*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisis Uji-t (*t-test*) dari posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh nilai T sebesar 2,788 dengan taraf 0,015 sehingga berada diatas 0,05. Artinya ada perbedaan perubahan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian hipotesis yang berbunyi “Hipnoterapi teknik *implosive desensitization* dapat meningkatkan minat belajar siswa kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Gondang” diterima.

## KATA PENGANTAR

### Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur atas kehadiran Allah YME dengan segala rahmat dan hidayahnya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Efektifitas Terapi Hipnosis Teknik *Implosive Desensitization* dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas XI MIPA di SMAN 1 Gondang Nganjuk”

Sholawat beserta salam kami curahkan kepada baginda Nabi Muhammad saw yang telah memberi syafa’atnya.

Dalam proses penulisan dan penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari konsultasi, bimbingan dan saran serta banyak pihak – pihak yang membantu dalam penyusunan skripsi. Oleh karena itu penulis dengan tulus hati mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Nur Chamid, MM selaku Ketua STAIN Kediri.
2. Ketua Jurusan Ushuluddin dan Ilmu Sosial STAIN Kediri Dr. Moh. Asror Yusuf, M. Ag. serta Ketua Program Studi Psikologi Islam Dr. Rini Risnawati Suminta, M. Si.
3. Bapak Imron Muzakki, M. Psi, Psikolog. Selaku pembimbing peneliti dalam penyelesaian skripsi ini, terimakasih atas semua bimbingan dan arahan yang telah diberikan, khususnya dalam pengerjaan angket atau kuesioner.



4. Drs. M. Qomarul Huda, M.Fil.I. Selaku pembimbing peneliti dalam kesediannya yang telah memberi waktu untuk konsultasi dan revisi khususnya dalam format penulisan skripsi.
5. Bapak Drs. Murtoyo, M. Si. Selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Gondang yang telah memberi izin peneliti untuk melakukan penelitian.
6. Semua pihak yang telah membantu peneliti dalam penyelesaian skripsi.

Peneliti berharap dalam penelitian ini dapat memberi manfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Aminn ...

Kediri, 31 Januari 2018

Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
NOTA DINAS .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR BAGAN DAN RUMUS .....	xv
BAB I : PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Kegunaan Penelitian .....	5

E. Tinjauan Pustaka .....	6
F. Asumsi Penelitian .....	9
G. Hipotesis Penelitian .....	9
H. Penegasan Istilah .....	10
<b>BAB II : LANDASAN TEORI .....</b>	<b>11</b>
A. Minat Belajar .....	11
1. Pengertian Minat Belajar .....	11
2. Pentingnya Minat Belajar .....	13
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar .....	14
B. Hipnoterapi .....	19
1. Pengertian Hipnoterapi .....	19
2. Sejarah Hipnoterapi .....	20
3. Memahami Cara Kerja Pikiran .....	24
4. Tahapan Proses Hipnoterapi .....	27
5. Teknik-teknik Hipnoterapi .....	28
6. Macam-macam Hipnosis .....	35
<b>BAB III : METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A. Rancangan Penelitian .....	39
B. Lokasi Penelitian .....	41
C. Data dan Sumber Data .....	41
D. Populasi dan Sampel .....	42
E. Teknik Pengumpulan Data .....	44

F. Analisis Data .....	47
G. Tahapan Penelitian .....	50
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>53</b>
A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	53
1. Profil Sekolah .....	53
2. Visi, Misi dan Tujuan sekolah .....	53
B. Hasil dan Deskripsi Data .....	56
1. Uji Statistik Minat Belajar .....	56
2. Sampel Penelitian .....	62
C. Manual Proses Penelitian .....	65
1. Pemberian Pretest .....	65
2. Pelaksanaan Perlakuan (Hipnoterapi) .....	65
3. Pemberian Posttest .....	66
4. Hasil Penelitian .....	66
D. Pengujian Hipotesis .....	67
<b>BAB V : PEMBAHASAN .....</b>	<b>70</b>
<b>BAB VI : PENUTUP .....</b>	<b>74</b>
A. Kesimpulan .....	74
B. Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>76</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran i.	Skala Minat Belajar Sebelum Uji Validitas
Lampiran ii.	Tabulasi Data Subjek Kelas XI MIPA 1,2 & 3 Sebelum Uji Validitas
Lampiran iii.	Skala Minat Belajar Setelah Uji Validitas
Lampiran iv.	Tabulasi Data Subjek Kelas XI MIPA 1,2 & 3 Setelah Uji Validitas
Lampiran v.	Tabulasi Data Pretest Kelompok Eksperimen
Lampiran vi.	Tabulasi Data Pretest Kelompok Kontrol
Lampiran vii.	Tabulasi Data Posttest Kelompok Eksperimen
Lampiran viii.	Tabulasi Data Posttest Kelompok Kontrol
Lampiran ix.	r Table (Pearson Product Moment)
Lampiran x.	Hasil Uji Statistik
Lampiran xi	Modul Penelitian
Lampiran xii.	Profil Sekolah Menengah atas Negeri 1 Gondang
Lampiran xiii.	Daftar Konsultasi Penyelesaian Skripsi
Lampiran xiv.	Surat Izin Penelitian
Lampiran xv.	Surat Balasan Dari Instansi
Lampiran xvi.	Sertifikat Hypnotherapist
Lampiran xvii.	Dokumentasi
Lampiran xviii.	Daftar Riwayat Hidup

## DAFTAR TABEL

### Halaman

Tabel 1.	Data siswa kelas XI .....	42
Tabel 2.	Kisi-kisi Skala Minat Belajar .....	45
Tabel 3.	Blue Print Skala Minat Belajar .....	46
Tabel 4.	Penskoran Jawaban Skala Minat Belajar .....	47
Tabel 5.	Hasil Uji Validitas Skala Minat Belajar .....	56
Tabel 6.	Skala Minat Belajar Setelah Uji Validitas .....	58
Tabel 7.	Hasil Uji Reliabilitas Skala Minat Belajar .....	59
Tabel 8.	Hasil Uji Normalitas Data Penelitian .....	60
Tabel 9.	Deskriptif Statistik Minat Belajar Siswa .....	61
Tabel 10.	Tabel Konversi Minat Belajar .....	61
Tabel 11.	Tabel Distribusi Minat Belajar Siswa .....	62
Tabel 12.	Daftar Sampel Terpilih .....	63
Tabel 13.	Tabel Pembagian Kelompok Subjek Penelitian .....	64
Tabel 14.	Hasil Uji Homogenitas Sampel .....	65
Tabel 15.	Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen .....	66
Tabel 16.	Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol .....	67
Tabel 17.	Hasil Uji-4 (Uji Hipotesis) .....	67

## DAFTAR BAGAN DAN RUMUS

	<b>Halaman</b>
Bagan 1.      Desain Eksperrimen Peneitian .....	40
Bagan 1.      Rumus <i>Product Moment</i> .....	48
Bagan 2.      Rumus <i>Alpha Cronbach</i> .....	49