

**PELAKSANAAN HIPNOTERAPI TEKNIK PEMAAFAAN
DALAM PENGENDALIAN EMOSI IBU PASCA KEGUGURAN
ANAK DI OMAH RERE HIPNOTERAPI PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tassawuf dan Psikoterapi



Oleh:

SAIFUL
NIM : 3320033

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

**PELAKSANAAN HIPNOTERAPI TEKNIK PEMAAFAAN
DALAM PENGENDALIAN EMOSI IBU PASCA KEGUGURAN
ANAK DI OMAH RERE HIPNOTERAPI PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Tassawuf dan Psikoterapi



Oleh:

SAIFUL
NIM : 3320033

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Saiful

NIM : 3320033

Program Studi : Tassawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“PELAKSANAAN HIPNOTERAPI TEKNIK PEMAAFAN DALAM PENGENDALIAN EMOSI IBU PASCA KEGUGURAN ANAK DI OMAH RERE HIPNOTERAPI PEKALONGAN”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 18 Oktober 2024

Yang Menyatakan,



Saiful

NIM.3320033

NOTA PEMBIMBING

Annisa Mutohharoh, M.Psi
Duwet, Bojong, Pekalongan
Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdr. Saiful

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.q Ketua Prodi Tasawuf dan Psikoterapi
di

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Saiful

NIM : 3320033

Judul : **Pelaksanaan Hipnoterapi Teknik Pemaafan dalam Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqsyahkan.

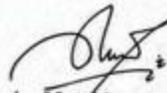
Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 18 Oktober 2024

Pembimbing



Annisa Mutohharoh, M.Psi
NIP. 199106022023212033



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan. Kode Pos 51181
Website: uad.uingusdir.ac.id | Email: uad@uingusdir.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : SAIFUL

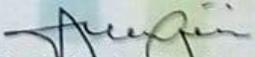
NIM : 3320033

Judul Skripsi : **PELAKSANAAN HIPNOTERAPI TEKNIK PEMAAFAAN
DALAM PENGENDALIAN EMOSI IBU PASCA
KEGUGURAN ANAK DI OMAH RERE HIPNOTERAPI
PEKALONGAN**

yang telah diujikan pada Hari Rabu, 30 Oktober 2024 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Ilmu Tassawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I


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

Penguji II


Cintami Farmawati, M. Psi
NIP. 198608132019032009

Pekalongan, 7 November 2024

Disahkan Oleh

Dekan


Prof. Dr. H. Sah'ani, M. Ag
NIP. 197305051999031002

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB – LATIN

Pedoman Transliterasi Arab-Latin yang digunakan dalam penulisan Skripsi ini adalah Pedoman transliterasi yang merupakan hasil Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Nomor: 158 Tahun 1987 dan Nomor : 0543b/U/1987.

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

Tabel 0.1: Tabel Transliterasi Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Şa	ş	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ĥa	ĥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De

ذ	Žal	Ž	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Şad	ş	es (dengan titik di bawah)
ض	Đad	đ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tabel 0.2: Tabel Transliterasi Vokal Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	A	A
ـِ	Kasrah	I	I
ـُ	Dammah	U	U

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Tabel 0.3: Tabel Transliterasi Vokal Rangkap

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَـيْ...	Fathah dan ya	Ai	a dan u
ـَـوْ...	Fathah dan wau	Au	a dan u

Contoh:

- كَتَبَ kataba
- فَعَلَ fa`ala
- سئِلَ suila
- كَيْفَ kaifa
- حَوْلَ haula

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Tabel 0.4: Tabel Transliterasi *Maddah*

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ...إ...أ	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
إ...إ	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
و...و	Dammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh:

- قَالَ qāla
- رَمَى ramā
- قِيلَ qīla
- يَقُولُ yaqūlu

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup

Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah “t”.

2. Ta' marbutah mati

Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah “h”.

3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan “h”.

Contoh:

- رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ raudah al-atfāl/raudahatul atfāl
- الْمَدِينَةُ الْمُنَوَّرَةُ al-madīnah al-munawwarah/al-madīnatul munawwarah
- طَلْحَةَ talhah

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

- نَزَّلَ nazzala
- الْبِرُّ al-birr

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

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

2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

Contoh:

- الرَّجُلُ ar-rajulu
- الْقَلَمُ al-qalamu
- الشَّمْسُ asy-syamsu
- الْجَلَالُ al-jalālu

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

- تَأْخُذُ ta'khuzu
- شَيْءٌ syai'un
- النَّوْءُ an-nau'u
- إِنَّ inna

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

- وَ إِنَّ اللَّهَ هُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ / Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
- بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا / Bismillāhi majrehā wa mursāhā

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ / Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/

Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn

- الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ

Ar-rahmānir rahīm/Ar-rahmān ar-rahīm

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

- اللهُ عَفُوٌّ رَحِيمٌ

Allaāhu gafūrun rahīm

- لِلّٰهِ الْأُمُورُ جَمِيعًا

Lillāhi al-amru jamī`an/Lillāhil-amru jamī`an

J. Tajwid

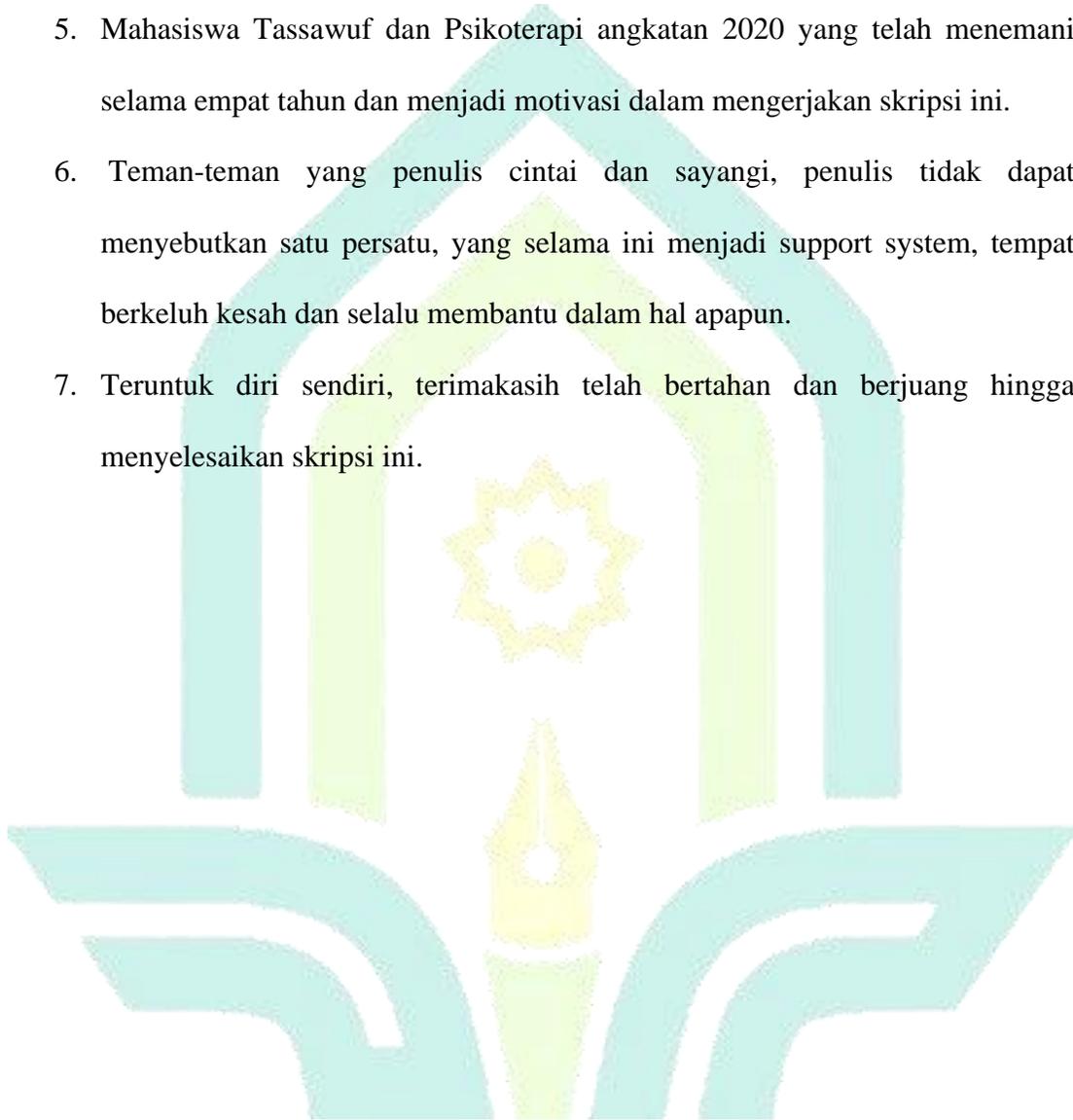
Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan Ilmu Tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

PERSEMBAHAN

Syukur alhamdulillah peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Tidak lupa shalawat serta salam peneliti panjatkan kepada Rasulullah SAW yang penulis nantikan syafaatnya di dunia hingga di akhirat kelak. Dengan dukungan serta doa yang telah memberikan semangat yang tiada hentinya kepada peneliti, maka dengan ini peneliti mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Orang tua tercinta Bapak Turidi Tono dan Ibu Watiah yang selalu memberikan do'a dan kasih sayangnya sepanjang masa. Terimakasih atas doa dukungan yang diberikan, skripsi ini tidak akan selesai tanpa do'a yang selalu orang tua panjatkan. Terimakasih telah mendidik, mendukung dan mendoakan anak-anaknya agar sukses di dunia dan di akhirat. Semoga Allah membalas semua kasih sayang yang diberikan kepada anak-anakmu.
2. Ibu Annisa Mutoharoh M.Psi. selaku dosen pembimbing skripsi, Terimakasih selalu membimbing, mensupport, dan mendo'akan agar bisa agar bisa menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah membalas kebaikan-kebaikan ibu.
3. Bapak M. Saefurrohman, S.Pd.I, Cht.Prof, CI Selaku kepala dan terapis di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, yang telah memberikan ijin, membantu, dan berkenan menjadi narasumber. Semoga Allah membalas kebaikan-kebaikan Bapak.

4. Pasien pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, yang telah berkenan menjadi partisipan. Semoga Allah membalas kebaikan-kebaikan dan segera diberikan momongan.
5. Mahasiswa Tassawuf dan Psikoterapi angkatan 2020 yang telah menemani selama empat tahun dan menjadi motivasi dalam mengerjakan skripsi ini.
6. Teman-teman yang penulis cintai dan sayangi, penulis tidak dapat menyebutkan satu persatu, yang selama ini menjadi support system, tempat berkeluh kesah dan selalu membantu dalam hal apapun.
7. Teruntuk diri sendiri, terimakasih telah bertahan dan berjuang hingga menyelesaikan skripsi ini.



MOTTO

“ KENDALIKAN EMOSIMU SEBELUM EMOSI MENGUASAIMU “

-SCOTT DYE-



ABSTRAK

Saiful. 2024. *Pelaksanaan Hipnoterapi Teknik Pemaafaan Dalam Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak Di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Program Studi Tassawuf dan Psikoterapi. Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Dosen Pembimbing: Annisa Mutohharoh, M.Psi

Kata Kunci: Hipnoterapi Teknik Pemaafaan, Pengendalian Emosi

Dalam kasus ini pasien mengalami keguguran anak sehingga pasien tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik ditandai dengan emosi pasien yang tidak stabil, mudah marah, ketika teringat akan kegugurannya pasien sering membanting gelas, barang yang ada disekitarnya dirusak, pasien merasa bersalah atas kegugurannya, dan jika dibiarkan pasien sampai membenturkan kepala di tembok, hingga pasien datang ke Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan untuk menyelesaikan masalah pengendalian emosi, terapis menggunakan hipnoterapi teknik pemaafaan untuk membantu pengendalian emosi pasien pasca keguguran anak.

Skripsi ini berjudul “Pelaksanaan Hipnoterapi Teknik Pemaafaan dalam Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan”. Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu: Bagaimana pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan?. Bagaimana pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafaan untuk pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan?. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pertanyaan dari rumusan masalah. Penelitian ini bermanfaat bagi teoritis dan praktis.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *field research* (Penelitian Lapangan) dengan metode kualitatif. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan psikologis. Adapun informan penelitian ini adalah kepala sekaligus terapis dan pasien trauma pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data melalui model Miles and Huberman dengan cara mereduksi data, *display data*, dan menarik kesimpulan atau verifikasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien pasca keguguran anak mengalami kondisi pengendalian emosi yang tidak baik, ditandai dengan emosi yang tidak stabil, mudah marah, ketika teringat akan kegugurannya pasien sering membanting gelas, barang yang ada disekitarnya dirusak, pasien merasa bersalah atas kegugurannya, dan jika dibiarkan pasien sampai membenturkan kepala di tembok. pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafaan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan dapat membantu pasien dalam mengendalikan emosi. Tahapan hipnoterapi teknik pemaafaan meliputi *Pre-induction talk*, induksi, *deepening*, sugesti dan terminasi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini, shalawat serta salam tetap mencurahkan kepada baginda Rasulullah SAW, keluarga, sahabat, serta pengikutnya yang telah menuntun umatnya dari jalan kegelapan menuju jalan yang terang benderang. Skripsi yang berjudul “Pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi Ibu Pasca Keguguran Anak Di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan” diajukan sebagai salah satu syarat meraih gelar sarjana (S-1) pada program studi Tassawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Negeri Islam K.H. Abdurrahman Wahid. Adapun dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan serta bimbingan dari beberapa pihak.

Dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag. Selaku rektor Universitas Islam negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Prof. Dr. H. Sam'ani, M.Ag. Selaku dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Negeri Islam K.H. Abdurrahman Wahid.
3. Cintami Farmawati, M.Psi. Selaku ketua Program Studi Tassawuf dan Psikoterapi Universitas Islam negeri KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan
4. Annisa Mutohharoh, M.Psi Selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Adib 'Aunilah Fasya, M.Si. Selaku Dosen Pembimbing Akademik

6. Seluruh Dosen Progam Studi Tassawuf dan Psikoterapi UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan yang telah memberikan ilmunya selama penulis mengenyam pendidikan di UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

7. Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan yang telah memberi izin dan membantu dalam melakukan penelitian.

8. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penyusunan skripsi, yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis telah berusaha menyusun skripsi ini dengan semaksimal mungkin. Akan tetapi, mengingat keterbatasan kemampuan serta pengetahuan penulis, maka kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan anugerah-Nya kepada kita semua.

Pekalongan, 18 Oktober 2024

Peneliti

Saiful
NIM.3320033

DAFTAR ISI

<u>HALAMAN JUDUL</u>	i
<u>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</u>	ii
<u>NOTA PEMBIMBING</u>	iii
<u>PENGESAHAN</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB – LATIN</u>	v
<u>PERSEMBAHAN</u>	xiii
<u>MOTTO</u>	xv
<u>ABSTRAK</u>	xvi
<u>KATA PENGANTAR</u>	xvii
<u>DAFTAR ISI</u>	xix
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	xxiii
<u>DAFTAR TABEL</u>	xxiv
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	xv
<u>BAB 1</u>	1
<u>PENDAHULUAN</u>	1
<u>A. Latar Belakang Masalah</u>	1
<u>B. Rumusan Masalah</u>	4

C. <u>Tujuan Penelitian</u>	5
D. <u>Manfaat Penelitian</u>	5
1. <u>Manfaat Teoritis</u>	5
2. <u>Manfaat Praktis</u>	6
E. <u>Tinjauan Pustaka</u>	7
1. <u>Analisis Teori</u>	7
2. <u>Penelitian terdahulu yang relevan</u>	10
3. <u>Kerangka Berpikir</u>	17
F. <u>Metode Penelitian</u>	19
1. <u>Jenis dan pendekatan penelitian</u>	19
2. <u>Sumber Data</u>	21
3. <u>Metode Pengumpulan Data</u>	22
4. <u>Teknik Analisis Data</u>	24
G. <u>Sistematika Penulisan</u>	27
BAB II	Error! Bookmark not defined.
<u>HIPNOTERAPI TEKNIK PEMAAFAN DAN PENGENDALIAN EMOSI</u>	Error!
Bookmark not defined.	
A. <u>Hipnoterapi teknik pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.
1. <u>Definisi Hipnoterapi teknik pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.

2. Tahapan Hipnoterapi teknik pemaafanError! Bookmark not defined.
3. Manfaat Hipnoterapi teknik pemaafan.....Error! Bookmark not defined.

B. Pengendalian Emosi.....Error! Bookmark not defined.

1. Definisi pengendalian emosi.....Error! Bookmark not defined.
2. Aspek Pengendalian Emosi.....Error! Bookmark not defined.
3. Model Mengendalikan EmosiError! Bookmark not defined.
4. Jenis Mengendalikan Emosi.....Error! Bookmark not defined.
5. Pentingnya Mengendalikan Emosi.....Error! Bookmark not defined.

BAB III.....Error! Bookmark not defined.

**PELAKSANAAN HIPNOTERAPI TEKNIK PEMAAFAN ISLAM DALAM
PENGENDALIAN EMOSI PASCA KEGUGURAN ANAK DI OMAH RERE
HIPNOTERAPI PEKALONGAN**.....Error! Bookmark not defined.

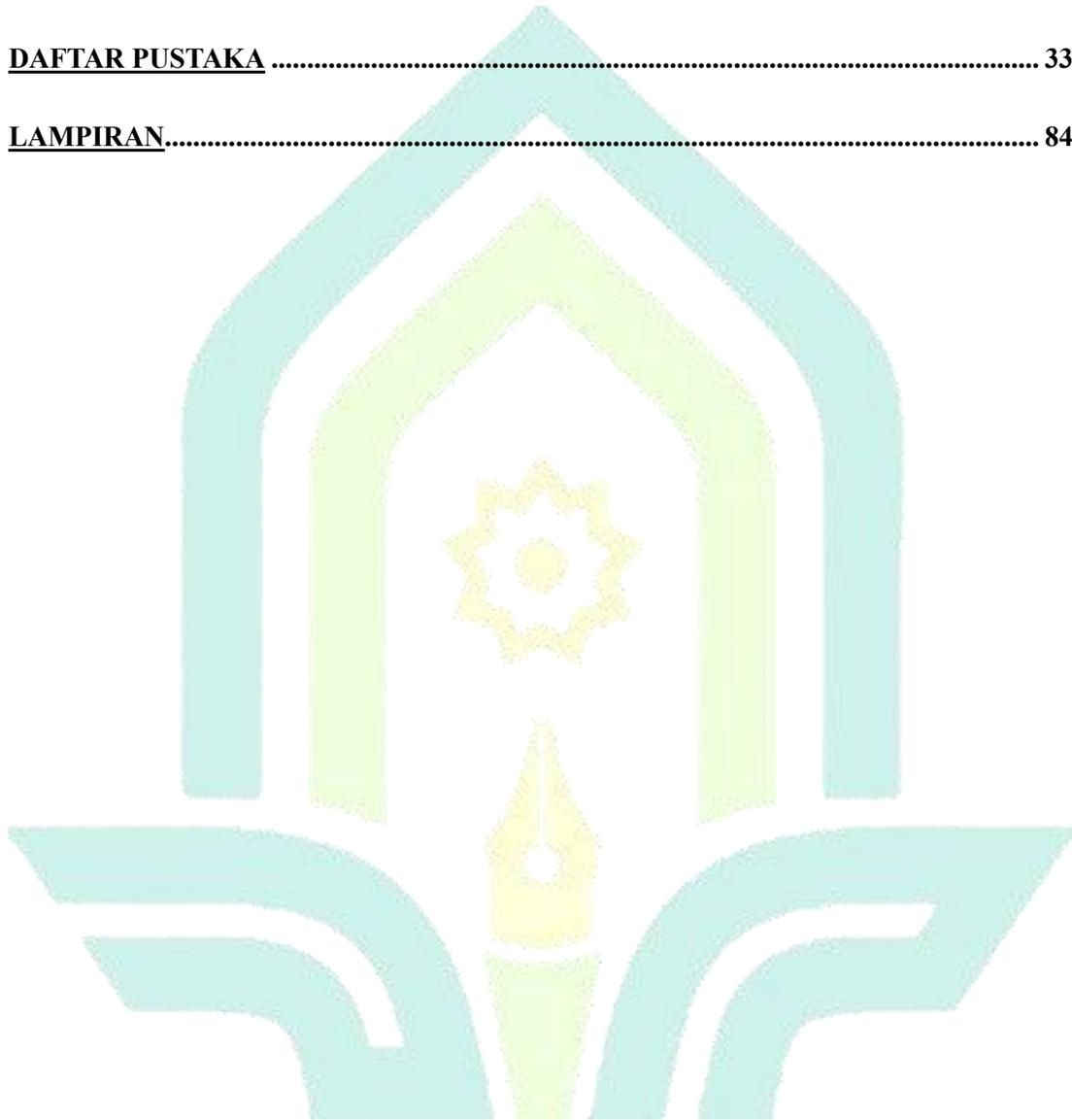
A. Gambaran Umum Omah Rere Hipnoterapi PekalonganError! Bookmark not defined.

1. Profile Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.....Error! Bookmark not defined.
2. Visi, dan Misi Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan...Error! Bookmark not defined.
3. Struktur OrganisasiError! Bookmark not defined.
4. Masalah-masalah Kesehatan Mental yang dapat diselesaikan di Omah Rere....Error!

Bookmark not defined.

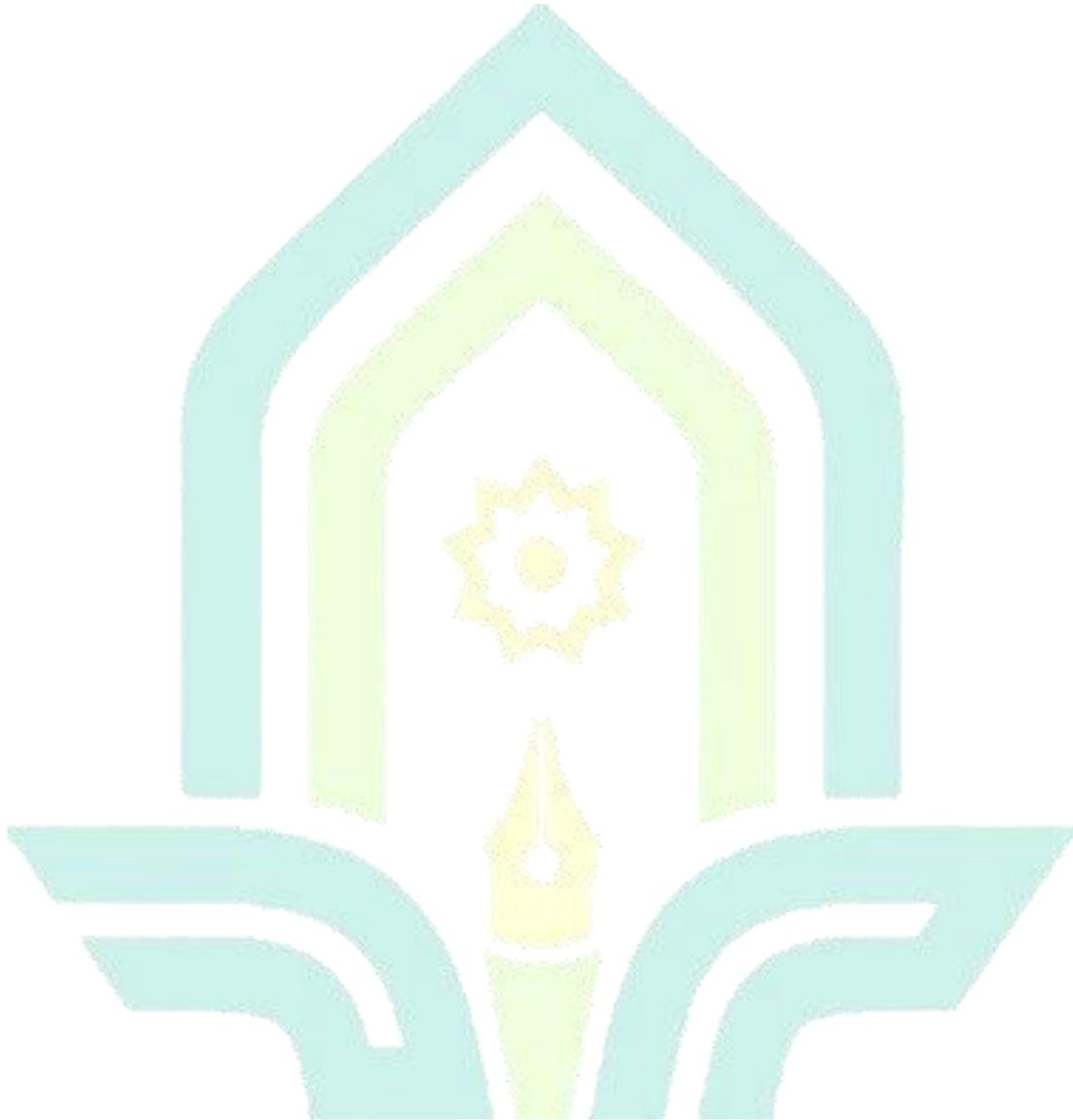
<u>B. Kondisi Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak Di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>C. Pelaksanaan Hipnoterapi Teknik Pemaafan Dalam Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak Di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan</u>	Error! Bookmark not defined.
1. <u>Tahapan hipnoterapi teknik pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.
2. <u>Waktu dan durasi hipnoterapi teknik pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.
3. <u>Keberhasilan hipnoterapi teknik pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>BAB IV</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>ANALISIS PELAKSANAAN HIPNOTERAPI TEKNIK PEMAAFAN DALAM PENGENDALIAN EMOSI PASCA KEGUGURAN ANAK DI OMAH RERE HIPNOTERAPI PEKALONGAN</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>A. Analisis Kondisi Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak Di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>B. Analisis Pelaksanaan Hipnoterapi Teknik Pemaafan Dalam Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak Di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan</u>	Error! Bookmark not defined.
1. <u>Tahapan hipnoterapi teknik pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.
2. <u>Waktu dan Durasi hipnoterapi pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.
3. <u>Keberhasilan hipnoterapi pemaafan</u>	Error! Bookmark not defined.
<u>BAB V</u>	29

<u>PENUTUP</u>	29
<u>A. Kesimpulan</u>	29
<u>B. Saran</u>	31
<u>DAFTAR PUSTAKA</u>	33
<u>LAMPIRAN</u>	84



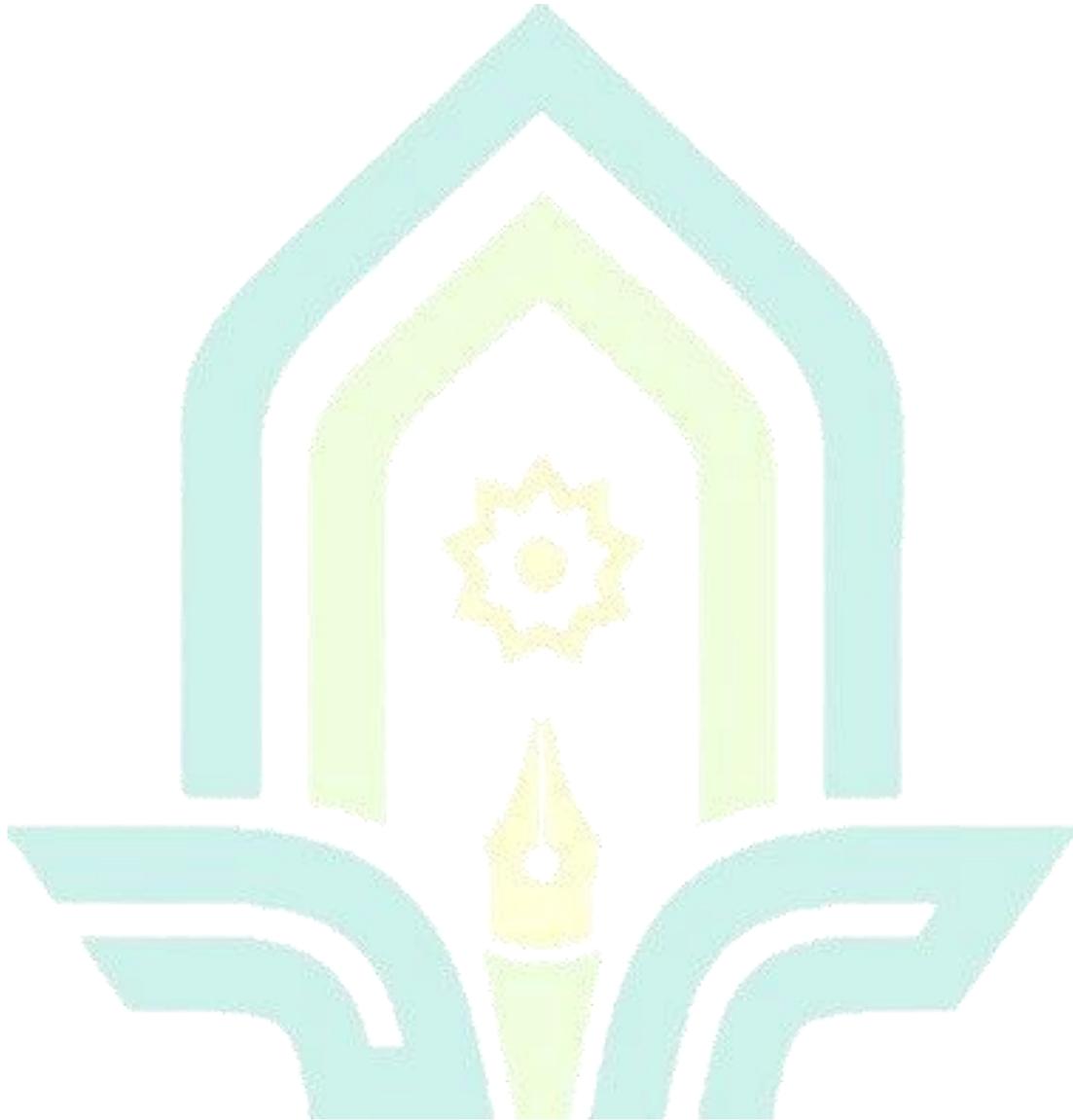
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Daftar permasalahan yang ditangani



DAFTAR LAMPIRAN

- 1. Susunan Panduan Wawancara**
- 2. Transkrip Hasil Wawancara**
- 3. Dokumentasi Penelitian**
- 4. Surat Pernyataan Kesiapan Menjadi Informan Penelitian**
- 5. Identitas Terapis**
- 6. Penunjukan Dosen Skripsi**
- 7. Permohonan Izin Penelitian**
- 8. Surat Sudah Melakukan Penelitian**
- 9. Surat Keterangan Similarity Checking**
- 10. Surat Pengecekan Skripsi**
- 11. Daftar Riwayat Hidup**



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam hipnoterapi menyelesaikan masalah emosi dapat dilakukan dengan cara memaafkan. Memaafkan memiliki peran yang penting dalam menghadapi masalah emosi, memaafkan dapat mengurangi rasa marah, depresi, stress, kekecewaan, serta dapat mengantarkan pada keadaan yang damai, dan memiliki rasa kasih sayang yang tulus. Memaafkan bukan berarti melupakan semua kesalahan yang sudah terjadi, tetapi memaafkan berguna untuk kenyamanan diri sendiri.¹ Memaafkan dapat menurunkan emosi serta reaksi negatif yang akan terjadi, mengurangi gejala-gejala psikologis. Memaafkan dapat memberikan dampak yang positif bagi setiap orang, karena memaafkan memberi efek penyembuhan, serta mengurangi emosi-emosi negatif. Dengan menggunakan hipnoterapi dengan teknik memaafkan seseorang akan bisa untuk menyelesaikan masalah emosi dan menerima keadaan.²

Menurut Martin dalam Fitriya menjelaskan bahwa memaafkan adalah salah satu komponen pengendalian emosi.³ Pengendalian emosi merupakan belajar menilai rangsangan yang menimbulkan emosi sebelum bereaksi dan

¹ Yan Murindra, *The Indonesian Board of Hypnotherapy, Buku Panduan Resmi Hipnoterapi Advanced Hypnotherapy*, 2015, hlm. 19

² Ashadi Cahyyani, *Metode Hipnoterapi dalam Merubah Perilaku*, (Syi'ar, Vol. 17, No. 2, 2017), hlm. 76

³ Fitriya, *Bimbingan Agama Dalam Mengendalikan Emosi Siswa Kelas VIII Di Madrasah Tsanawiyah NU Nurul Huda Mangkang*, Skripsi (Semarang : 2019), hlm 32

belajar mengekspresikan emosi dalam pola perilaku yang dapat diterima secara sosial.⁴

Terdapat salah satu klinik yang dapat membantu seseorang untuk mengatasi berbagai permasalahan yang sedang dialami, salah satunya mengenai masalah pengendalian emosi. Omah Rere Hipnoterapi ini berdiri sejak 25 Maret 2019, Omah Rere ini merupakan salah satu klinik yang dapat mengatasi berbagai masalah seperti emosi, psikosomatis, dan psikis. Omah Rere Hipnoterapi ini membantu seseorang untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan alam bawah sadar yang berjalan tidak sesuai dengan kehidupan mereka. Banyak masyarakat yang salah mengartikan mengenai hipnoterapi, mereka menganggap bahwa hipnoterapi ialah ilmu mistik. Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan ini jauh dari kata mistik ataupun hal-hal gaib lainnya. Hipnoterapi merupakan sebuah cara penyembuhan yang dilakukan dengan berkomunikasi dengan pikiran alam bawah sadar yang bertujuan untuk membawa sebuah perubahan bagi klien, yang kemudian dilakukan pemrograman ulang pikiran alam bawah sadar. Hipnoterapi merupakan salah satu terapi penyembuhan dengan teknik metode hipnosis untuk memberikan sugesti positif yang bertujuan untuk mempengaruhi pikiran, perasaan, serta perilaku agar lebih baik.⁵

⁴ Hurlock, *perkembangan anak jilid I (Edisi ke 6)*, (Jakarta:Erlangga), hlm 244

⁵ Ashadi Cahyyani, *Metode Hipnotherapy dalam Merubah Perilaku*, (Syi'ar, Vol. 17, No. 2, 2017), hlm. 74

Dalam Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, terdapat kasus seorang ibu yang mengalami keguguran anak, pada bulan April 2023 pasien mengalami peristiwa keguguran pada saat umur kandungan 8 bulan, sehingga pasien mengalami emosi yang tidak stabil, mudah tersinggung, mudah marah sampai mengamuk seperti banting gelas dan apa yang ada didekatnya dirusak, muncul rasa bersalah, takut untuk hamil kembali meskipun keinginan untuk punya anak masih tinggi, menyalahkan diri sendiri atas keguguran anaknya padahal sudah dijaga kehamilannya dengan cara tidak melakukan pekerjaan berat dan sering melakukan *control* pada dokter kandungan dan pasien merasakan gejala-gejala yang sudah disebutkan selama 6 bulan, dalam hal ini pasien datang ke Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan untuk menyelesaikan masalah pengendalian emosinya.⁶

Berdasarkan penjelasan yang sudah disampaikan di atas, peneliti tertarik untuk menggunakan Hipnoterapi tehnik pemaafan sebagai metode dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak, di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, peneliti menentukan judul ini berdasarkan pertimbangan keadaan pasien yang mengalami pasca keguguran anak dan menunjukkan *symptom* seperti permasalahan emosi, pikiran dan perilaku buruk yang menyimpang sebab pasca keguguran anak. Penelitian ini memiliki tujuan untuk memahami manfaat hipnoterapi tehnik pemaafan dalam pengendalian

⁶ M. Saefurrohman, Founder dan terapis di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan., Wawancara pribadi, Pekalongan 4 Mei 2024.

emosi pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan. Keberhasilan pengendalian emosi ditentukan bagaimana pasien memaafkan, menerima, dan menyerahkan segalanya kepada Allah SWT. Semakin pasien dapat memaafkan, menerima dan menyerahkan kepada Allah SWT maka pengendalian emosi pasien semakin baik begitupun sebaliknya.⁷

Meskipun hipnoterapi teknik pemaafan memiliki potensi untuk membantu dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak, belum ada penelitian yang secara khusus menginvestigasi penggunaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak pada pasien di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang memiliki fokus dan kedalaman untuk mengeksplorasi potensi teknik ini dalam pengendalian emosi pada pasien tersebut. Maka Berlandaskan latar belakang yang sudah disampaikan, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Pelaksanaan Hipnoterapi Teknik Pemaafan Dalam Pengendalian Emosi Ibu Pasca Keguguran Anak Di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan”.

B. Rumusan Masalah

Dilihat dari latar belakang masalah yang sudah di sampaikan, dan mencermati pokok-pokok pikiran di atas, maka pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah:

⁷ M. Saefurrohman, Founder dan terapis di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan., Wawancara pribadi, Pekalongan 4 Mei 2024.

1. Bagaimana pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan?
2. Bagaimana pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi Ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan?

C. Tujuan Penelitian

Dilihat dari pokok permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini maka sudah ditentukan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan
2. Untuk mengetahui pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi Ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan?

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan yang berarti bagi perkembangan ilmu di bidang tassawuf dan psikoterapi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber kepustakaan penelitian di bidang tasawuf dan psikoterapi, sehingga hasil penelitian nantinya dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian lebih lanjut

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi penulis, penelitian ini memberikan tambahan pengetahuan dan perluasan wawasan tentang penerapan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak.
- b) Bagi praktisi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan semoga penelitian ini dapat berfungsi sebagai bahan koreksi dan pengaruh positif terhadap pelaksanaan metode hipnoterapi teknik pemaafan terutama pasien yang mengalami keguguran anak.
- c) Bagi pasien Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan semoga penelitian ini dapat berfungsi sebagai kontribusi positif pasien terhadap pengetahuan di bidang penanganan pengendalian emosional pasca keguguran anak, sehingga pasien yang mengalami keguguran anak di Instansi lain dapat menggunakan hipnoterapi teknik pemaafan, semoga pasien lebih terbuka dalam menyampaikan setiap permasalahannya dan pasien dapat optimis dalam melanjutkan kehidupannya.
- d) Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan masukan dan bahan penunjang untuk meneliti lebih jauh mengenai pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi pasca keguguran anak

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Hipnoterapi teknik pemaafan

Menurut Achmad Setya Roswendi hipnoterapi adalah salah satu cabang ilmu psikologi yang mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku. Hipnoterapi meliputi lima tahapan yaitu *Pre-Induction (Interview), induction, deepening, sugestions, terminations*.⁸

Menurut Meisil B. Wulur proses hipnoterapi teknik pemaafan adalah salah satu konsep teknik yang wajib diberikan kepada klien yang memiliki masalah psikis dengan rasa kecewa dan sakit hati yang mendalam. Teknik yang digunakan dinamakan teknik *forgiviness therapy*.⁹

Menurut McCullough, M. E & Fincham, Pemaafan adalah bentuk sikap individu yang tersakiti di masa lalunya dengan tujuan untuk agar tidak melakukan perilaku balasan dari pelaku, tidak berkeinginan untuk mengintimidasi pelaku, dan sebaliknya berkeinginan untuk memperoleh kedamaian dalam hidup dan berbuat kebaikan kepada pelaku, meskipun orang tersebut sudah bertindak yang semena-mena sehingga timbul perasaan yang menyakitkan.¹⁰

⁸ Achmad Setya Roswendi, Denok Sunarsih, *Dinamika dan Perkembangan Hypnotherapy dalam Perspektif Interdisipliner*, Runzune Sapt Konsultan, Banten: 2020, hlm 37- 63

⁹ Meisil B. Wulur, Komunikasi Dakwah (Studi Kasus Pelaksanaan Hipnoterapi di Klinik Dokter Pikiran dan RAA (Risman Aris Association)), *Disertasi*, Makasar: 2023, hlm 188

¹⁰ Kristina Martha, Efektivitas terapi pemaafan dengan model proses dari Enright untuk membantu remaja korban perceraian dalam memaafkan orang tua, *Jurnal Psikologi Volume 11 No.1, Juni 2018*, hlm 14

Menurut Walton pemaafan dapat menjadi psikoterapi untuk menerima dan membebaskan emosi negatif seperti depresi, rasa marah, rasa bersalah, malu serta dapat memfasilitasi penyembuhan, perbaikan diri maupun perbaikan hubungan interpersonal dengan berbagai situasi permasalahan, sejalan dengan itu, Worthington, Greenberg, Warwar & Malcolm, menyatakan bahwa memaafkan merupakan aspek penting dari penyembuhan emosional yang disebabkan adanya suatu peristiwa yang menimbulkan trauma.¹¹

Dengan demikian penelitian ini menggunakan teori dari Achmad Setya Roswendi dan Meisil B. Wulur yang tepat jika diselaraskan dengan penelitian ini, dimana terapis Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan menggunakan hipnoterapi teknik pemaafan dalam menangani pasien pasca keguguran anak.

b. Pengendalian emosi

Menurut Wijokongko dalam Zahara Fenty, pengendalian emosi adalah adanya keseimbangan dalam memanfaatkan emosi, baik itu emosi negatif maupun emosi positif karena kedua-duanya diperlukan, yang satu tidak akan menghilang atau menguasai yang lain, tetapi justru sebaliknya saling mengisi dan melengkapi.¹²

¹¹ Andhita Dyorita Khoiryasdien, Koentjoro Soeparno, "Pengaruh Terapi Pemaafan La-Tahzan dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Istri", *Jurnal Intervensi Psikologi Vol. 7 No. 1 Juni*, (Yogyakarta : 2015), hlm 19

¹² Zahara fenty, " Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Usia Remaja Di SMA Utama Medan ", (*Kognisi Jurnal, Vol.1 No.2 Februari 2017*), hlm 98

Menurut Hurlock pengendalian emosi merupakan belajar menilai rangsangan yang menimbulkan emosi sebelum bereaksi dan belajar mengekspresikan emosi dalam pola perilaku yang dapat diterima secara sosial.¹³

Sedangkan Priatmoko dalam Fitriya, menjelaskan melakukan pengendalian emosi berarti juga melakukan suatu bentuk pengelolaan emosi, pengelolaan emosi terkait dengan kemampuan penyesuaian diri secara psikologis, dimana individu mampu mengidentifikasi, mengakui dan mampu untuk mengelolanya, mengendalikan emosi merupakan suatu bentuk usaha yang menitik beratkan pada penekanan reaksi yang tampak terhadap suatu rangsangan yang menimbulkan emosi, dan mengarahkan energi emosi tersebut ke suatu bentuk ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima oleh lingkungan.¹⁴

Menurut Ramadhani ada dua jenis pengendalian emosi diantaranya: Pengendalian emosi internal yaitu pengendalian internal adalah pengendalian emosi yang dilakukan oleh subyek atau dalam diri individu tersebut. sedangkan pengendalian emosi eksternal merupakan pengendalian emosi yang dilakukan oleh orang-orang yang berada dilingkungan subyek atau individu, baik di

¹³ Hurlock, *perkembangan anak jilid I (Edisi ke 6)*, (Jakarta:Erlangga), hlm 244

¹⁴ Fitriya, *Bimbingan Agama Dalam Mengendalikan Emosi Siswa Kelas VIII Di Madrasah Tsanawiyah NU Nurul Huda Mangkang* , Skripsi (Semarang : 2019), hlm 32

lingkungan keluarga, sekolah dan tempat terapi untuk mengendalikan emosi subyek atau individu.¹⁵

Dengan demikian, penelitian ini menggunakan teori pengendalian emosi yang dikembangkan oleh Ramadhani dan Hurlock, pengendalian emosi ini selaras dengan kondisi pasien pasca keguguran anak yang mengalami emosi yang tidak stabil dan datang ke Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan untuk menjalani hipnoterapi teknik pemaafan dengan terapis yang membantu pengendalian emosi eksternal untuk mengurangi ketidakstabilan emosi pasien tersebut. Sehingga pasien dapat belajar menilai rangsangan yang menimbulkan emosi sebelum bereaksi dan belajar mengekspresikan emosi dalam pola perilaku yang dapat diterima secara sosial sebagaimana teori pengendalian emosi yang dikembangkan oleh Hurlock.

2. Penelitian terdahulu yang relevan

Sebelum mengarahkan penelitian ini, peneliti terlebih dahulu memimpin survei eksplorasi masa lalu yang signifikan untuk melihat apakah penelitian di bidang serupa pernah dilakukan atau belum, dan sekaligus menghindari pemalsuan dalam eksplorasi tersebut. Pengujian yang lalu ini menjadi salah satu acuan peneliti dalam memimpin eksplorasi sehingga peneliti dapat memperbaiki hipotesis yang digunakan dalam menilai eksplorasi yang diarahkan. Dari pemeriksaan sebelumnya peneliti tidak menemukan eksplorasi

¹⁵ Ramdhani, Neila & Thiomina, Retty, "Mengenali pola emosi anak-anak autistik". *Jurnal Elektronik* (Yogyakarta : 2019) Hlm. 1-16.

serupa, pemeriksaan di bawah ini menjadi acuan dalam menyempurnakan materi ulasan pencipta. Setelah peneliti melakukan hal tersebut, peneliti menemukan beberapa judul proposisi yang pusat bahasanya mendorong eksplorasi yang akan diselidiki peneliti, antara lain:

Pertama, Skripsi “ Pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar peserta didik kelas viii SMP Negeri 29 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020” Oleh Fachrur Rozi, *variable* penelitian pada skripsi ini yaitu hipnoterapi dan motivasi belajar, pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *Pre-Experimental design*, subjek penelitian penelitian ini yaitu peserta didik kelas VIII, lokasi penelitian di SMP Negeri 29 Bandar Lampung, metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan populasi dan sampling, teknik analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan analisis deskriptif persentase. dan teori yang digunakan dalam penelitian ini yaitu hipnoterapi dan motivasi belajar, hasil yang didapatkan pada skripsi ini yaitu hipnoterapi berpengaruh terhadap motivasi belajar pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 29 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020.¹⁶Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian penulis adalah terletak pada variabel penelitian, teori yang digunakan dalam penelitian yaitu membahas mengenai hipnoterapi. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian penulis adalah terletak pada variabel penelitian, teori yang

¹⁶ Fachrur Rozi, Pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar peserta didik kelas viii SMP Negeri 29 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020, *Skripsi*, Bandar Lampung: 2020, hlm ii

digunakan dalam penelitian yaitu membahas mengenai motivasi belajar, sedangkan dalam penelitian penulis menggunakan variabel penelitian dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu pengendalian emosi, pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *Pre-Experimental design*, sedangkan pada penelitian penulis menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi naratif, subjek penelitian penelitian ini yaitu peserta didik kelas VIII, sedangkan subjek penelitian penulis yaitu ibu pasca keguguran anak, lokasi penelitian di SMP Negeri 29 Bandar Lampung, sedangkan penelitian penulis berlokasi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan populasi dan sampling, sedangkan pada penelitian penulis menggunakan wawancara dan dokumentasi, teknik analisis data pada penelitian ini yaitu menggunakan analisis deskriptif persentase, sedangkan penelitian ini menggunakan penyajian data, reduksi data dan verifikasi data.

Kedua, Skripsi “Metode hipnoterapi dalam menangani *post-traumatic stress disorder (ptsd)* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di Dp3ap2kb Provinsi Jawa Tengah” oleh Nur Fitri Rahmawati, variabel penelitian pada skripsi ini yaitu metode hipnoterapi dan *post-traumatic stress disorder (PTSD)*, pendekatan penelitian ini yaitu metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, subjek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang yakni orang yang menangani dan mendampingi korban secara langsung, lokasi penelitian yaitu di DP3AP2KB Provinsi Jawa Tengah, teknik pengumpulan

data pada penelitian ini yaitu menggunakan wawancara dan dokumentasi, teknik analisis data dilakukan dengan reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi.¹⁷

Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian penulis adalah terletak pada pendekatan penelitian ini yaitu metode kualitatif, variabel penelitian, teori yang digunakan dalam penelitian yaitu membahas mengenai hipnoterapi, teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan wawancara dan dokumentasi, teknik analisis data dilakukan dengan reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian penulis adalah terletak pada variabel penelitian, teori yang digunakan dalam penelitian yaitu membahas mengenai *post-traumatic stress disorder* (PTSD), sedangkan dalam penelitian penulis menggunakan variabel penelitian dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu pengendalian emosi, jenis penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus, sedangkan pada penelitian penulis menggunakan jenis studi naratif, subjek penelitian ini yaitu berjumlah 3 orang yakni orang yang menangani dan mendampingi korban secara langsung, sedangkan subjek penelitian penulis yaitu ibu pasca keguguran anak, lokasi penelitian di DP3AP2KB Provinsi

¹⁷ Nur Fitri Rahmawati, Metode hipnoterapi dalam menangani *post-traumatic stress disorder* (*ptsd*) pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di Dp3ap2kb Provinsi Jawa Tengah, *Skripsi*, Surakarta: 2023, hlm 61-64

Jawa Tengah, sedangkan penelitian penulis berlokasi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

Ketiga, Skripsi “Metode Hipnoterapi dalam Menangani Penderita Gangguan Fobia di Lembaga Anhar Foundation Kota Makassar”, oleh Ahmad Fauzi, Variabel dan teori pada penelitian ini yaitu hipnoterapi dan gangguan, penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dan dengan pendekatan psikologi dan bimbingan Islam, penelitian ini berlokasi di klinik hipnoterapi lembaga Anhar Foundation Kota Makassar. Metode pencarian data wawancara dan dokumentasi. Subjek penelitian yaitu klien penderita fobia, Teknik pengolahan dan analisis data dilakukan melalui tiga tahapan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan Metode analisis data pada penelitian ini yaitu reduksi data, verifikasi data dan penarikan kesimpulan.¹⁸ Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian Ahmad Fauzi adalah terletak pada variabel penelitian, teori yang digunakan dalam penelitian yaitu membahas mengenai hipnoterapi, metode penelitian yang sama menggunakan kualitatif, metode pencarian data yang sama yaitu wawancara dan dokumentasi, metode analisis data yang sama yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Perbedaan pada penelitian ini dan penelitian Ahmad Fauzi adalah terletak pada variabel dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu gangguan fobia, sedangkan dalam penelitian

¹⁸ Ahmad Fauzi, Metode Hipnoterapi dalam Menangani Penderita Gangguan Fobia di Lembaga Anhar Foundation Kota Makassar, *skripsi* Makasar: 2018, xvi

ini menggunakan variabel penelitian dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu pengendalian emosi, subjek penelitian yaitu klien penderita fobia, sedangkan subjek penelitian ini yaitu ibu pasca keguguran anak, lokasi penelitian di klinik hipnoterapi lembaga Anhar Foundation Kota Makassar. Sedangkan penelitian ini berlokasi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

Keempat, Skripsi, “ Metode hipnoterapi dalam membantu penyembuhan penderita serangan panik di graha hipnoterapi metro Lampung” oleh Desi Rachma, variabel penelitian ini yaitu metode hipnoterapi dan gangguan serangan panik, penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. subjek penelitian 1 orang terapis dan 2 orang klien penderita serangan panik, lokasi penelitian ini yaitu graha hipnoterapi metro Lampung, teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Metode analisis data dengan tiga tahapan yaitu: reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan.¹⁹ Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian Desi Rachma adalah terletak pada variabel penelitian, teori yang digunakan dalam penelitian yaitu membahas mengenai hipnoterapi, dan metode penelitian yang sama menggunakan kualitatif. teknik pengumpulan data yang sama yaitu menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi, metode analisis data yang sama yaitu dengan tiga tahapan: reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan. Perbedaan pada penelitian ini dan penelitian Desi

¹⁹ Desi Rachma, Metode hipnoterapi dalam membantu penyembuhan penderita serangan panik di graha hipnoterapi metro Lampung, *Skripsi*, Lampung : 2023, Hlm 16

Rachma adalah terletak pada variable dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu gangguan serangan panik, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel penelitian dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu pengendalian emosi, subjek penelitian yaitu 1 orang terapis dan 2 orang klien penderita serangan panik, subjek penelitian ini yaitu ibu pasca keguguran anak, lokasi penelitian di graha hipnoterapi metro Lampung. Sedangkan penelitian ini berlokasi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

Kelima, Skripsi, Penerapan Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Peserta Didik di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Mubtadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi, oleh Ayis Sa'idatul Husna, variabel dan teori pada penelitian ini yaitu hipnoterapi dan perilaku menyimpang, penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dan jenis penelitian analisis deskriptif kualitatif, subjek penelitian ini yaitu peserta didik dengan menggunakan teknik *purposive*, penelitian ini berlokasi di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Mubtadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi, teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan kondensasi data (*data condensation*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan (*conclusions drawing*).²⁰Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian

²⁰ Ayis Sa'idatul Husna, Penerapan Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Peserta Didik di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Mubtadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi, Skripsi Jember: 2022, hlm ix

penulis terletak pada variabel penelitian, teori yang digunakan dalam penelitian yaitu membahas mengenai hipnoterapi, metode penelitian yang sama menggunakan kualitatif, metode pencarian data yang sama yaitu wawancara dan dokumentasi, metode analisis data yang sama yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Perbedaan pada penelitian ini dan penelitian penulis adalah terletak pada variabel dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu perilaku menyimpang, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel penelitian dan teori yang digunakan dalam penelitian yaitu pengendalian emosi, subjek penelitian yaitu peserta didik dengan menggunakan teknik *purposive*, sedangkan subjek penelitian ini yaitu ibu pasca keguguran anak, lokasi penelitian di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Muhtadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi, sedangkan penelitian ini berlokasi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

3. Kerangka Berpikir

Menurut keterangan terapis Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan kondisi pasien yang mengalami pasca keguguran anak sangat memprihatinkan sehingga menimbulkan emosi yang tidak stabil mudah tersinggung, mudah marah sampai mengamuk seperti banting gelas dan apa yang ada didekatnya dirusak, muncul rasa bersalah, takut untuk hamil kembali meskipun keinginan untuk punya anak masih tinggi, menyalahkan diri sendiri atas keguguran anaknya, dalam hal ini klien datang ke Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan untuk menyelesaikan masalah pengendalian emosinya.

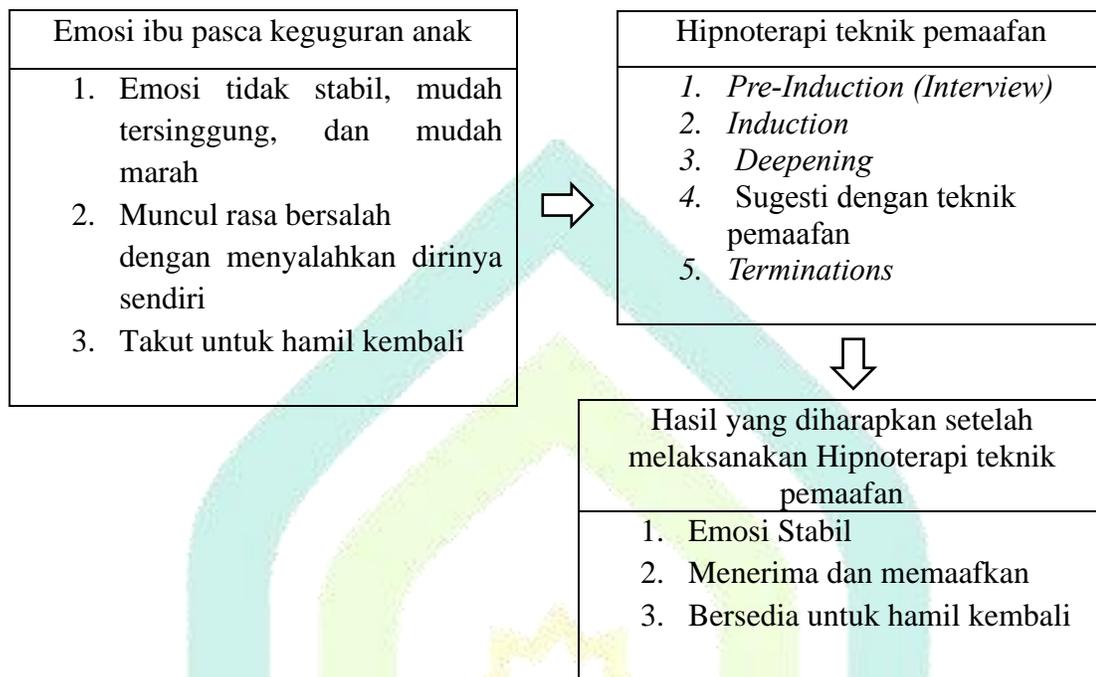
Dalam hal ini, Terapis Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan menggunakan Hipnoterapi teknik pemaafan sebagai upaya untuk membantu pengendalian emosi pasien. Hipnoterapi meliputi lima tahapan yaitu *Pre-Induction (Interview), induction, deepening, sugestions, terminations*.²¹

Sehingga setelah melakukan proses Hipnoterapi teknik pemaafan pasien diharapkan dapat belajar menilai rangsangan yang menimbulkan emosi sebelum bereaksi dan belajar mengekspresikan emosi dalam pola perilaku yang dapat diterima secara sosial. sesuai dengan pengendalian emosi menjadi lebih baik menurut Hurlock .

Berdasarkan analisis teori yang telah dipaparkan di atas, maka dibutuhkan sebuah kerangka berpikir. Hipnoterapi teknik pemaafan dapat dijadikan sebagai alternatif untuk pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak yang diterapkan di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan. Untuk itu, perlu dilakukan kajian tentang proses terjadinya Hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak pada Pasien di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

Dari penjelasan tersebut dapat dibuat skema kerangka berpikir sebagai berikut:

²¹ Achmad Setya Roswendi, Denok Sunarsih, *Dinamika dan Perkembangan Hypnotherapy dalam Perspektif Interdisipliner*, Runzune Sapta Konsultan, Banten: 2020, hlm 37- 63



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan pendekatan penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian lapangan atau yang disebut juga *field research*. Studi Lapangan adalah pengumpulan data secara langsung ke lapangan dengan mempergunakan teknik pengumpulan data seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.²² Dalam hal ini peneliti berusaha untuk menjelaskan bagaimana pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak dan bagaimana pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian

²² Busyairi Ahmad, M. Saleh Laha, enerapan Studi Lapangan dalam Meningkatkan Kemampuan Analisis Masalah (Studi Kasus pada Mahasiswa Sosiologi IISIP Yapis Biak, *Jurnal Nalar Pendidikan Volume 8, Nomor 1, Jan-Jun 2020*, hlm 65

emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan sesuai dengan data yang diperoleh di lapangan.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif studi naratif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dll secara holistic, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.²³ Studi naratif merupakan salah satu jenis penelitian dimana peneliti melakukan studi terhadap individu atau lebih untuk memperoleh data tentang sejarah perjalanan dalam kehidupannya.²⁴

Kemudian pendekatan yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologis, yang bertujuan untuk menjelaskan keadaan jiwa seseorang yang dapat diamati melalui tindakan, sikap, pikiran, dan berbagai gejala mental lainnya. Dalam penelitian ini, informasi mengenai gejala tersebut dapat berasal dari berbagai sumber seperti observasi, wawancara, atau meneliti surat dan dokumen pribadi.²⁵ Adapun pendekatan psikologis dalam penelitian

²³ Abdul Fattah Nasution, *Metode Penelitian Kualitatif*, CV. Harfa Creative, Bandung 2023, hlm 34

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (MIXED METHODS)*, cet-5, Bandung: Alfabeta, 2014, hlm 15

²⁵ Khairul, dkk, "Metode Psikologis dalam Studi Islam", *Jurnal Al-Mahyra*, Vol.2, No,1, April 2021, hal 45

ini yaitu menjelaskan mengenai pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak sebelum dan sesudah melaksanakan proses hipnoterapi teknik pemaafan.

2. Sumber Data

a. Sumber Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh dari sumber asli atau sumber pertama dan yang mengalami.²⁶ Dalam hal ini sumber utama adalah *Founder Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan* dan pasien ibu pasca keguguran anak.

Penelitian ini menggunakan satu responden karena penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi naratif, yang dimana studi naratif merupakan salah satu jenis penelitian dimana peneliti melakukan studi terhadap individu atau lebih untuk memperoleh data tentang sejarah perjalanan dalam kehidupannya.²⁷ maka peneliti meneliti satu pasien ini untuk memperoleh data tentang sejarah perjalanan dalam kehidupan seseorang. Serta pada umumnya penelitian kualitatif menggunakan jumlah sampel kecil. Bahkan pada kasus tertentu menggunakan hanya satu informan saja. Setidaknya ada dua syarat yang harus dipenuhi dalam menentukan jumlah informan yaitu kecukupan dan kesesuaian.²⁸

²⁶ Muhammad Hasan, *Metode Penelitian Kualitatif*, Makasar: Cv Tahta Media Group, 2022. Hlm 197

²⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (MIXED METHODS)*, cet-5, Bandung: Alfabeta, 2014, hlm 15

²⁸ Martha, E. dan Kresno, S, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Depok: Raja Grafindo Persada), 2016

b. Sumber Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh peneliti dari selain dari sumber asli tersebut. Data sekunder juga dapat diperoleh dari sebuah penyajian pihak lain. Data sekunder merupakan data yang sudah dikelola sedemikian rupa untuk dapat dipakai atau lazimnya disebut dengan data tersedia. Data sekunder biasanya sudah terdokumentsi seperti halnya data statistik.²⁹ Beberapa data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini yaitu : buku, karya ilmiah-karya ilmiah yang masih terkait dengan pembahasan dan dokumen resmi milik Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

3. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini tidak menggunakan metode pengumpulan data observasi dikarenakan terapis di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan tidak memperbolehkan peneliti untuk melihat secara langsung proses terapi dan tidak memperbolehkan peneliti bertemu secara langsung dengan pasien demi menjaga privasi pasien, sehingga peneliti hanya menggunakan wawancara terstruktur dan dokumentasi

a. Wawancara

Wawancara merupakan pertemuan dua individu dengan tujuan untuk saling bertukar informasi dan ide melalui proses tanya jawab. Melalui interaksi ini,

²⁹ Muhammad Hasan, *Metode Penelitian Kualitatif*, Makasar: Cv Tahta Media Group, 2022.
Hlm 197

konstruksi makna dalam suatu topik tertentu dapat terjadi, dan dengan melakukan wawancara, peneliti dapat memahami dengan lebih mendalam bagaimana partisipan menginterpretasikan situasi dan fenomena yang terjadi. Hal ini sulit didapatkan melalui pengamatan saja.³⁰

Adapun peneliti pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara semi terstruktur dan wawancara tidak langsung. Wawancara semi terstruktur pelaksanaannya lebih bebas dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, di mana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, peneliti menggunakan bantuan pedoman wawancara untuk memudahkan dan memfokuskan pertanyaan yang akan diutarakan.³¹ Wawancara dilakukan kepada hipnoterapis untuk mengetahui secara detail bagaimana pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak. mulai dari tahapan, reaksi pasien yang muncul saat berlangsungnya terapi.

Sedangkan wawancara tidak langsung artinya pewawancara menanyakan sesuatu kepada responden melalui perantara. Artinya peneliti tidak menemui

³⁰ Umrati Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan*, (Makassar : 2020), hlm: .80

³¹ Imam Mashudi, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi, 2022. hlm 53

langsung respondennya.³² dilakukan kepada pasien untuk mengetahui bagaimana kondisi pasien sebelum melaksanakan hipnoterapi teknik pemaafan dan untuk mengetahui bagaimana perubahan pasien setelah melakukan hipnoterapi teknik pemaafan.

b. Dokumentasi

Arikunto dalam Sugiono mendefinisikan metode dokumentasi sebagai upaya untuk mengumpulkan informasi mengenai berbagai hal atau variasi melalui pencarian data pada catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, rapor leger, dan sejenisnya. Dokumen yang esensial dalam penelitian kualitatif adalah dokumen yang memiliki relevansi dengan fokus penelitian dan diperlukan untuk melengkapi data.³³

Adapun data dokumentasi yang dimaksud dalam penelitian ini meliputi: sejarah, visi dan misi, struktur organisasi yang berbentuk *softfile* arsip milik Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, dan data klien yang didapatkan melalui buku milik data klien milik Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan

4. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data dengan teori analisis yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman. Pada prinsipnya analisis data kualitatif dilakukan bersamaan dengan proses pengumpulan data.

³² Syahrul munir, Muhammad. 2019 penggunaan sumber belajar dalam meningkatkan kualitas pembelajaran aqidah akhlak di mts assyafi'iyah gondang tulungagung, *skripsi*, hlm 54

³³ Muh. Fitrah & Luthfiyah, *Metodologi Penelitian : Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*, (Sukabumi : Jejak, 2017) hlm:74

Teknik analisis data yang dilakukan oleh Miles dan Huberman dengan mengemukakan analisis data mencakup tiga kegiatan yang bersamaan:

a. *Data Reduction* (reduksi data)

Menurut model Miles dan Huberman reduksi data yaitu data yang telah didapatkan di lokasi penelitian penting untuk dituliskan Kembali dengan cermat dan terperinci,. Mengurangi data yang diperoleh berarti memberikan kesimpulan, memilah hal-hal yang paling menarik, memfokuskan pandangan pada hal-hal penting, dan menelaah subjek dan contoh. data yang sudah disempitkan dapat memberi gambaran yang lebih jelas, dan memberi kemudahan para ilmuwan menghimpun data lebih lanjut dan mencarinya jika diperlukan.³⁴

Pada tahap ini peneliti mengumpulkan informasi yang bisa digunakan melewati bermacam-macam sumber informasi guna memahami informasi dan fakta tentang sejarah, visi dan misi struktur organisasi data pasien, dan proses terapi yang dilakukan terapis kepada pasien yang mengalami pasca keguguran anak, kemudian data yang sudah terkumpul melalui wawancara dan dokumentasi dipilih sesuai dengan rumusan masalah.

b. *Data Display* (penyajian data)

Tahap selanjutnya dalam metode analisis data kualitatif yaitu *data display* atau penyajian data. Miles dan Huberman menjelaskan sesudah data penelitian

³⁴ Ulfa Kaseda, *Analisis kegiatan pembinaan kearsipan oleh dinas perpustakaan dan kearsipan kota Bandung*, Skripsi, (Bandung: 2019) hlm: 35

berkurang, langkah setelahnya yaitu menampilkan informasi. dalam pengujian subjektif, tampilan informasi harus dapat berupa gambaran ringkas, poin penting, kaitan antar bagian, diagram alur dan semacamnya. mudah bagi para peneliti guna memahami apa yang terjadi, dan membuat perencanaan penelitian lebih lanjut berlandaskan apa yang telah dirasakan.³⁵

Pada tahap ini, peneliti melakukan pengolahan data. Data –data yang diperlukan untuk menjawab permasalahan tentang bagaimana kondisi pengendalian emosi pasien pasca keguguran anak, bagaimana pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam mengatasi permasalahan pasien, dan bagaimana hasil yang diperoleh setelah melakukan terapi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan yang kemudian peneliti sajikan dalam bentuk naratif sedangkan data yang sifatnya pendukung disajikan dalam bentuk draf wawancara pada bagian lampiran sebagai pelengkap, dan data yang disajikan dianalisis dengan teori yang relevan.

c. Conclusion drawing/verification

Langkah ke tiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman adalah menarik konklusi dan memverifikasi tujuan mendasar yang disampaikan masih singkat, dan bisa berubah jika bukti pendukung yang kuat tidak ditemukan pada langkah pengumpulan informasi setelahnya. sehingga

³⁵ Ulfa Kaseda, *Analisis kegiatan pembinaan kearsipan oleh dinas perpustakaan dan kearsipan kota Bandung*, Skripsi, (Bandung: 2019) hlm: 36-37

peneliti dapat terus menyempurnakan rumusan masalahnya ketika melakukan penelitian lapangan.³⁶

Pada tahap terakhir peneliti melakukan verifikasi pada data yang diperoleh. Berbagai macam data dan fakta yang telah dinarasikan kemudian dibuat kesimpulan agar kondisi pengendalian emosi pasien pasca keguguran anak, proses hipnoterapi teknik pemaafan dalam mengatasi permasalahan pasien, dan hasil yang diperoleh setelah melakukan terapi di Omah Rere Hipnotherapy Pekalongan bisa lebih dipahami dengan bukti – bukti yang valid.

G. Sistematika Penulisan

Bab I Pendahuluan, yang didalamnya terdiri dari Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian, dan Sistematika Penulisan.

Bab II Hipnoterapi teknik pemaafan dan pengendalian emosi, yang didalamnya terdiri dari dua sub bab, sub bab pertama membahas tentang hipnoterapi teknik pemaafan terdiri dari definisi, tahapan, serta manfaat, dan sub bab kedua berisi tentang definisi, aspek, model, jenis, manfaat pengendalian emosi.

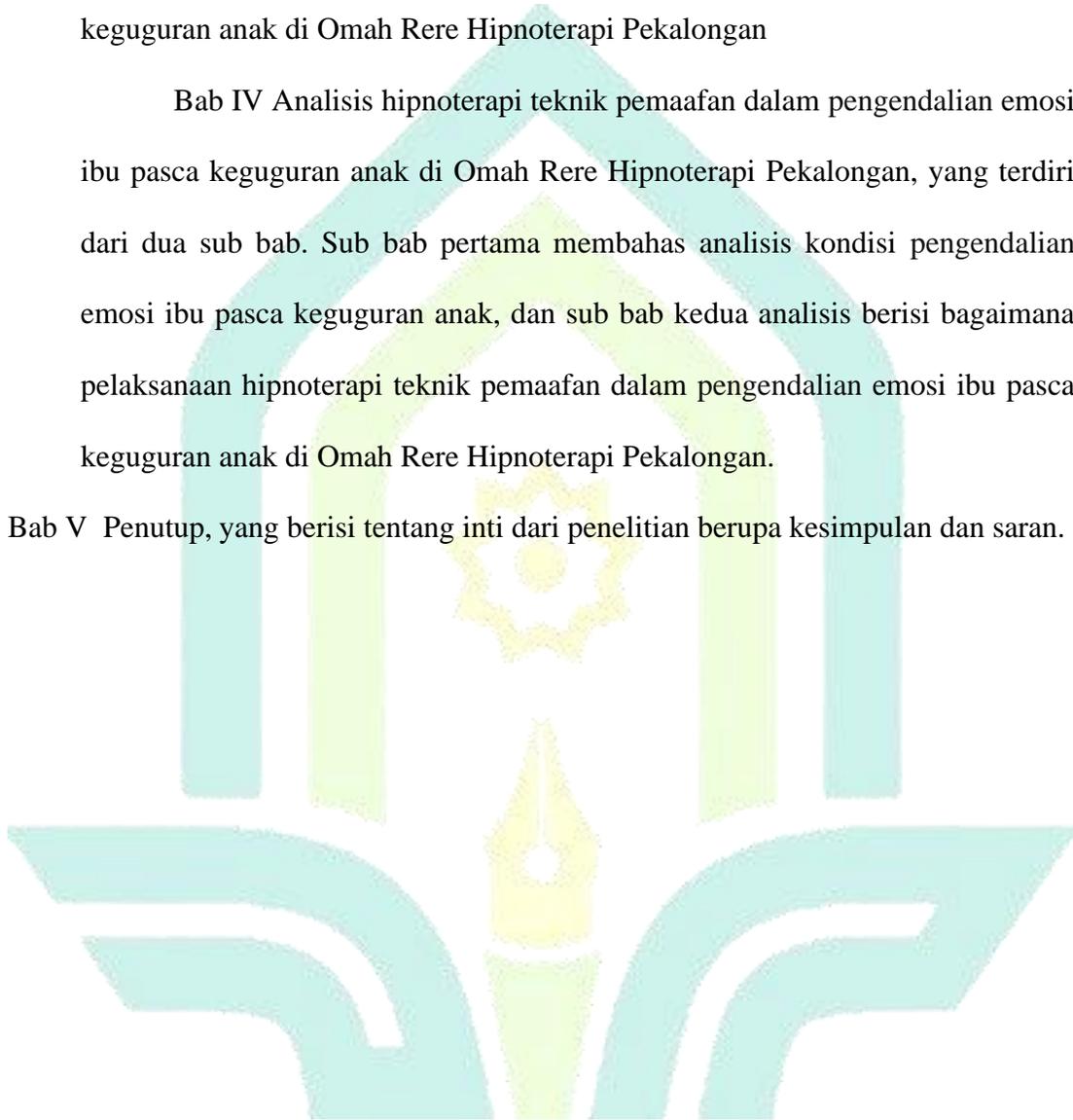
Bab III Hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan. Hasil penelitian terdiri dari tiga sub bab, sub bab pertama berisi tentang gambaran umum dari

³⁶ Ulfa Kaseda, *Analisis kegiatan pembinaan kearsipan oleh dinas perpustakaan dan kearsipan kota Bandung*, Skripsi, (Bandung: 2019) hlm: 37

Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, sub bab kedua berisi bagaimana kondisi pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak, sub bab ketiga berisi bagaimana pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan

Bab IV Analisis hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, yang terdiri dari dua sub bab. Sub bab pertama membahas analisis kondisi pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak, dan sub bab kedua analisis berisi bagaimana pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

Bab V Penutup, yang berisi tentang inti dari penelitian berupa kesimpulan dan saran.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Kondisi pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan dikatakan memiliki pengendalian emosi yang tidak baik. Gejala yang dirasakan pasien meliputi emosi yang tidak stabil, mudah marah, mudah tersinggung, merasa bersalah atas keguguran anaknya sehingga menyalahkan dirinya sendiri, ketika teringat akan kegugurannya pasien sering mengamuk seperti memecah gelas, barang yang ada didekatnya cenderung dirusak dan jika dibiarkan pasien melukai dirinya sendiri dengan membenturkan kepala ditembok, hal tersebut merupakan penyaluran emosi yang tidak sehat sehingga dapat merusak diri pasien. Dengan kondisi pasien yang mengalami gejala tersebut, pasien datang ke Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan. Penyebab pasien mengalami kesulitan pengendalian emosinya adalah belum menerima keguguran anaknya, dan merasa bersalah atas keguguran anaknya. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Tutik Rahayu yang mengatakan bahwa sebagian kehamilan pada perempuan dapat mengalami keguguran spontan yang memiliki dampak pada kondisi psikologis ibu dapat berupa kesedihan, kekecewaan, perasaan bersalah pada diri sendiri dan ketakutan. Dengan kondisi pasien yang mengalami gejala tersebut, pasien datang ke Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan.

2. Tahapan pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan yang dilaksanakan di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan meliputi lima tahapan yaitu: *Pre-induction Talk* berisi tentang pengungkapan masalah yang terjadi pada pasien. Induksi menggunakan *extended progressive relaxation* agar pasien memasuki alam bawah sadar. *Deepening* yang berisi tentang memasuki alam bawah sadar pasien lebih dalam. Sugesti yang dilakukan berisi tentang terapis memberikan sugesti kepada pasien untuk mencintai, memaafkan diri sendiri, memberikan maaf kepada orang yang berbuat salah kepada pasien, tidak ada keinginan untuk membalas dendam, dan memperlakukan orang berbuat salah kepada pasien dengan baik seperti cinta dan kasih sayang, dan terapis memberikan sugesti kepada pasien untuk menerima kondisi dengan tulus, ikhlas, lahir dan batin, memaknai semua yang terjadi pada diri pasien terjadi atas kehendak dan Ridho Allah SWT, terapis juga mengajak pasien untuk berdo'a kepada Allah SWT agar berikan ganti dengan jalan cerita kehidupan yang penuh ketenangan kebahagiaan, kedamaian dan kesehatan, dan semua terjadi atas kehendak Allah SWT. Terminasi yang berisi tentang bagaimana membangunkan pasien dan evaluasi pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan. Keberhasilan dalam melakukan proses hipnoterapi teknik pemaafan ini dibuktikan dengan ekspresi wajah pasien yang berubah lebih baik dan setelah satu minggu pasien bisa mengendalikan emosinya. Maka dari itu, proses pelaksanaan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan dapat membantu pasien dalam mengendalikan emosi.

B. Saran

1. Teoritis

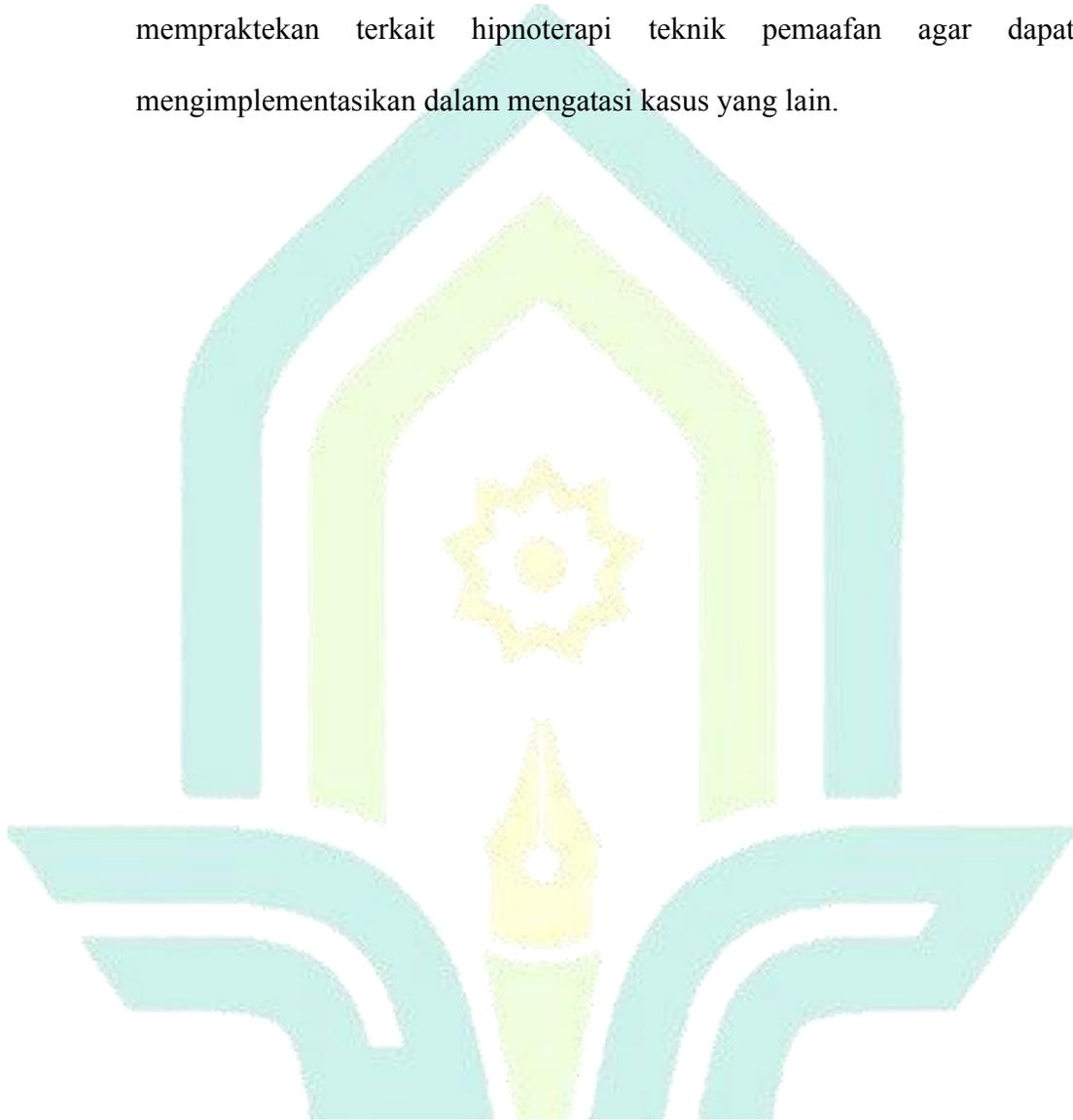
Penelitian ini diharapkan agar dapat dijadikan sumbangan pengetahuan yang berarti bagi perkembangan ilmu di bidang tassawuf dan psikoterapi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber kepustakaan penelitian di bidang tasawuf dan psikoterapi, sehingga hasil penelitian nantinya dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian lebih lanjut

2. Praktis

- a. Bagi penulis, setelah melakukan penelitian ini agar dapat memberikan tambahan pengetahuan dan perluasan wawasan tentang penerapan hipnoterapi teknik pemaafan dalam pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak.
- b. Bagi terapis di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan, agar dapat meningkatkan kualitas, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, dan menjaga konsistensi pelayanan mengenai hipnoterapi teknik pemaafan untuk pengendalian emosi ibu pasca keguguran anak, serta memberikan penawaran kepada pasien untuk melanjutkan terapi jika diperlukan.
- c. Bagi pasien ibu pasca keguguran anak yang mengalami masalah dalam pengendalian emosi di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan untuk dapat belajar dalam mengendalikan emosi agar tidak sampai merasakan dampak negatif yang dapat merugikan baik secara fisik maupun psikis, serta

membiasakan model penyaluran emosi yang positif sehingga tidak merusak diri sendiri

- a. Bagi mahasiswa tassawuf dan psikoterapi, dapat mempelajari dan mempraktekan terkait hipnoterapi teknik pemaafan agar dapat mengimplementasikan dalam mengatasi kasus yang lain.



DAFTAR PUSTAKA

- Afriyenti, Lenny Utama. 2022. Studi Kasus: Forgiveness Therapy Untuk Mengurangi Trauma Masa Lalu ,*Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* p-ISSN: 2541-0849 e-ISSN: 2548-1398 Vol. 7, No. 2
- Alvionita, Selly. 2022. Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kecemasan, *eBiomedik*; Volume 10, Nomor 1
- Busyairi, Ahmad. Saleh Laha, 2020. Penerapan Studi Lapangan dalam Meningkatkan Kemampuan Analisis Masalah (Studi Kasus pada Mahasiswa Sosiologi IISIP Yapis Biak, *Jurnal Nalar Pendidikan* Volume 8, Nomor 1.
- Cahyyani, Ashadi. 2017. Metode Hipnoterapi dalam Merubah Perilaku, *Jurnal Syi'ar*, Vol. 17, No. 2
- Dokumen resmi Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan
- Fauzi, Ahmad. 2018. Metode Hipnoterapi dalam Menangani Penderita Gangguan Fobia di Lembaga Anhar Foundation Kota Makassar, *skripsi* Makasar
- Fenty, Zahara. 2017. Pengendalian Emosi Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Usia Remaja Di SMA Utama Medan. *Kognisi Jurnal*, Vol.1 No.2
- Fitrah, Muh dan Luthfiah. 2017. *Metodologi Penelitian : Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Sukabumi : Jejak

- Fitriya. 2019. Bimbingan Agama Dalam Mengendalikan Emosi Siswa Kelas VIII Di Madrasah Tsanawiyah NU Nurul Huda Mangkang. *Skripsi*. Semarang
- Fitriyah, Lailatul. 2014. Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Kecerdasan Intelektual Terhadap Komitmen Afektif Guru Melalui Kepuasan Kerja Pada Guru Di MTS. Assa'Adah Bungah Gresik. *Masters thesis, Universitas Muhammadiyah Gresik*.
- Hasan, Muhammad. 2022. *Metode Penelitian Kualitatif*, Makasar: Cv Tahta Media Group
- Hudang, Adrianus Kabubu. *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi*. Bandung: CV. Media sains indonesia
- Hurlock, *perkembangan anak jilid I (Edisi ke 6)*, (Jakarta:Erlangga), hlm 232
- Husna, Ayis Sa'idatul. 2022. Penerapan Metode Hipnoterapi Dalam Menangani Perilaku Menyimpang Peserta Didik di Madrasah Tsanawiyah Miftahul Muftadiin Sumberberas Muncar Banyuwangi, *Skripsi Jember*.
- Kaseda, Ulfa. 2019. Analisis kegiatan pembinaan kearsipan oleh dinas perpustakaan dan kearsipan kota Bandung. *Skripsi*. Bandung
- Khairul, dkk. 2021. Metode Psikologis dalam Studi Islam, *Jurnal Al-Mahyra, Vol.2, No,1*
- Khasan, Moh. 2017. Perspektif Islam dan Psikologi mengenai pemaafan. *Jurnal at-Taqaddum, Volume 9, Nomor 1,*

- Khoiryasdien, Andhita Dyorita. Koentjoro Soeparno. 2015. “Pengaruh Terapi Pemaafan La-Tahzan dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Istri”, *Jurnal Intervensi Psikologi Vol. 7 No. 1 Juni*. Yogyakarta
- M. Saefurrohman, Founder dan terapis di Omah Rere Hipnoterapi Pekalongan., Wawancara pribadi, Pekalongan 4 Mei 2024.
- Martha, E. dan Kresno, S. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Depok: Raja Grafindo Persada.
- Martha, Kristina. 2018. Efektivitas terapi pemaafan dengan model proses dari Enright untuk membantu remaja korban perceraian dalam memaafkan orang tua, *Jurnal Psikologi Volume 11 No.1*
- Mashudi, Imam. 2022. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi
- Meisil, B. Wulur. 2023. Komunikasi Dakwah (Studi Kasus Pelaksanaan Hipnoterapi di Klinik Dokter Pikiran dan RAA (Risman Aris Association), *Disertasi*, Makasar
- Miswari. 2017. Mengelola Self Efficacy, Perasaan dan Emosi dalam Pembelajaran melalui manajemen diri, *Cendekia Vol. 15 No. 1*
- Nasution, Abdul Fattah. 2023. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Harfa Creative

- Ningsih, diah retno. 2020. Pengaruh relaksasi untuk kontrol emosi, *Al-Isyrof Jurnal bimbingan konseling islam*, vol 02 no 01
- Nurohman, Dwi Aris. 2017. *Hypnotherapy menembus pikiran bawah sadar*. Indonesia 8
- Rachma, Desi. 2023. Metode hipnoterapi dalam membantu penyembuhan penderita serangan panik di graha hipnoterapi metro Lampung, *Skripsi*, Lampung
- Rachmy, Diana R. 2015. Pengendalian emosi menurut psikologi islam. *UNISIA, Vol. XXXVII No. 82*
- Rahayu, Tutik. 2019. Respon psikologis pada perempuan pasca keguguran, *Nurscope Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, Volume 5, Issue 2.
- Rahmawati, Nur Fitri. 2023. Metode hipnoterapi dalam menangani *post-traumatic stress disorder (ptsd)* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di Dp3ap2kb Provinsi Jawa Tengah, *Skripsi*, Surakarta:
- Ramdhani, Neila & Thiomina, Retty. 2019. “Mengenali pola emosi anak-anak autistik”. *Jurnal Elektronik Yogyakarta*
- Rozi, Fachrur. 2020. Pengaruh hipnoterapi terhadap motivasi belajar peserta didik kelas viii SMP Negeri 29 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020, *Skripsi*, Bandar Lampung:

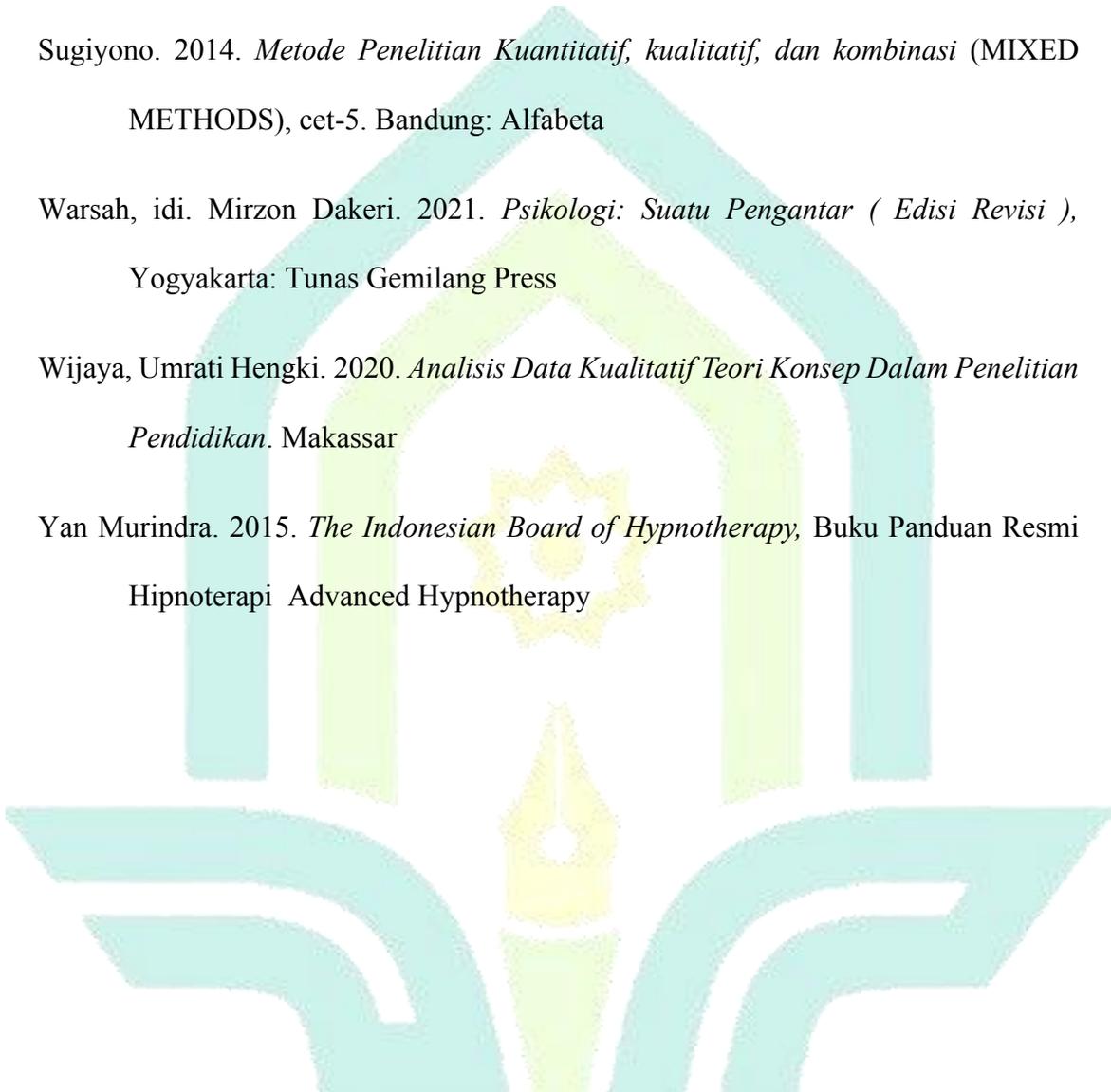
Setya Roswendi, Ahmad. Denok Sunarsih, 2020. *Dinamika dan Perkembangan Hypnotherapy dalam Perspektif Interdisipliner*, Runzune Sapta Konsultan, Banten

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (MIXED METHODS)*, cet-5. Bandung: Alfabeta

Warsah, idi. Mirzon Dakeri. 2021. *Psikologi: Suatu Pengantar (Edisi Revisi)*, Yogyakarta: Tunas Gemilang Press

Wijaya, Umrati Hengki. 2020. *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep Dalam Penelitian Pendidikan*. Makassar

Yan Murindra. 2015. *The Indonesian Board of Hypnotherapy*, Buku Panduan Resmi Hipnoterapi Advanced Hypnotherapy



Daftar Riwayat Hidup

Bahwa yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Saiful

Tempat, tanggal lahir : Banjarnegara, 18 Oktober 2001

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Agama : Islam

Alamat : Desa Bedana, Kecamatan Kalibening, Kabupaten Banjarnegara

Email : ipunkblendung@gmail.com

Menerangkan dengan sebenarnya :

PENDIDIKAN

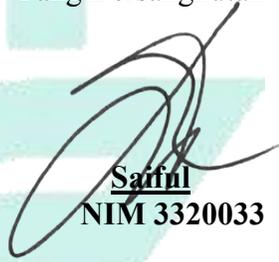
1. SDN 01 Bedana : 2007 – 2013
2. MTs Muhammadiyah 01 Kalibening : 2013 – 2016
3. MA Ma'arif Walisongo Kedungwuni : 2016 – 2019
4. UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan : 2020 – 2024

PENGALAMAN ORGANISASI

1. UKM F Tazkisoul UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan : 2021 – 2022
2. PKPT IPNU UIN KH. Abdurrahman Wahid : 2021-2024

Demikian Daftar Riwayat Hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Yang Bersangkutan



Saiful

NIM 3320033

