

**IMPLEMENTASI SPIRITUAL HYPNOTHERAPY
DALAM MENGEMBANGKAN PEMAAFAN PADA KLIEN
SAKIT HATI
(STUDI KASUS DI KLINIK HYPNOTHERAPY MEDONO
KOTA PEKALONGAN)**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)



Oleh :

IRMA MUZALINA
NIM. 3317006

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PEKALONGAN
2021**

**IMPLEMENTASI SPIRITUAL HYPNOTHERAPY
DALAM MENGEMBANGKAN PEMAAFAN PADA KLIEN
SAKIT HATI
(STUDI KASUS DI KLINIK HYPNOTHERAPY MEDONO
KOTA PEKALONGAN)**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)



Oleh :

IRMA MUZALINA
NIM. 3317006

**JURUSAN TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PEKALONGAN
2021**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Irma Muzalina
NIM : 3317006
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“IMPLEMENTASI SPIRITUAL HYPNOTHERAPY DALAM MENGEMBANGKAN PEMAAFAN PADA KLIEN SAKIT HATI (STUDI KASUS DI KLINIK HYPNOTHERAPY MEDONO KOTA PEKALONGAN)”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di IAIN Pekalongan.

Apabila dikemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN Pekalongan.

Pekalongan, 16 Desember 2021

Penulis,



Irma Muzalina
3317006

NOTA PEMBIMBING

Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag
Karangiompo, RT 01/RW.02 Tirto Kab.Pekalongan 51151

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Irma Muzalina

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.q Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi
di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : IRMA MUZALINA

NIM : 3317006

Judul : IMPLEMENTASI SPIRITUAL HYPNOTHERAPY DALAM MENGEMBANGKAN PEMAAFAN PADA KLIEN SAKIT HATI (STUDI KASUS DI KLINIK HYPNOTHERAPY MEDONO KOTA PEKALONGAN)

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 16 Desember 2021

Pembimbing,



Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag
NIP: 197409182005011004



PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **IRMA MUZALINA**
NIM : **3317006**
Judul Skripsi : **IMPLEMENTASI SPIRITUAL HYPNOTHERAPY
DALAM MENGEMBANGKAN PEMAAFAN PADA
KLIEN SAKIT HATI (STUDI KASUS DI KLINIK
HYPNOTHERAPY MEDONO KOTA PEKALONGAN)**

Telah diujikan pada hari Rabu, 27 Desember 2021 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam ilmu Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Amat Zuhri, M.Ag
NIP. 1977204042001121001

Penguji II

Cintami Farmawati, M.Psi
NIP. 198608152019032009

Pekalongan, 27 Desember 2021

Disahkan Oleh

Dekan,



H. Sam'ani, M.Ag
NIP. 197305051999031002

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam Bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut:

1. Konsonan

Fenom-fenom konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam literasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf , sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin.

Aksara Arab		Aksara Latin	
Simbol	Nama (Bunyi)	Simbol	Nama (Bunyi)
ا	<i>Alif</i>	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	<i>Ba'</i>	B	Be
ت	<i>Ta'</i>	T	Te
ث	<i>Sa'</i>	Š	Es (dengan titik di atas)
ج	<i>Jim</i>	J	Je

ح	<i>Ha'</i>	Ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	<i>Kha'</i>	Kh	Ka dan Ha
د	<i>Dal</i>	D	De
ذ	<i>Zal</i>	Ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	<i>Ra'</i>	R	Er
ز	<i>Zai</i>	Z	Zet
س	<i>Sin</i>	S	Es
ش	<i>Syin</i>	Sy	Es dan Ye
ص	<i>Sad</i>	Ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	<i>Dad</i>	ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	<i>Ta</i>	Ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	<i>Za</i>	ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	<i>'Ayn</i>	‘	Koma terbalik di atas
غ	<i>Gain</i>	G	Ge
ف	<i>Fa</i>	F	Ef
ق	<i>Qaf</i>	Q	Qi

ك	<i>Kaf</i>	K	Ka
ل	<i>Lam</i>	L	‘El
م	<i>Mim</i>	M	‘Em
ن	<i>Nun</i>	N	‘En
و	<i>Wau</i>	W	We
ه	<i>Ha’</i>	H	Ha
ء	<i>Hamzah</i>	‘	Apostrof
ي	<i>Ya</i>	Y	Ye

2. Vokal

Vokal tunggal	Vokal rangkap	Vokal panjang
a= ا	ai= أي	ā= آ
i= إ	au= وأ	ī= إي
		ū= أو

3. Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh:

جميلةمرأة = mar’atun jamīlah

Ta Marbutah mati dilambangkan dengan /h/

Contoh:

فاطمة = fātimah

4. Syaddad (tasydid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddad tersebut.

Contoh:

رَبَّنَا = rabbanā

الْبِرِّ = al-birr

5. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشَّمْسِ = asy-syamsu

الرَّجْلِ = ar-rajulu

السَّيِّدَةِ = as-sayyidah

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qamariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /l/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القَمَرِ = al-qamar

الْبَدِيعِ = al-badī'

الْجَلَالِ = al-jalāl

6. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof / ' /.

Contoh:

أمرت = umirtu

شيئ = syai'un

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah wa syukurilah, atas segala nikmat dan limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan diwaktuyang tepat menurut Allah. Karya kecil ini penulis persembahkan untuk orang-orang yang telah member arti dalam menjalani kehidupan penulis :

1. Bapak Dr.H, Miftahul Ula, M.Ag selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dengan baik dan sabar dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak dan ibu tercinta (Bapak Salim Mursalin dan Ibu Toatun) yang selalu memberikan doa, kasih sayang, pengertian perhatian yang tak terhingga demi kesuksesan penulis.
3. Suami, anak dan adiku tersayang (Muhammad Teguh Bangun Setiyo, Muhammad Rafqi Aulian dan Afif Kamaludin) yang selalu menyupport, menghibur dan selalu memberikan semangatnya.
4. Sevtia Arisyadi S.Kep, CHT, CI, IBH, MNLP, selaku terapis di Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan yang telah mengizinkan dan membantu penulis dalam penelitian.
5. Sahabatku Essa Shabarti Putri, Ayu Nur Di'ah. Nur Meilani, dan Hermala Fitriani yang selalu ada dalam suka duka penulis dan membantu dalam perkuliahan.
6. Segenap teman-teman Tasawuf Psikoterapi dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih selalu menjadi yang terbaik untuk penuli

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ

“Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya.”

(QS.Ar-Ra’d:11)

ABSTRAK

Muzalina, Irma. 2021. Implementasi Spiritual Hypnotherapy Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati (Studi Kasus Di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan). Skripsi Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi. Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Pekalongan. Dr.H.Miftahul Ula, M.Ag.

Kata Kunci : Spiritual Hypnotherapy, Sakit Hati, dan Pemaafan

Kesehatan psikis sangat penting bagi manusia. Permasalahan kesehatan psikis tidak dapat dilihat dari fisik terutama sakit hati. Solusi untuk mengatasi permasalahan sakit hati yaitu spiritual hypnotherapy. Spiritual hypnotherapy masih dianggap sebagai ilmu magic, ghaib serta sebagai alat memperdaya seseorang. Padahal pada kenyataannya Hypnotherapy dapat digunakan untuk penyembuhan gangguan psikis yang dialami seseorang.

Rumusan masalah dalam skripsi ini adalah: 1) Bagaimana implementasi spiritual Hypnotherapy dalam mengembangkan pemaafan pada klien sakit hati di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan? 2) Bagaimana pengembangan pemaafan pada klien sakit hati di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan? 3) Bagaimana faktor pendukung dan penghambat spiritual hypnotherapy di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan?. Tujuan dari penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui implementasi spiritual hypnotherapy Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di Klinik Hypnotherapy. 2) Untuk mengetahui teknik Spiritual Hypnotherapy Dalam Mengembangkan Pemaafan di Pada Klien Sakit Hati Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan. 3) Untuk mengetahui Faktor Pendukung dan Penghambat Implementasi Spiritual Hypnotherapy.

Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (*field Research*) dengan metode penelitian kualitatif. Pendekatan yang digunakan yaitu studi kasus. Sumber data yang digunakan yaitu: 1) Sumber data primer yang diperoleh dari terapis dan klien. 2) Data sekunder didapat melalui orang lain, buku, foto, dokumentasi dan lainnya. Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman antara lain: Reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa klien sakit hati tergolong dalam masalah dengan kriteria sedang. Dengan begitu dapat diatasi melalui spiritual Hypnotherapy. Teknik spiritual Hypnotherapy terdiri dari : 1) *Induction*. 2) *Reframing*. 3) *Object imagery*. 4) *Sugesti*. 5) *Forgiveness*. Pada proses terapinya di lakukan sesuai alquran. Metode yang diberikan kepada klien sakit hati untuk mengembangkan pemaafan yaitu ceramah dan motivasi. Metode tersebut akan menghasilkan terapi yang efektif. Faktor pendukung akan menjadi salah satu keberhasilan proses terapi. Dan faktor pengambat menjadi suatu evaluasi untuk meningkatkan layanan terapi di klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan.

KATA PENGANTAR

Spiritual Hypnotherapy termasuk dalam ilmu pengobatan modern dari psikoterapi konvensional ke psikoterapi Islam. Di dalam perkembangannya dari psikoterapi konvensional yang hanya dengan mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi problem kehidupan manusia yang berkaitan antara pikiran, perasaan, dan perilaku, dengan memberikan sugesti kepada pikiran bawah sadar. Seiring berkembangnya keilmuan modern kini menjadi spiritual Hypnotherapy dengan memasukan unsur-unsur ketuhanan yang sesuai dengan alquran dalam pelaksanaan terapinya. Menurut Wulur 2015 alquran juga sebagai pendukung majunya ilmu pengetahuan termasuk dibidang kesehatan. Spiritual Hypnotherapy dilaksanakan dengan tahapan dan teknik yang didalamnya terdapat unsure alquran serta pemberian motivasi Islam.

Selama ini, spiritual Hypnotherapy sering dianggap sebagai ilmu magic, ilmu ghoib dan untuk melakukan kejahatan bagi orang lain. Padahal spiritual ypnotherapy bisa digunakan untuk mengatasi segala permasalahan manusia baik psikis maupun fisik. Salah satu pengobatan spiritual Hypnotherapy sebagai pengembangan pemaafan. Menurut McCullough pemaafan merupakan serangkaian perubahan perilaku dengan jalan menurunkan motivasi untuk membalas dendam, menjauhkan diri atau menghindari dari perilaku kekerasan dan meningkatkan motivasi ataupun keinginan untuk berdamai dengan pelaku. Pengembangan pemaafan melalui perann spiritual Hypnotherapy tersebut untuk mengatasi permasalahan sakit hati. Sakit hati bisa terganggu oleh sesuatu yang tidak dirasa mengganggu oleh orang yang sehat, seperti sedikit panas, dingin atau pun syahwat

dan syubhat dimana ketika sakit hati itu muncul maka akan susah untuk mengendalikannya. Sementara hati yang sehat walaupun terdapat syahwat atau syubhat.

Skripsi ini menuliskan tentang implementasi spiritual Hypnotherapy dalam pengembangan pemaafan pada klien sakit hati di klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan. Penelitiannya tidak lain agar anggapan yang kurang berkenan dari ilmu spiritual Hypnotherapy mampu menjadi pemahaman baru bagi semua kalangan.

Pada akhirnya, penulis mengucapkan alhamdulillah segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat Iman, Islam, Hidayah, Inayah dan pertolongan-Nya. Sholawat serta salam tak lupa terlimpahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW yang telah menuntun manusia menuju kebahagiaan dunia dan akhirat, serta yang selalu dinantikan syafaatnya kelak di hari akhir. Penyusunan skripsi ini merupakan kajian singkat implementasi spiritual hypnotherapy dalam mengembangkan pemaafan pada klien sakit hati(studi kasus di klinik Hypnotherapy medono kota pekalongan). Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr.H. Zaenal Mustakim, M.Ag. Selaku rektor IAIN Pekalongan yang telah memberikan partisipasi penyusunan skripsi ini.

2. Dr. Sam'ani, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuludin, Adab, dan Dakwah IAIN Pekalongan yang telah memberikan segala bantuan dan pelayanan proses akademik.
3. Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag selaku ketua jurusan Tasawuf dan Psikoterapi sekaligus dosen pembimbing skripsi yang selalu memberikan kontribusi, meluangkan waktunya, mencurahkan perhatian dan memberikan arahan dengan sabar selama penelitian berlangsung.
4. Segenap dosen dan karyawan Fakultas Ushuludin, Adab, dan Dakwah IAIN Pekalongan, yang telah memberikan sumbangsih keilmuan penulis selama masa studi ini.

Semoga amal baik yang sudah dilakukan mendapat balasan dari Allah SWT. Karya kecil dari penulis yang masih banyak kekurangan ini semoga bisa menambah wawasan dan bermanfaat untuk para pembaca.

Pekalongan, 13 Desember 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN.....	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRNSLITERASI ARAB LATIN	v
PERSEMBAHAN	x
MOTTO.....	xi
ABSTRAK	xii
KATA PENGANTAR	xiii
DAFTAR ISI.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Kegunaan Penelitian.....	7
E. Tinjauan Ustaka	8
F. Metode Penelitian.....	15
G. Sistematika Pembahaan.....	19
BAB II SPIRITUAL HYPNOTHERAPY, PEMAAFAN DAN SAKIT	
HATI	21
A. Spiritual Hypnotherapy	21
1. Pengertian Spiritual	21

	2. Tahapan Spiritual.....	23
	3. Teknik Spiritual Hypnotherapy	26
B.	Pengembangan Pemaafan.....	31
	1. Pengertian Pemaafan.....	31
	2. Aspek, dan Bentuk Pemaafan.....	33
	3. Skala Pemaafan.....	35
	4. Faktor-Faktor Pemaafan.....	36
C.	Sakit Hati.....	38
	1. Pengertian sakit Hati.....	38
	2. Faktor Penyebab Sakit Hati	41
BAB III	HASIL PENELITIAN	43
A.	Gambaran Umum Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy..	43
	1. Sejarah Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan.....	43
	2. Implementasi Spiritual Hypnotherapy Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan.....	47
	3. Proses Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan.....	55
BAB IV	ANALISIS HASIL PENELITIAN	60
A.	Analisis Implementasi Spiritual Hypnotherapy Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di	

	Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan.....	60
	B. Analisis Proses Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan.....	68
BAB V	PENUTUP	
	A. Kesimpulan	70
	B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan jiwa saat ini telah menjadi masalah kesehatan global bagi setiap manusia. Proses globalisasi dan pesatnya kemajuan teknologi informasi memberikan dampak terhadap nilai-nilai sosial dan budaya baru terhadap masyarakat. Namun, setiap orang memiliki karakteristik yang berbeda beda dalam menyikapi dan menyesuaikan terhadap perubahan tersebut. Dampak dari pesatnya kemajuan zaman tersebut terkadang berdampak negatif terhadap individu tertentu seperti adanya agresivitas, persaingan yang tidak sehat, ketidak matangan kepribadian, emosi yang tidak terkendali, depresi karena tekanan kehidupan, tingkat kecurigaan yang meningkat dan lain sebagainya.¹

Dalam kehidupan sosial, tidak dapat dipungkiri bahwa dalam kehidupan sosial, permasalahan yang muncul dalam diri seseorang karena pengaruh lingkungan. Siapapun pernah, sedang dan akan mengalaminya. Seseorang mungkin merasa nyaman-nyaman saja, Namun bagi sebagian orang, disadari atau tidak, hal ini menimbulkan masalah psikologis. Sehingga, mudah menjadi marah, dendam. takut, malu, tidak percaya diri dan sebagainya.²

¹Andri Hakim, *Hipnoterapi* (Jakarta Selatan: Transmedia Pustaka, 2010), hlm. 6.

²NSK Nugroho, *Transformasi Diri: Memberdayakan Diri Melalui Hypnoterapi* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2007), hlm. 2.

Seseorang tidak dapat dikatakan baik-baik saja ketika hanya dilihat dari fisiknya. Ada beberapa orang dengan fisik baik tetapi hatinya kurang baik. Hanya merasa nyaman dalam keadaan tertentu tapi hatinya masih punya rasa sakit. Manusia dapat dikatakan dengan psikis sehat apabila seluruh fungsi psikis dan fisiknya mampu berjalan dengan harmonis. Tolak ukur lainnya yaitu apabila manusia mampu mendapatkan keseimbangan hatinya dengan baik, serta mampu menerima kejadian yang menimpanya dengan memaafkan.³

Dari penjelasan tersebut bahwa manusia yang sakit hati pernah mengalami hal yang tidak sesuai dengan orang lain. Sakit hati akan membawa manusia untuk bisa memaafkan orang yang telah menyakiti hatinya. Manusia yang pemaaf mampu mengelola hatinya dengan baik. Mereka dengan kondisi memendam sakit hati pada umumnya tidak mampu memaafkan kesalahan orang-orang lain ketika mendapatkan pengalaman buruk yang menimbulkan luka dan menyebabkan sakit hati. Karena pemaafan merupakan integral dari mengurangi sakit hati.

Di dalam ilmu psikologi pemaafan dikategorikan sebagai kekuatan karakter, yaitu sebuah karakter yang baik serta mampu mengarahkan manusia untuk mencapai keutamaan positif kemudian terrefleksikan kedalam pikiran, perasaan, dan tingkah laku. Manusia yang mampu bersabar dalam menghadapi kejadian yang menimpanya dan mempunyai

³ Sumardi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, Cet Ke-3 (Jakarta: Cv Rajawali, 1987), hlm. 77.

kekuatan untuk membalasnya serta memaafkan kesalahan orang lain maka dirinya telah melakukan amal mulia. Walaupun kejadian yang datang itu beragam bentuknya seperti pukulan, dendam akibat hutang piutang ataupun yang lainnya. Wajar jika atas kejadian tersebut ingin membalasnya. Namun, alangkah baiknya sebagai manusia saling memaafkan. Menjadi pemaaf bukanlah bentuk dari sikap lemah atau kehinaan dimata manusia, justru sebaliknya memaafkan sejatinya sangat mulia dihadapan Allah.⁴

Pemaaf berarti mampu meredakan afeksi, perilaku, kognisi, dan motivasi dari sakit hati. Saat pertama kali sakit hati muncul maka akan sadar bahwa sesuatu yang kurang baik menimpa manusia. Menjadi bermasalah jika perasaan itu dibiarkan saja untuk tetap bertahan di dalam tubuh sepanjang hari. Perasaan yang awalnya sepele lambat laun akan menjadi pengganggu. Apabila sakit hati itu muncul dalam keadaan intens, sangat akan menjadi peluang manusia untuk menyiapkan tindakan balas dendam yang berlebihan.⁵

Butuh adanya proses atas kejadian yang kurang menyenangkan dengan pihak tertentu sehingga mampu menghapus sakit hati. Untuk itu sudah menjadi Sunnatullah, bahwa seseorang membutuhkan orang lain dalam hidupnya. Kegiatan terapis pada khususnya, makin dirasakan oleh masyarakat sebagai suatu tuntutan hidup untuk memperoleh kondisi mental yang sehat. Melalui pelayanan terapi, orang akan dapat mengatasi serta menghindari berbagai permasalahan yang dihadapinya. Sikap peka

⁴ Moh Hasan, Perspektif Islam dan Psikologi Tentang Pemaafan, *Jurnal At-Ataqadum Semarang*: UIN Walisongo vol 9, No 1, 2017, hlm. 75.

⁵ Asep Khaerul Ghani, *Forgiveness Therapi* (Yogyakarta: PT Kanisius, 2011), hlm. 22.

dan pemahaman dalam mengatasi masalah sakit hati merupakan kondisi yang sangat penting bagi terapis yang bekerja di lingkungan hidup yang sedemikian kompleks. Sebab setiap manusia memiliki perbedaan dalam aspek bathiniyah maupun rohaniyah.

Terapis bertanggung jawab menawarkan jalan keluar yang terbaik dalam upaya mengatasi sakit hati yang dihadapi klien. Namun sangat disayangkan, kebanyakan pengobatan atau terapi sulit menjangkau masalah ini, yaitu pikiran atau lebih tepatnya pikiran bawah sadar. Sedangkan peranan terapi psikologi yang memanfaatkan pikiran alam bawah sadar adalah hipnoterapi.⁶

Pengobatan Hypnotherapy yang dilakukan di zaman sekarang menggunakan unsur ketuhanan dengan sebutan spiritual.⁷ Oleh sebab itu, spiritual Hypnotherapy menjadi salah satu jalan pengobatan psikologis modern.

Hypnotherapy telah diakui oleh APA (American Medical Association) pada tahun 1960. Profesi sebagai hipnoterapis telah diakui dan disetujui secara sah di undang-undang Negara di tahun 1987. Di Indonesia Peraturan tentang hipnoterapi diatur dalam keputusan menteri kesehatan RI pada pasal 3 No 1076/MENKES/SK/VII/2003 mengenai penyelenggaraan pengobatan tradisional, disebutkan bahwa “pengobatan tradisional dapat diklasifikasikan dalam jenis ramuan, ketrampilan,

⁶ Gunawan, *Hypnoterapi: The Art of Subconscious Restructuring* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama), hlm. 11.

⁷ Siti Khuzaiyah, Effectiveness Of Spiritual Hypnotherapy On Anxiety Of Fresh Graduate Midwife Toward Indonesia, *Jurnal Smart STIKES Karya Husada Semarang*, vol.5 No.1 2018, hlm. 49.

pendekatan agama, dan supranatural". Hal ini juga diatur dalam pasal 4 ayat 1 peraturan Menteri Kesehatan RI No.1109/MENKES/PER/IX/2007, mengenai pelayanan pengobatan komplementer tentang ruang lingkup pengobatan alternative yang berlandaskan ilmu pengetahuan biomedik: intervensi tubuh dan pikiran. Untuk itu hipnoterapi merupakan alternative pengobatan komplementer jenis intervensi tubuh dan pikiran.

Klinik Hypnotherapy di Medono Kota Pekalongan yang berdiri sejak tahun 2015 di bawah pimpinan Bapak Sevta Arisyandi merupakan salah satu dari banyaknya pengobatan hipnoterapi di Kota Pekalongan yang menangani peminat hipnoterapi maupun terapi kontemporer dalam berbagai aspek kehidupan, serta mengatasi penyakit kesehatan mental seperti psikosomatis, perselingkuhan, phobia, minder, dan lain sebagainya. Namun, saat ini klien yang datang seringkali dengan keluhan sakit hati. Klien yang datang ditangani langsung oleh beliau. Penanganan hipnoterapi yang dilakukan beliau selalu memasukan unsur-unsur ilahiyah, sehingga spiritualitas yang digunakan untuk menangani klien selalu diutamakan.⁸ Klinik hipnoterapi ini juga salah satu klinik yang sudah berlisensi Nasional dari *The Indonesian Board of Hypnotherapy (IBH)*.

Berkaitan dengan permasalahan tersebut, maka penulis ingin melakukan penelitian terhadap implementasi Hypnotherapy kepada seseorang yang mengalami sakit hati. Selama ini, Hypnotherapy masih

⁸ Sevta Arisyandi, Terapis Klinik, Wawancara Pribadi, Pekalongan, 24 Desember 2020.

dianggap sebagai ilmu magic dan gaib, bahkan dianggap sebagai alat yang digunakan untuk melakukan kejahatan dan memperdaya seseorang. Padahal, pada kenyataannya Hypnotherapy dapat digunakan untuk penyembuhan dari gangguan mental yang dialami seseorang.

Berdasarkan latar belakang diatas bahwa spiritual Hypnotherapy mempunyai banyak manfaat untuk mengobati permasalahan manusia. Spiritual Hypnotherapy pula menjadi pengobatan utama bagi klien dengan permasalahan sakit hati untuk mengembangkan pemaafan. Untuk itu penulis tertarik melakukan penelitian karya ilmiah ini dengan judul “Implementasi Spiritual Hypnotherapy Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati (Studi Kasus Di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan).”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Implementasi Spiritual Hypnotherapy Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan?
2. Bagaimana Proses Pengembangan Pemaafan Pada Klien Sakit di Hati Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui implementasi spiritual hypnoterapi Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di Klinik Hypnotherapy
2. Untuk mengetahui Proses Pengembangan Pemaafan di Pada Klien Sakit Hati Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan, sumbangan berharga dan mampu memberikan manfaat bagi segenap civitas akademik khususnya mahasiswa yang berkecimpung di dunia tasawuf dan psikoterapi.
 - b. Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dan pengetahuan bagi pembaca tentang implementasi hypnoterapi Dalam Mengembangkan Pemaafan Pada Klien Sakit Hati di klinik hypnotherapy Medono Kota Pekalongan.

2. Manfaat Praktis

Secara social, agar penelitian ini menjadi pengetahuan baru bagi masyarakat umum. Sebab dewasa ini banyak masalah yang dialami oleh manusia, terutama masalah hati. Hasil penelitian ini melalui spiritual hypnotherapy di Klinik Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan diharapkan mampu menjadi solusi untuk mengatasi masalah tersebut.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Spiritual Hypnotherapy

Spiritual berasal dari kata “*Spirit*” yang berarti semangat, jiwa, roh, sukma, mental, batin, rohani, keagamaan dan berhubungan dengan hal suci yang memiliki unsur ketuhanan.⁹ Menurut Danah Zohar bahwa spiritual yang ada di dalam diri manusia membuat seseorang mencari beberapa cara fundamental yang lebih baik untuk melakukannya. Karena spiritual dapat mencakup aspek kehidupan manusia sebagai sarana pencerahan diri untuk mencapai tujuan dan makna dalam menjalani kehidupan.¹⁰

Spiritual merupakan wujud dari *hablumnillah* yang dapat dilakukan manusia dalam bentuk sholat, puasa, berdoa, haji. Kebutuhan spiritual mampu mempertahankan keyakinan manusia dalam kebaikan dan pengempunan untuk lebih dekat dengan Tuhan.¹¹ Dimensi spiritual ada 3 macam yaitu tanggung jawab, pemaaf, dan pengasih sedangkan dimensi spiritual itu sendiri merupakan kekuatan dalam diri untuk timbulnya rasa kedamaian dan kebahagiaan pada diri seseorang.

⁹ Sanerya Hendrawan, *Spiritual Management: From Personal Enlightenment Towards God Corporate Governance* (Bandung: Mizan, 2009), hlm. 18.

¹⁰ Danah Zohar, *Spiritual Capital Wealth We Can Live By* (California: Berret-Koehler, 2010), hlm. 29.

¹¹ Achir Yani S Hamid, *Bunga Rampai Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa* (Jakarta: EGC, 2008) , hlm. 2.

Sedangkan Hypnotherapy adalah konsep penyembuhan baik dalam keadaan sadar maupun tidak sadar dengan menyeimbangkan harmonisasi tubuh untuk mengatur kembali pola negative seseorang. Konsep yang dilakukan dengan memasuki pikiran bawah sadar klien. Pola negative yang klien lakukan bisa di program ke pola positif dengan memberikan pandangan baru yang bisa membuat klien nyaman dan tenang dalam jangka panjang.¹²

Dari penjelasan diatas bahwa spiritual Hypnotherapy merupakan suatu terapi yang pelaksanaan dengan memasukan unsur ketuhanan sebagai bagian dari penyelesaian masalah serta bentuk pemberdayaan energi jiwa bawah sadar dari diri seseorang yang menginginkan perubahan.¹³ Teknik yang digunakan melalui tahapan: *Preinduction Interview, Induction, Deepening, Depth level test, Termination, Post Hypnotic Behavior*. Kemudian dilakukan dengan beberapa teknik spiritual hypnotherapy seperti: membaca basmalah, membaca ayat alqur'an, imajinasi, sugesti, pemaafan.

b. Pemaafan

Dalam kamus besar bahasa Indonesia pemaafan berasal dari kata dasar maaf dan imbuhan “pe-an”. Kata maaf menurut tim penyusun Kamus Besar Bahasa Indonesia mempunyai arti

¹² Andri Hakim, *Hypnotherapy: Cara Tepat dan Cepat Mengatasi Stress, Fobia, Trauma, dan Gangguan Mental lainnya* (Jakarta: Visi Media, 2010), hlm. 39.

¹³ Siti Khuzaiyah, Manfaat Hipnoterapi Spiritual Dalam Meningkatkan Kecemasan Mahasiswa, *Jurnal Smart Kebidanan STIKES* (Pekalongan:STIKES Muhammadiyah, 2018), hlm. 48.

pembebasan seseorang dari hukuman mengenai denda, tuntutan dan lain sebagainya atas suatu kesalahan. Sedangkan pemaafan diartikan sebagai member ampun atas kesalahan. Dalam bahasa Inggris, pemaafan diartikan sebagai *forgiveness*, yang berasal dari kata *forgive* dan imbuhan *ness* yang artinya adanya ampunan dan kebaikan hati kepada seseorang, tidak menyimpan persaan yang buruk.¹⁴

Berbeda dengan ahli bahasa, kata pemaafan yang juga ada kedekatannya dengan bidang ilmu psikologi memiliki arti lebih luas. Menurut ahli psikologi pemaafan kepada seseorang dibedakan dari membebaskan yang tidak mengakui ketidakadilan, berdamai, saling percaya, dan saling melupakan kesalahan. Robert D. Enright mengungkapkan bahwa pemaafan adalah meninggalkan kemarahan, perilaku acuh, meninggalkan kebencian, penilaian negative atas kesedianya sendiri terhadap orang lain yang telah menyakitinya.¹⁵

Pemaafan dalam perspektif Islam pemaafan mencakup banyak hak yakni memaafkan kesalahan, lapang dada, melupakan masalah, menghapus kesalahan dan menahan marah. Dengan adanya pemaafan maka mampu memperbaiki hubungan dengan harmonis, mewujudkan kedamaian, keselamatan, mendoakan kebaikan kepada

¹⁴ Kamus Besar Bahasa Indonesia i Online, <http://kbbi.web.id/maaf>, diakses tanggal 8 Januari 2021, pukul 17.15

¹⁵ R.D Enright, Anthony Dio Martin, *Emotional Quality Management: Refleksi, Revisi, dan Revitalisasi Hidup Melalui Kekuatan Emos* (Jakarta: Arga, 2003), hlm. 20.

orang yang telah berbuat jahat, serta menyerahkan segala urusan kepada Allah SWT.¹⁶

c. Sakit Hati

Sakit hati merupakan campuran antara hati yang sehat dan mati, didalamnya terdapat iman, ibadah, namun ada rasa tidak senang terhadap orang lain seperti dendam, benci, akibat hatinya telah dihina atau dilukai karena putus cinta, hutang piutang, masalah pertemanan dan lain lain.

Seseorang yang sakit hati ekspresi psikologisnya mampu terungkap dalam perilaku defentif guna melindungi dirinya dari ancaman atau perilaku yang mengancam. Symtom-simton yang timbul seperti cemas, gelisah, pusing, susah menghargai orang lain, menderita lahir batin, tidak bahagia karena diakibatkan oleh sakit hati yang tidak terungkap didalam ketidaksadaran dan reflek akan menimbulkan aneka penyimpangan yang sulit dikenali. Dengan begitu seseorang yang sakit hati tidakmampu menghayati hidup yang utuh, disebabkan adanya tekanan dalam kognisi, afekksi, dan motivasi negative.¹⁷

¹⁶ Moh Hasan, *op.cit.*, h. 81.

¹⁷ Amin Syukur, *Insan Kamil Kontemporer: Paket Pelatihan Seni Menata Hati* (Semarang: Cv Bima Sejati, 2004), hlm. 14

2. Penelitian yang Relevan

Penelitian mengenai hipnoterapi dan pemaafan secara spesifik sudah dilakukan pada beberapa buku, jurnal maupun penelitian skripsi lainya. Berikut merupakan beberapa penelitian yang relevan dan berhubungan dengan hipnoterapi serta pemaafan antara lain:

Pertama, Jurnal karya Iva Gamar Dwi Pratiwi yang berjudul “*Efektivitas Spiritual Hipnoterapi Terhadap Penurunan Nyeri Dismenor Pada Mahasiswa Kebidanan*”. Persamaan penelitian yang dilakukan penulis yaitu pembahasan dan teknik penangan klien dengan spiritual hHypnotherapy, Adapun perbedaanya pada variabel Y.¹⁸

Kedua,skripsi yang disusun oleh Ahmad Fausi dengan judul “*Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Penderita Gangguan Fhobia di Lembaga Anhar Fondation Kota Makasar*”. Penelitian yang dilakukan focus pada langkah-langkah melakukan hipnoterapi dan memahami metode yang digunakan oleh terapis di lembaga Anhar Fondation. Sebelum penangan dimulai, klien diberi pemahaman terlebih dahulu mengenai metode hipnoterapi yang akan digunakan. Persamaannya yaitu sama-sama menggunakan teknik hipnoterapi. Perbedaanya dalam penelitian ini yaitu focus pada penangan penderita gangguan fhobia tanpa ada unsure spiritual Hypnotherapy

¹⁸ Ivan Gamar Dwi Pratiwi, *Efektivitas Spiritual Hypnotherapy Terhadap Penurunan Nyeri Dismenor Pada Mahasiswa Kebidanan* (Sumenep: Universitas Wiraraja, 2020), hlm. 268.

dalam mengatasinya, sedangkan focus penelitian yang dilakukan penulis pada klien sakit hati dengan spiritual Hypnotherapy.¹⁹

Ketiga, skripsi yang disusun oleh Rahmat Hidayat berjudul “*Penerapan Hipnoterapi Pada Remaja Broken Home*”. Fokus penelitian ini pada permasalahan remaja dengan latar belakang broken home.. Perbedaan antara penelitian yang penulis lakukan yaitu obyek pada klien sendiri. Obyek dari penelitian ini pada remaja yang broken home sedangkan yang penulis teliti tidak hanya remaja, serta dengan klien berlatar belakang sakit hati.²⁰

Keempat, skripsi karya Elfira Nurjunita Lisapali yang berjudul “*Religiusitas Sebagai Prediktor Pemaafan Pada Perempuan Korban Kekerasan di Kabupaten Jember*”. Dalam penelitian tersebut membahas tentang gambaran pemaafan pada perempuan korban kekerasan melalui skala alat ukur *religion orientation scale*. Persamaan skripsi tersebut dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang pemaafan. Adapun perbedaannya adalah skripsi tersebut menggambarkan pemaafan dengan alat ukur, sedangkan penelitian yang penulis lakukan lebih kepada mengembangkan pemaafan melalui spiritual Hypnotherapy.²¹

¹⁹ Ahmad Fausi, *Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Penderita Gangguan Fobia di Lembaga Anhar Fondation Kota Makasar*, (Makasar: UIN Alauddin Makasar, 2018), hlm. 7.

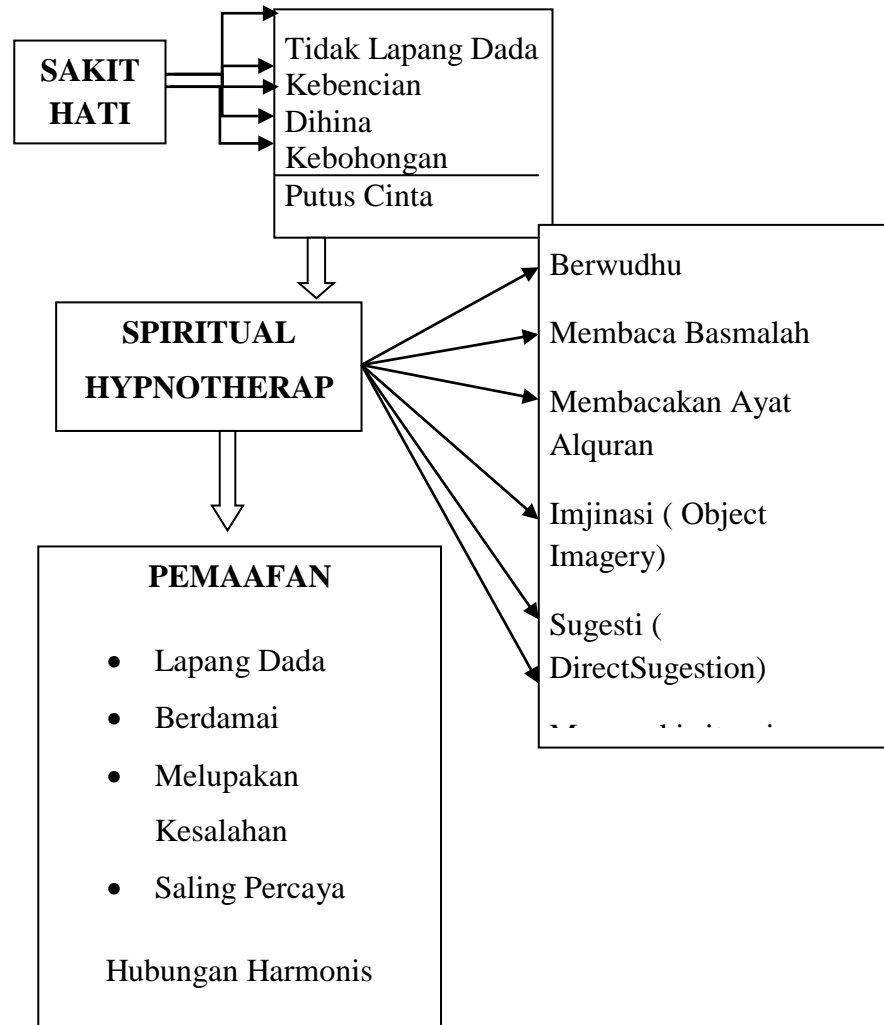
²⁰ Rahmat Hidayat, *Penerapan Hypnohterapy Pada Remaja Broken Home* (Banten: UIN SMH, 2018), hlm. 6.

²¹ Ananda Zahra Firdaus, *Religiusitas Sebagai Prediktor Pemaafan Pada Perempuan Korban Kekerasan di Kabupaten Jember*, Malang: UIN Malang, 2018), hlm. 8.

3. Kerangka Berfikir

Spiritual Hypnotherapy memiliki peranan dalam mengobati permasalahan psikologis manusia seperti sakit hati, diputus kekasih dan lain sebagainya. Karena itu seseorang yang ingin sembuh tanpa menggunakan obat medis bisa melalui pengobatan alternative spiritual Hypnotherapy. Di dalamnya mengandung unsure-unsur ilahiyah dengan teknik dan metode yang digunakan sesuai alquran serta keilmuan psikoterapi Islam. Teknik yang dilakukan seperti berwudhu, membaca basmalah, membaca ayat al-quran, object imagery, sugesti, dan pemaafan.

Klien dengan permasalahan sakit hati dituntun terapi untuk bisa memaafkan orang yang telah menyakiti hatinya. Sebab pemaafan menurut Robert D. Enright, salah seorang ahli psikologi bahwa pemaafan adalah kesediaan seseorang untuk meninggalkan kemarahan, penilaian negatif, dan perilaku acuh-tidak-acuh terhadap orang lain yang telah menyakitinya secara tidak adil. Klien yang mampu mengembangkan pemaafan atas permasalahan yang dialaminya mampu berlapang dada, berdamai dengan keadaan, melupakan kesalahan orang lain. Sehingga akhirnya hubungan kepada sesamanya menjadi harmonis. Adapun bagannya adalah sebagai berikut:



F. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh pemahaman baru yang lebih detail dan komprehensif dari sesuatu yang diteliti.²² Dalam penulisan skripsi ini, penyusun memerlukan sebuah metode penelitian untuk mendapatkan data secara akurat dan mendalam. Sehingga mampu menyimpulkan obyek dan hasil pembahasannya.

²² Albi Aggito dan Johan Setiyawan, *Metode Penelitian Kualitatif* (Sukabumi: Jejak, 2018), hlm. 7.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk menekankan pada pemahaman makna untuk menggali data dari masalah-masalah social atau kemanusiaan.²³

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah penelitian lapangan (field research). Penelitian ini dilakukan secara terbuka, fleksibel dan tidak terstruktur. Tujuan dari jenis penelitian ini untuk mempelajari secara khusus latar belakang keadaan individu, kelompok ataupun masyarakat.²⁴

Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus merupakan sebuah penelitian dengan menggali suatu fenomena tertentu (kasus) dalam suatu waktu kegiatan berupa even, program, proses, institusi atau kelompok social. Sehingga dapat mengumpulkan informasi secara terperinci dengan menggunakan berbagai prosedur saat pengumpulan data selama periode tertentu.²⁵

2. Sumber Data

Untuk mendapatkan data yang valid peneliti menggunakan dua sumber data yaitu data primer dan data sekunder.

²³ Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif* (Surakarta: 2014), hlm. 25.

²⁴ Suryana, *Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* (Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia, 2010), hlm. 18.

²⁵ Sri Wahyuningsih, *Metode Penelitian Studi Kasus Konsep, teori Pendekatan Psikologi Komunikasi, dan Contoh Penelitiannya* (Madura: UTM Press, 2013), hlm. 3.

- a. Sumber data primer yaitu data yang di dapatkan langsung dari objek atau lapangan. Dalam hal ini sumber datanya adalah terapis hypnoterapi dan klien di klinik kesehatan mental hynoterapi. Terapis hypnoterapi tersebut merupakan pimpinan diklinik hypnoterapi.
- b. Sumber data sekunder yaitu sumber data yang mendukung dari sumber data primer ataupun sumber data tambahan yang didapat melalui orang lain, buku, foto, dokumentasi dan sebagainya yang berkaitan dengan tema penelitian.²⁶

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data melalui interaksi percakapan pada beberapa orang yang bersangkutan dengan maksud tertentu.²⁷ Dengan teknik wawancara ini, penulis menggali data secara mendalam ((*in-depth interviewing*). *In-depth interviewing* adalah teknik wawancara yang dilakukan secara fleksibel dan terbuka, tidak berstruktur ketat, dan dalam suasana yang tidak formal.²⁸ Wawancara digunakan untuk mendapatkan data tentang implementasi spiritual hypnoterapi, teknik spiritual hypnoterapi serta factor penghambat dan

²⁶ Farida Nugrahani, *op.cit.*, h. 113.

²⁷ Ahmad Tanzeh, *Metodologi Penelitian Praktis* (Yogyakarta: Teras, 2011), hlm. 84.

²⁸ Farida Nugrahani, *op.cit.*, h. 126.

pendorong implementasi hypnotherapy. untuk mengembangkan pemaafan pada klien sakit hati.

b. Observasi

Observasi merupakan metode mengamati dan mengumpulkan data pada saat penelitian berlangsung.²⁹ Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis observasi pengamatan pemeran serta, yang mana keberadaan penulis secara langsung diketahui oleh terapis dan klien. Sehingga pengumpulan data pun didapat dengan mudah. Metode ini dilakukan untuk mengetahui data tentang implementasi spiritual hypnoterapi, teknik spiritual hypnoterapi serta factor penghambat dan pendorong implementasi hypnotherapy untuk mengembangkan pemaafan pada klien sakit hati.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan menelusuri data historis yang sifatnya documenter.³⁰ Dokumen-dokumen itu bisa berupa surat kabar, audiovisual, gambar ataupun suara. Penulis dalam meneliti menggunakan audiovisual berupa gambar, suara, dan

²⁹ M.Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif* (Jakarta : Putra Grafika, 2011), hlm. 118.

³⁰*Ibid.*, h. 124.

rekaman video.³¹ Dalam hal ini, Peneliti akan mendokumentasikan tempat penelitian, terapis hipnoterapi, klien hipnoterapi dan proses hipnoterapi yang dilakukan di klinik.

4. Analisis Data

Dalam penelitian ini yang digunakan adalah metode analisis induktif. Metode ini merupakan sebuah analisis data yang dilakukan secara bersama saat pengumpulan data dalam proses siklus.³² Langkah-langkah dalam penelitian ini menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, yaitu tahap pengumpulan data, tahap reduksi dengan penyederhanaan data, tahap penyajian data dengan menginterpretasikan atau menafsirkannya, dan yang terakhir menarik kesimpulan dari penafsiran yang telah dilakukan berupa jawaban dari rumusan masalah.³³

G. Sistematika Pembahasan

Untuk menguraikan pembahasan diatas, penelitian ini di susun secara sistematis agar mudah dipahami oleh pembaca dengan uraian berikut ini :

³¹ Syahrul, dkk., *Buku Ajar Metodologi Penelitian Pembelajaran Bahasa Indonesia* (Padang: Sukabina Press, 2009), hlm. 63.

³² Farida Nugrahani, *op.cit.*, h. 172.

³³ Arry Pongtiku, dkk., *Metode Penelitian Kualitatif Saja* (Jayapura: Nulisbuku, 2016), hlm. 83.

Bab I Pendahuluan, yang merupakan hal-hal yang berkaitan dengan hal-hal penelitian seperti latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka teori, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab II yang terdiri dari penjelasan landasan teori dan berisikan teori tentang spiritual hipnoterapi, pemaafan dan sakit hati.

Bab III menjelaskan hasil dari penelitian lapangan yang berisi gambaran umum tentang implementasi spiritual hipnoterapi yang dilakukan dalam mengatasi klien sakit hati untuk mengembangkan pemaafan dan menjelaskan pengembangan pemaafan pada klien sakit hati serta faktor penghambat dan pendukung implementasi spiritual hypnoterapi di Medono Kota Pekalongan serta hasil wawancara yang didapat dari sudut pandang subyek.

Bab VI berisi tentang analisis implementasi spiritual hypnotherapy, pengembangan pemaafan pada klien sakit hati, serta factor penghambat dan pendorong untuk mengembangkan pemaafan pada klien sakit hati dari hasil di klinik kesehatan mental Medono Kota Pekalongan

Bab V berupa penutup yang didalamnya membahas kesimpulan dari rumusan masalah dan saran.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data penelitian dan analisis yang telah dilakukan mengenai implementasi spiritual Hypnotherapy dalam mengembangkan pemaafan pada klien sakit hati di Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Implementasi spiritual hypnotherapy di Klinik Kesehatan Mental Medono Kota Pekalongan dilakukan sesuai alquran. Dalam menangani klien sakit hati diperlukan beberapa proses penanganan yaitu membangun hubungan terapi dengan klien, membuat penaksiran dan penelusuran, serta menaksir permasalahan klien lebih dalam. Adapun teknik ini meliputi beberapa langkah: 1) Terapis terlebih dahulu membuat klien merasa nyaman, selanjutnya mengarahkan klien pada masalah yang dihadapinya. 2) Fokus kepada teknik yang digunakan, dalam hal ini terapis menggunakan teknik *Reframing*, *Object Imagery*, *Forgiveness therapy*. 3) Terapis memberi sugesti-sugesti positif terkait permasalahan yang dihadapi klien. Dari beberapa teknik yang diterapkan oleh terapis diharap klien mampu mengikutinya dengan baik. Selain itu implementasi spiritual hypnotherapy berjalan dengan lancar karena didukung oleh hubungan baik antara klien dengan terapis, sehingga mampu mencapai tujuan yang diharapkan.

2. Pengembangan Pemaafan pada klien melalui metode ceramah dan memberikan motivasi kepada klien sakit hati sesuai alquran Qs. Al-Insyiroh. Keefektivan pengembangan pemaafan ini bisa dilihat dari seberapa dalam permasalahan yang klien alami dan tidak hanya membutuhkan satu kali sesi terapi saja
3. Faktor pendukung dan penghambat di Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Kota Pekalongan terdapat dua macam, yaitu faktor internal dari klien dan faktor eksternal dari terapis. Faktor pendukung internal dikarenakan klien mempunyai tujuan baik yaitu adanya rasa ingin sembuh, tidak ingin menyimpan dendam lama. Di Klinik Hypnotherapy ini juga biayanya juga lumayan relatif murah, dan klien mendapat dukungan suami. Faktor eksternal dari terapis karena spiritual hypnotherapy yang dijalani merupakan hobi dan dukungan keluarga. Adapun faktor penghambat internal dari klien hanya rasa takut. Dari terapis sendiri yaitu suah untuk membagi waktu, belum memiliki tenaga terapis lain yang mumpuni untuk membantu, dan ruangan terpisah yang belum memadai.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka penulis akan memberikan saran terhadap pelaksanaan spiritual hypnotherapy dalam mengembangkan pemaafan pada klien sakit hati di Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Medono Kota Pekaongan dengan tidak mengurangi rasa hormat:

1. Untuk meningkatkan layanan terapi hendaknya pihak klineik mampu meningkatkan kualitas ruangan terapi agar lebih memadai. Sehingga klien akan lebih nyaman saat terapi berlangsung.
2. Terapis tetap menjaga hubungan baik dengan klien, supaya dapat mengevaluasi perubahan yang dialami klien.
3. Bagi klien sakit hati diberikan pengertian lebih mengenai situasi dan kondisi pada lingkungan sekitar agar tidak mudah tersinggung lagi.
4. Bagi keluarga seperti suami hendaknya memberikan dukungan positif baik secara moril materil yang sangat diperlukan bagi kesehatan psikologis klien.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Farid. 2016. *Manajemen Qalbu Ulama Salaf*. Surabaya: Pustaka Elba.
- Aziz. Abdul bin Abdullah Al-Ahmad. 2006. *Kesehatan Jiwa: Kajian Korelatif Pemikiran Ibnu Qayyim. Psikologi Modern, terj. Muh. Iqbal Kadi*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Al Farisi, M. Zaka. 2009. *Petunjuk Hidup Bahagia*. Bandung: Media Qalbu.
- Alfatih, 2014. *Alquran dan Terjemahannya: Mushaf Aminah*. Jakarta: PT Insan Pustaka.
- Alqazali. M. 1992. *Ahlak Seorang Muslim*. Semarang: Wicaksana
- Achmad, Juntika Nurihsan. 2005. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Refika Aditam.
- Agus, Sutiyono. 2012. *Dahsyatnya Hypnparenting*. Jakarta: Penebar Swadaya Grup
- Arter, Derry. 2014. *Hypnotic Power*. Yogyakarta: Mantra Books
- Bordens, K.S. & Horowitz, I.A. 2008. *Social Psychology*. MN: Freeload Press.
- Dewi, Putri Lasmi. 2012. *Pengaruh Ruang Terapi Yang Ideal dan Keterampilan Mendengarkan terapis Terhadap Keterbukaan Diri*. Skripsi UIN SBY.
- Dokumentasi, di Klinik Kesehatan Mental Hypnotherapy Medono Kota Pekalongan 10 Oktober 2021.
- Gunawan, Adi W. 2009. *Hypnotherapy: The Art of Subconscious Restructuring*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hendrawan, Sanerya. 2009. *Spiritual Management: From Personal Enlightenment Towards God Corporate Governance*. Bandung: Mizan.
- Hasan. Aliah B. Purwakania. 2008. *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap rentang kehidupan manusia dari pra kelahiran hingga pasca kematian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hamid, Achir Yani S. 2008. *Bunga Rampai Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Hazim, Nur Kholit. 2004. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Terbit Terang.

- Khuzaiyah, Siti. Manfaat Hipnoterapi Spiritual Dalam Meningkatkan Kecemasan Mahasiswa. Pekalongan: *Jurnal Smart Kebidanan STIKES*. STIKES Muhammadiyah.
- Karyadi. 2013. *Sembuh Dengan Hypnotherapy*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Latifah, Triwardhati. 2017. *Psikologi Pemaafan*. Yogyakarta: Universitas Gajahmada.
- Mas'udi. Terapi Qur'ani Bagi Penyembuhan Gangguan Jiwa. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. Vol. 8 No.1
- Meisi, Wulur. 2015. *Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- M, Zaka Al-Farisi. 2005. *Petunjuk Hidup Bahagia*. Bandung: Media Qalbu.
- Mohamad, Surya. 2004. *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*. Bandung: Pustaka Bumi Aksara.
- Nugroho. 2008. *Transformasi Diri:Memberdayakan Diri Melalui Hipnoterapi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Nurohman, Dwi Aris. 2017. *Hypnotherapy*. Jakarta: Indonesia menembus pikiran bawah sadar.
- Nuh, Syaid M. 2004. *Mengobati Penyakit Hati*. Bandung: Al-Bayan.
- Perry & Potter. Jakarta: *Jurnal Fundamental of Nursing: Concept. Process and Practice*. Edisi 7. Vol 3: EGC
- Poerwadarmita, W.J.S. 1976. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Qayyim, Ibnu Al-Jauziyah. 2019. *Faedah Al-Qur'an terj. Al-Fawaid* .Yogyakarta: Diva Press.
- Rusli Setia I, Wijaya JA. 2009. *The Secret of Hypnosis*. Jakarta: Penebar Plus.
- Rohmadani, Zahro Varisna. 2017. Yogyakarta, *Journal of Health Studies: Metode Future Pacing Hypnotherapy*. Vol. 1.No. 2.
- RH, Wiwoho. 2011. *Reframing Kunci Hidup Bahagia 24 Jam*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Safitri. Klien di Klinik Kesehatan Mental Medono Kota Pekalongan, Wawancara Pribadi. Pekalongan 15 Oktober 2021

- Said, Abdul Azhim. 2005. *Hati yang Bening*. Jakarta: Cendekia
- Sevta Arisyandi. Terapis di Klinik Kesehatan Mental Medono Kota Pekalongan. Wawancara pribadi. Pekalongan 10 Oktober 2021
- Soli Abimanyu. 2009. *Tehnik dan Lab Konseling*. Jakarta: Badan Penerbit UMN.
- Tri.Rahayu. 2009. *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*. Malang: UIN Malang Press.
- Taymiyyah. Syekh Ibnu. 2006. *Jangan Biarkan Penyakit Hati Bersemi* . Jakarta: PT Serambi ilmu Semesta.
- Yusuf, Hasyim. 2020. *Akidah Akhlaq*. Jakarta: KSKK Madrasah.
- Zakiah Drajat. 2004. *Metode Khusus Pengajaran Agama Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Zein Nurhayati. Syafrida. 2015. *Fiqh Ibadah*. Kota Pekanbaru: CV Mutiara Pesisir Sumatra.
- Zohar, Danah. 2010. *Spiritual Capital Wealth We Can Live By*. California: Berret-Koehler.
- Zuhdi, Muria. 2012. *Basmalah*. Yogyakarta: Kayu Jati.