

ABSTRACT

The study was conducted to see the application of hypnotherapy program to reduce the degree of anxiety on a client who had a phobia in the clinic "X" Bandung. Subjects were hypnotherapy clients who had a phobia. Number of samples of this study is 1 person.

There are many efforts to understand and explore these issues with a phobia for troubleshooting purposes. One of the efforts is to provide treatment through hypnotherapy program. The results obtained are expected to enrich the knowledge and understanding of phobias and treatment through hypnotherapy as one application of psychotherapy.

*This study uses a theoretical approach of **Gordon Emmerson (2007)**. Variables which examined in this study are hypnotherapy and the degree of anxiety. Data obtained through observation and direct interview. The research design used in this study was quasi experimental research design with Interrupted Time-Series Design. The data obtained were processed qualitatively.*

The results showed that hypnotherapy can be used to reduce the degree of phobic anxiety on the client. Hypnotherapy resolve conflicts that occur within us, conflict is further being resolution by providing information so that the underlying changes in behavior that lead respondents to the degree of anxiety reduction. Aspects that play a role in lowering the degree of phobic anxiety on the client is a client's belief of the therapist that facilitate therapists in performing critical factor bypass.

From the results of this study proposed several suggestions, namely: for phobic clients, the success of the therapeutic process are based on a sense of confidence in the hypnotherapy and the therapist so the treatment can be successful. For therapists, it is important to do a good rapport, this is done to build trust in the client so that the process of therapy can be done easily. For therapists, it is important to know the source of any problems experienced by the client, this is done so the therapist can provide appropriate interventions and suggestions on the target so that changes in behavior can be done. For therapists, it is important to follow the procedure of hypnotherapy, although improvements in the process of hypnotherapy can be done. Finally, for other researchers are advised to do the deepening hypnosis or hypnosis in "sleep" state.

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk melihat penerapan program hipnoterapi untuk menurunkan derajat anxiety pada klien yang mengalami fobia di klinik "X" Bandung. Subjek penelitian adalah klien hipnoterapi yang mengalami fobia. Jumlah sampel penelitian ini adalah 1 orang.

Terdapat berbagai upaya untuk memahami dan mendalami permasalahan fobia ini dengan tujuan untuk mengatasi masalah. Salah satu upaya yang dilakukan adalah memberikan penanganan melalui program hipnoterapi. Hasil yang diperoleh diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dan pemahaman mengenai fobia serta penanganannya melalui hipnoterapi sebagai salah satu penerapan psikoterapi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan teori dari **Gordon Emmerson (2007)**. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah hipnoterapi dan derajat anxiety. Data diperoleh melalui observasi dan direct interview. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi experimental dengan desain penelitian Interrupted Time-Series Design. Data yang diperoleh diolah secara kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipnoterapi dapat digunakan untuk menurunkan derajat anxiety pada klien fobia. Hipnoterapi mengatasi konflik-konflik yang terjadi dalam diri, konflik tersebut selanjutnya diresolusi dengan memberikan informasi-informasi sehingga mendasari perubahan perilaku responden yang mengarah pada penurunan derajat anxiety. Aspek yang berperan dalam menurunkan derajat anxiety pada klien fobia adalah kepercayaan klien terhadap terapis yang mempermudah terapis dalam mem-bypass critical factor.

Dari hasil penelitian ini diajukan beberapa saran, yaitu: bagi klien fobia, keberhasilan dalam proses terapi didasari oleh adanya rasa percaya terhadap hipnoterapi dan pada terapisnya sehingga proses terapi dapat berhasil dengan baik. Bagi terapis, penting untuk melakukan good rapport, hal ini dilakukan untuk membangun kepercayaan pada diri klien sehingga proses terapi dapat dilakukan dengan mudah. Bagi terapis, penting untuk mengetahui sumber dari setiap permasalahan yang dialami klien, hal ini dilakukan agar terapis dapat memberikan intervensi dan sugesti tepat pada sasarannya sehingga perubahan tingkah laku dapat dilakukan. Bagi terapis, penting untuk mengikuti prosedur dari hipnoterapi walaupun improvisasi dalam proses hipnoterapi dapat dilakukan. Terakhir, bagi peneliti lain disarankan untuk melakukan deepening hypnosis atau hipnosis dalam kondisi "tertidur"

DAFTAR ISI

Daftar Isi	i
Daftar Bagan	v
Daftar Tabel	vi

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	10
1.3 Maksud dan Tujuan	10
1.3.1 Maksud Penelitian	10
1.3.2 Tujuan Penelitian	10
1.4 Kegunaan Penelitian	10
1.4.1 Kegunaan Teoritis	10
1.4.2 Kegunaan Praktis	11
1.5 Metodologi Penelitian	12

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Bahasan Teoritis	13
2.1.1 HIPNOSIS	13
2.1.1.1 Definisi Hipnosis	13
2.1.1.2 Prinsip Kerja Hipnosis	13
2.1.1.3 Teori Psikoanalisa	15

2.1.1.4	Kesadaran dan Ketaksadaran	16
2.1.1.5	Asumsi Mengenai Fenomena Ketidaksadaran	17
2.1.1.6	Kecemasan	18
2.1.1.7	Teori Gestalt	18
2.1.1.8	<i>Waking Hypnosis</i>	22
2.1.1.9	<i>Ego State</i>	23
2.1.1.10	Teori Realitas	33
2.1.2	<i>ANXIETY</i>	35
2.1.2.1	Definisi <i>Anxiety</i>	35
2.1.2.2	Fobia	35
2.1.2.2.1	Kriteria Fobia Berdasarkan DSM- IV.....	37
2.1.2.2.2	Macam-macam Fobia	37
2.1.2.2.3	Faktor yang Mempengaruhi	38
2.2	Kerangka Pikir	39
2.3	Asumsi-asumsi	48
2.4	Hipotesis	48

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian	49
3.2	Variabel Penelitian, Definisi Konseptual dan Definisi Operasional	50

3.2.1	Variabel Penelitian	50
3.2.2	Definisi Konseptual dan Definisi Operasional	50
3.2.2.1	Definisi Konseptual	50
3.2.2.1.1	Hipnosis dan Hipnoterapi	50
3.2.2.1.2	Fobia	50
3.2.2.2	Definisi Operasional	50
3.2.2.2.1	Hipnoterapi	50
3.2.2.2.2	Fobia	56
3.3	Alat Ukur	56
3.3.1	Observasi	56
3.3.2	<i>Interview</i>	57
3.3.2.1	Panduan <i>Interview</i> untuk Mengukur Efektivitas Hipnoterapi dan Derajat <i>Axiety</i>	58
3.4	Populasi dan Subjek	59
3.5	Teknik Analisis Data	59

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian	60
4.1.1	Identitas	60
4.1.2	Riwayat Keluhan	60
4.1.3	Anamnesa	63
4.1.4	Hasil Penelitian Terhadap Proses Terapi	68

4.1.5	Hasil Penelitian Terhadap Derajat (Dalam Skala)	
	<i>Anxiety</i>	108
4.1.6	Hasil Pemantauan Selama 2 Bulan	108
4.2	Pembahasan	117

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1	Kesimpulan	131
5.2	Saran	132

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RUJUKAN

LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

2.2	Bagan Kerangka Pikir	47
3.1	Bagan Rancangan Penelitian	49

DAFTAR TABEL

3.2.2.2.1	Tabel Modul Hipnoterapi	51
3.3.2.3	Tabel Panduan <i>Interview</i> untuk Mengukur Efektivitas Hipnoterapi	58