BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA

A. PENYAJIAN DATA

1. Gambaran Enuresis Siswa di SMP ISLAM SIDOARJO.

a. Identifikasi Masalah

Ketika penulis mengadakan observasi, diketahui bahwa siswa yang berada di SMP ISLAM Sidoarjo merasa malu ketika akan diwawancarai oleh peneliti. Dan memang menurut informasi yang didapat oleh peneliti, si EF (inisial) tergolong siswa yang pemalu saat berada dilingkungan kelas maupun sekolah. Sebagaimana pernyataan dari ibu Sitdyah selaku guru Bimbingan dan Koseling :

> " EF (inisial) memang pemalu mbak, ya gara-gara dia mengompol dan sering diejek oleh teman-temannya itu. EF (inisial) mengompol itu karena ketika dia sedang digoda dengan teman-temannya dan tertawa sampai terbahak-bahak, nahh saat itu juga makannya jadi ngompol. Tidak hanya disekolah mbak, dirumah pun EF (inisial) juga mengompol ketika tidur ".[1]

Mukhalidah Hanun Siregar mengemukakan sebab akibat anak yang masih mengalami enuresis/mengompol akan mengalami rasa cemas, malu dan

[1] Hasil wawancara dengan ibu Sitdyah di ruang BK pada tanggal 10 November 2015

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

gelisah saat berada di lingkungan sekitarnya.[2] Efek lain dari enuresis pada anak akan mengalami rasa tidak percaya diri.

Menurut ibu Sitdyah, EF (inisial) sebenarnya tergolong siswa yang cukup cerdas di kelasnya. Namun karena ketidaknyamanan terhadap permasalahannya dalam mengompol tak jarang pula dia sering menyendiri dan minder. Ini terlihat ketika jam istirahat sekolah teman-temannya bermain bersama namun dia tetap berada di dalam kelas. Untuk menangani masalah tersebut guru BK belum pernah memberikan terapi apapun. Berikut pernyataan dari ibu Sitdyah :

> "EF (inisial) itu lohh mbak pinter aslinya .. dulu ae pernah 5 besar dikelasnya di sekolah ini mbak. Tapi entah kenapa mbak pas semester dua tidak mendapatkan ranking lagi. Mungkin karena semangat bealajarnya menurun, gara-gara yaa itu tadi mbak rasa mindernya. Pernah sihh saya melihat pas jam istirahat sekolah, teman-temannya itulohh padahal bermain semua tapi dia hanya berdiam diri di dalam kelas. Dan diseketika itu saya mencoba menghampirinya dengan mengobrol ringan sambil bertanya kenapa kok ndak gabung sama teman-temannya. Namun dia menjawab dia lebih memilih di dalam kelas agar dia tidak dibully teman sekitarnya."

[2] Mukhalidah Hanun Siregar, Sri Minatun,*"Kamus Kedokteran Modern cara mudah memahami istilah-istilah kedokteran"*, Jogjakarta: Laksana, 2011, halaman 222-223

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pendapat serupa juga dikemukakan oleh ibu Indah Setyowati selaku wali kelas VIII 1 beliau mengatakan bahwa :

> " memang benar mbak siswa dikelas VIII 1 itu yang bernama EF (Inisial) terkadang sulit untuk bisa membaur. Dia sedikit terbatasi untuk bergaul, bukan karena apa-apa mbak tapi yaa itu dianya minder. Saya sampai bingung apa yang harus saya lakukan untuk menangani masalah ini. Terkadang dia juga cuek kalau saya bilangin. Namun ada beberapa siswa mbak yang cerita pada saya sebenarnya EF (Inisial) itu ingin bergaul dengan teman-teman yang lain tapi takut kalau dibully sama temannya".[3]

Selain itu peneliti juga mendapat Informasi yang dari RK (inisial) ketua kelas dari kelas VIII 1 memang dikelas tersebut ada siswa yang pernah ketahuan ngompol pada saat ada kegiatan pramuka atau persami. Berikut kutipan wawancara bersama RK (inisial) saat istirahat berlangsung dikantin sekolah.

> Owalah mbak,,,, anak cwe yang lagi duduk sendirian itu ta??!! Dia emang gitu mbak. Ke kantin sendirian, kekelas juga sendiri. Tapi yaa kadang sama temennya sihh mbak,

[3] Hasil wawancara dengan bu Indah Setyowati selaku wali kelas VIII 1 di ruang Guru SMP Islam Sidoarjo pada tanggal 10 November 2015

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kebanyakan sendirian tapi . Lucunya juga dulu saat persami dia ketahuan teman-temnnya ngompol mbak..hehehe….[4]

Namun RK (inisial) juga mengatakan bahwa tidak semua siswa yang ngebully EF (Inisial). Informasi itu berlanjut dengan perkataan RK (inisial) yaitu:

> "kasian mbak EF (Inisial) itu anaknya jadi malu sekarang, tapi teman-temannya juga kadang tidak terlalu ngebully juga. Soalnya nanti EF (Inisial) malah jadi sulit membaur, trus dia jadi tertutup makin sulit untuk memulai pertemanannya dengan yang lain."[5]

Berdasarkan observasi dan keterangan tersebut maka penulis menyimpulkan bahwa EF (Inisial) mempunyai masalah minder terkait dengan enuresis. Hal itu dapat terlihat dari observasi awal yang dilakukan oleh penulis melalui angket yang telah diisi oleh EF (Inisial).

Hasil dari penyebaran angket tersebut akhirnya penulis menemukan satu siswa yang mengalami enuresis. Berikut hasil angket yang diisi oleh siswi yang mengalami masalah enuresis dan diketahui bahwa masalah yang dialami siswa tersebut adalah sebagai berikut:

[4] Hasil wawancara dengan ketua kelas dikantin SMP Islam Sidoarjo pada tanggal 10 November 2015
[5] ibid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) EF (inisial)

Dari hasil angket diketahui bahwa EF (inisial) mengalami masalah enuresis yaitu di kehidupan sosial dia merasakan rasa tidak percaya diri dan mudah merasa malu terhadap lingkungan disekitarnya. Serta di hubungan pribadinya, dia merasa tidak dihargai oleh teman.

Untuk memperkuat hasil angket , penulis berusaha untuk mengetahui sendiri dari siswa yang mengalami enuresis. Usaha tersebut dilakukan dengan menggali informasi melalui wawancara dengan siswa yang mengalami enuresis. Hasil dari wawancara yang penulis lakukan adalah sebagai berikut :

Pertama penulis melakukan wawancara dengan EF (Inisial). Kemudian dia mengatakan bahwa :

> "Saya itu mbak malu sebenernya sama temen-temen, gara-gara aku dulu waktu pramukaan aku pernah ngompol mbak malemnya itu … trus kalo aku lagi main sama temen-temen ketawa-ketawa sampai ga sadar aku ngompol juga. Yaitu mbak aku jadi kadang sendirian dikelas, soalnya temen yang lainnya lohh suka ngatain aku, kadang juga rasan-rasan mbak"[6]

Setelah mengetahui siswa yang mengalami enuresis selanjutnya peneliti menggali informasi lagi terkait faktor, sebab, serta sisi negatif yang membuat EF (Inisial) mengalami masalah enuresis. Masih tetap dengan

[6] Hasil wawancara dengan EF (inisial) dikelas waktu jam istirahat sekolah pada tanggal 11 Januari 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

metode wawancara dan observasi peneliti lakukan untuk mencari informasi faktor, sebab, dan sisi negatif enuresis. Berikut ungkapan dari siswi yang mengalami enuresis.

Jawaban pertama diungkapkan oleh EF (Inisial), dia mengatakan bahwa:

> "ya mau gimana lagi mbak, aku ya sebenere pengen gak ngompol lagi, aku sih kadang diem aja kalau lagi di ejekin temen. Tapi yaudahlah aku cuek aja, meskipun dalam hatiku aku itu minder dan malu. Soalnya aku itu suka ngempet mbak kalau mau buang air kecil, apalagi pas pelajaran dan gurunya judes banget, aku gak berani ijin mbak buat ke toilet".[7]

Dari ungkapan diatas yang peneliti dapatkan dari observasi dan wawancara maka dapat disimpulkan faktor, sebab, dan sisi negatif yang menyebabkan siswi mengalami enuresis adalah siswi tersebut suka menahan diri untuk membuang air karena dia takut dengan seorang guru yang dia anggap membuat dirinya untuk tidak berani meminta ijin ke kamar mandi untuk buang air dan pengaruh stress berulang-ulang karena bullying dari teman-temannya.

b. Diagnosis

Tahap diagnosis peneliti menetapkan masalah yang dialami clien melalui hasil dari mengidentifikasi masalah pada clien. Dalam diagnosis peneliti menetapkan bahwa clien mengalami enuresis/mengompol dari sikap

[7] Hasil wawancara dengan EF (inisial) dikelas pada tanggal 11 Januari 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menahan diri untuk membuang air kecil. Terdapat gejala-gejala yang terjadi pada diri clien yaitu stress yang berulang-ulang karena mendapat perlakuan dari temannya yang buruk (bullying), suka makanan dan minuman yang mengandung kafein sehingga produksi urin yang dihasilkan oleh ginjal meningkat, cenderung pemalu di dalam kelas, sering merasa cemas dan sulit menahan buang air sewaktu tidur malam yang berhubungan erat dengan gangguan psikologis. Ini terdapat dari teori Suwardi S.S (2000) yang mengatakan gejala anak yang mengalami enuresis demikian. Maka dapat dikatakan bahwa clien termasuk pada jenis enuresis nocturnal yaitu pengeluaran air kemih yang tidak disadari pada malam hari oleh seseorang yang pengendalian kandung kemihnya diharapkan sudah tercapai, dan hal ini terjadi pada malam hari.

c. Prognosis

Tahap prognosis yaitu peneliti menetapkan jenis bantuan yang akan diberikan kepada clien yaitu menggunakan pendekatan hypnotherapy. Dengan menggunakan pendekatan hypnotherapy, seorang hypnotherapist akan mengajak clien berkomunikasi dan memberi sugesti dengan tujuan mengubah pikiran, perasaan dan perilaku clien agar menjadi lebih baik dari sebelumnya. Hemat peneliti bahwa hampir semua permasalahan disebabkan karena kesalahan alam bawah sadar, termasuk masalah enuresis/mengompol di atas. Maka peneliti berkeyakinan, jika EF (inisial) yang cenderung negatif

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemudian dirubah ke arah yang positif dengan menggunakan pendekatan hypnotherapy, tentu hasilnya akan mengagumkan.

2. **Pelaksanaan pendekatan Hypnotheraphy dalam mengatasi siswa SMP yang masih mengalami enuresis.**

Pendekatan hipnotheraphy dilakukan dengan tujuan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahannya, khususnya di SMP Islam Sidoarjo diperuntukan untuk anak-anak yang bermasalah awal yang nantinya dilanjutkan pada pendekatan hipnotheraphy atau konseling yang lain. Proses pelaksanaan pendekatan hipnotheraphy di SMP Islam Sidoarjo biasanya dilakukan pada waktu istirahat sekolah dan waktu pulang sekolah, sedangkan pelaksanaannya diadakan diluar atau di dalam ruangan seperti ruang kelas, di masjid, dan di taman sekolah.

Dalam satu kali pertemuan biasanya membutuhkan waktu 30-40 menit bahkan sampai 60 menit jika pelaksanaan hipnotheraphy itu dilakukan di luar jam sekolah. Berikut penjelasan dari ibu Sitdyah selaku guru BK.

> "Ya biasanya kalau disekolah ini anak-anak curhatnya lebih suka di luar ruang BK misalnya di taman, dikantin saat istirahat sekolah. Katanya kalau berada diruangan mereka tidak nyaman saat mengungkapkan keluhannya. Dan kalau diluar seperti teman sendiri. Jadi, anak-anak suka dan nyaman. Dan kalau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pelaksanaanya biasanya berjalan 30-45 menit. Terkadang malah saking asiknya ngobrol bisa satu jam lebih."[8]

Dalam melaksanakan pendekatan hipnotheraphy ada beberapa tahap yang harus dilakukan , yaitu :

a. Tahap Pre-Induction : Interview

Setelah terindetifikasi bahwa ada siswa yang mengalami masalah enuresis. Selanjutnya siswa tersebut dipanggil dengan persetujuan wali kelas dan dibantu oleh guru BK untuk menemui dan ditawarkan pada anak tersebut untuk mengikuti hipnotherapy.

Pukul 09.45, suasana di SMP Islam Sidoarjo sangat sepi karena kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung. Peneliti meminta izin kepada guru BK dan wali kelas untuk memanggil siswa yang mempunyai masalah enuresis. Kemudian peneliti menawarkan kepada siswa tersebut untuk mengikuti proses hipnotheraphy. Pada tahap awal ini hypnotherapys dan klien untuk pertama kalinya bertemu. Setelah klien mengisi formulir mengenai data dirinya, hypnotherapys membuka percakapan untuk membangun kepercayaan klien, menghilangkan rasa takut terhadap hipnotis / hypnotherapy dan menjelaskan mengenai hypnotherapy dan menjawab semua pertanyaan klien. Dan klien setuju untuk mengikuti hipnotheraphy tersebut. Sebelumnya hypnotherapys harus dapat mengenali aspek - aspek psikologis dari klien, antara lain hal yang diminati dan tidak diminati, apa yang diketahui klien terhadap hipnotis, dan seterusnya. Pre - Induction

[8] Hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 11 Januari 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merupakan tahapan yang sangat penting. Seringkali kegagalan proses hypnotherapy diawali dari proses Pre - Induction yang tidak tepat. Berikut ini wawancara yang dilakukan oleh hypnotherapys pada tahap pre-induction, yaitu proses interview.

"Okee? baiklah. Kemarin-kemarin kan habis ngobrol banyak ya sama mbak peneliti,,,seru iyaa. Sampek ketawa-ketawa terpingkal-pingkal ??!! Nanti setelah pulang sekolah kita akan ngobrol-ngobrol lagi. Mau gag?!? Tapi, bedanya kalau kemarin kan ngobrolnya sekedar berkenalan dan curhat-curhat gitu yaah…. Nah , nanti kita ngobrolnya sambil ngajak adek untuk refreshing fikirannya biar tambah seru dan gak tegang, gimana??..adek jangan takut.. lebih jelasnya adek nanti akan menjalankan proses hypnotherapy, nahh menurut informasi yang saya dapat adek kan pengen kalau tidak ngompol lagy, kita akan membantu adek untuk keinginan adek itu "[9]

Setelah penulis, konselor dan hypnotherapis menawarkan ajakan mengikuti kegiatan hypnotheraphy. Kemudian berlanjut kesepakatan siswi mengikuti hypnotheraphy tentunya berdasarkan minat, suka rela mengikuti kegiatan dan kemauan dalam berpartisipasi. Berikut jawaban dari EF (inisial) :

"iyya pak.. saya bersedia!!!"[10]

[9] Proses hypnotherapy pada tanggal 13 Januari 2016
[10] Hasil wawancara dengan EF (Inisial) ketika meminta kesepakatan /persetujuan untuk mengikuti kegiatan hypnotherapy pada tangga l 3 Januari 2016 09:45

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Setelah penulis, konselor dan hypnotherapis mendapatkan kesepakatan dan persetujuan dari semua pihak termasuk dari klien, selanjutnya masuklah ke tahap berikutnya.

b. Tahap II: Suggestibility Test

Pukul 13.30 saat pulang sekolah peneliti dan seorang hypnotherapys melakukan tahap kedua dari proses hypnotherapy yaitu Suggestibility Test. Pertama, hypnotherapis membuka kegiatan hypnotheraphy dengan memberikan salam dan menyapa si client. Selanjutnya memberikan waktu untuk berdoa agar kegiatan proses hypnotherapy berjalan dengan lancar dan berjalan dengan baik. Berikut proses suggestibility test yang dilakukan hypnotherapist terhadap clien :

> " Nahh ..langsung saja yaah, sekarang coba adek dengarkan apa yang saya ucapkan dan ulurkan salah satu tangannya ke depan… setelah itu ucapkan di dalam hati apa yang saya bilang . Tubuh saya sangat rileks… tubuh saya sangat malas… dan tubuh saya benar-benar sangat lemas, sehingga saya tidak dapat menggerakkannya sama sekali "[11]

Seorang hypnotherapist sambil mengayunkan tangan client, tujuannya adalah untuk mengkalibrasi apakah client sudh rileks atau belum.

[11] Proses pelaksanaan hypnotherapy pada tanggal 3 Januari 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

> " Yaah …luar biasa, adek benar-benar dapat membuat tubuh adek menjadi rileks, malas dan lemas. Sehingga meskipun adek mencoba menggerakkannya tetapi tubuh adek benar-benar mempertahankan agar tetap malas dan lemas."[12]

Dari pernyataan tersebut ternyata client telah benar-benar dapat rileks dan termasuk orang yang mudah untuk menerima sugesti yang diberikan oleh seorang hypnotherapist.

> "Selanjutnya saya meminta adek untuk mencoba berdiri dari tempat adek duduk dan dengarkan apa yang saya ucapkan. Rasakan tubuh menjadi semakin rileks, malas dan lemas, semakin adek mencoba… maka adek semakin rileks, malas dan lemas…"[13]

Setelah mengetahui bahwa client dapat menerima apa yang hypnotherapist berikan, maka dapat dilanjutkan pada tahap berikutnya dalam proses hypnotherapy ini.

c. Tahap III : Induction/Induksi

Pada tahap ini seorang hypnotherapist membawa pikiran client berpindah dari pikiran sadar (*concious*) ke pikiran bawah sadar (*sub concious*), dengan menembus apa yang dikenal dengan *Critical Area*.

Semakin turun gelombang otak, client akan semakin rileks, sehingga berada dalam kondisi *trance.* Inilah yang dinamakan kondisi

[12] ibid
[13] ibid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terhipnotis. Hypnotherapist akan mengetahui kedalaman *trance* cilent dengan melakukan Depth Level Test (tingkat kedalaman *trance* client).

"Sekarang yuukkk…. Mari adek berjabat tagan dengan saya….(berjabat tangan). Lalu lihat telapak tangan adek….tarik nafas dalam-dalam….buang lewat mulut….tarik nafas …(hypnotherapist mendorong telapak tangan client sehingga mengenai wajah) dan tidurr…..."[14]

d. Tahap IV : Deepening (Pendalaman *Trance*)

Pada intinya pada teknik Deepening ini hanyalah menggeser kedalam *trance* (kondisi tidur hipnotis) seorang subjek.

"Saat ini hitung dalam hati dari seratus sampai satu…dan tiao hitungan mundur, masuki alam relaksasi adek jauh lenbih dalam…jauh lebih lelap dari sebelumnya"

Hitungan merupakan tahapan teknik deepening yang paling banyak digunakan serta paling mudah untuk diterapkan, karena banyak variasi dan banyak jenisnya dalam menggunakan script deepening.

"Baiklah saat ini juga, lakukan berhitung mulai dari 10 ke 1…dan biarkan setiap hitungan yang adek lakukan, membuat tertidur adek semakin rileks…semakin nyaman… dan lebih dalam lagi…. Sepuluh….rasakan tidur yang semakin nyaman. Sembilan… rasakan tubuh adek benar-benar dalam kondisi semakin lemas. Delapan… sangat mengantuk dan benar-benar dalam…dan

[14] ibid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lanjutkan sampai satu serta masuki kondisi tidur yang seratus kali lipat lebih dalam dari sebelumnya"[15]

Setelah hypnotherapist melakukan teknik deepening dengan mengucapkan script dengan baik, pastinya subjek akan tertidur lebih dalam. Nah, kini saatnya seorang Hypnotherapist memasuki teknik Hypnotherapy berikutnya dan inilah bagian yang paling seru pada seni Hypnotherapy yaitu Sugesti.

e. Tahap V: Suggestions/Sugesti

"Saya minta kepada adek untuk mengosongkan pikiran adek terlebih dahulu…fokuskan saja pikiran adek pada suara saya… fokuskan saja pikiran adek pada suara saya. Sekarang bayangkan adek belum tidur selama 1 minggu…bayangkan adek belum tidur selama 1 minggu… rasakan bahwa adek belum tidur selama 1 minggu. Dan saat ini.. adek rasakan bahwa adek mulai mengantuk dan ingin tidur…rasakan adek saat ini sangat mengantuk dan ingin tidur..ingin tidur…dan ingin tidur… tarik nafas dalam-dalam ….keluarkan dari mulut…..tarik nafas dalam-dalam…keluarkan dari mulut dan tidur…tidur…tidur…dan tidur lebih dalam lagi…lebih dalam lagi dan tidur lebih dalam lagi (sambil mengusap wajah client dengan telapak tangan dari dahi ke dagu dengan lembut sambil menyandarkan target)."[16]

[15] Proses hypnotherapy pada tanggal 13 Januari 2016
[16] ibid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kemudian seorang hypnotherapy memberikan sugesti susulan agar target tertidur lebih dalam. Semakin jauh target memasuki alam bawah sadarnya, semakin mudah target menerima sugesti yang diberikan oleh hypnotherapy.

> "Bayangkan adek berbaring dikasur yang paling empuk… bayangkan adek berbaring dikasur yang empuk…dan yang paling nyaman. Peluklah bantal guling yang ada disamping adek. Rasakan kenyamanan tidur adek yang belum adek rasakan… saya akan berhitung dari 1 sampai 10, setiap hitungan akan membuat adek semakin nyaman dan rileks…dan pada hitungan ke 10…adek akan tertidur lebih dalam lagi… okee.. 1..2..3..4..5..6..7..8..9….10 dan tertidur lebih dalam lagi dan lebih dalam lagi. Sekarang hanya fokuskan saja pada suara saya, fokuskan saja pada suara saya. Ketika adek sudah terlelap dalam tidur …saat adek merasa ingin mengeluarkan air kecil…dan saat adek merasa ingin mengeluarkan air kecil…cobalah untuk menahannya… tahan untuk beberapa menit …rasakan ketika malam itu adek telah dibangunkan oleh seorang ibu untuk pergi ke toilet… kalau adek mengerti anggukkan kepala (EF menganggukkan kepala)…ingat ..dan ingatt dengan sangat bahwa adek telah berhasil untuk menahannya… lalu terbangunlah pada saat itu juga.. perlahan-lahan adek bangun dan berjalan menuju toilet. Jika mengerti anggukkan kepala (EF

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menganggukkan kepala). Mulai hari ini dan seterusnya ..adek tidak akan lagi mengompol dikamar tidur."[17]

f. Tahap VI: Termination

Seorang hypnotherapist perlahan-lahan akan membangunkan client dari "tidur" hipnotisnya dan membawanya ke keadaan yang sepenuhnya sadar.

"Bayangkan sekarang dalam pikiran adek, bahwa adek sekarang berada dalam sebuah gedung berlantai 5…dan sekarang adek berada di lantai 5… Adek akan turun dengan lift menuju lantai 1… begitu berada di lantai 1 adek akan terbangun dan kembali sadar sepenuhnya dengan tubuh dan pikiran yang lebih sehat dan segar… Perhatikan sekarang adek mulai masuk lift….adek menekan tombol lantai 1…lift turun ke lantai 4…adek mulai sadar…. Turun lagi ke lantai 3 semakin sadar dengan keadaan sekitar…turun lagi ke lantai 2 adek sadar sepenuhnya…. Sekarang lantai 1 silahkan buka mata adek…. Adek sekarang lebih segar dan lebih sehat dari sebelumnya."[18]

g. Setelah Hypnotheraphy : Tindak Lanjut Dan Evaluasi

Beberapa hari setelah proses hipnotheraphy selesai. Peneliti datang kembali ke sekolah untuk melakukan evaluasi dan tindak lanjut dengan

[17] Proses hypnotherapy pada tanggal 13 januari 2016
[18] Proses tahap akhir hypnotherapy pada tanggal 13 januari2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menanyakan perkembangan perilaku yang terjadi dari siswa yang telah melaksanakan proses hipnotherapy.

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui efektifitas dari pelaksanaan hypnotheraphy dengan melihat perkembangan selanjutnya mengenani perilaku siswa yang mangalami masalah enuresis. Untuk mengetahui dan menilai perubahan yang terjadi pada siswa yang mengalami masalah enuresis setelah menjalani hipnotheraphy dapat dijelaskan bahwa siswa tersebut mengalami perubahan yang cukup baik, seperti mulai melaksanakan belajar bersama, dan membaur dengan teman yang lain ketika didalam kelas.

Sebagaimana penuturan ibu Sitdyah selaku guru BK :

"Lumayan kok mbak,,,kemaren EF (Inisial) dan temannya sedang mencari buku bersama-sama diperpustakaan."[19]

Menurut ibu Indah Setyowati selaku Wali kelas VIII 1 ada perubahan perilaku pada siswa tersebut. Beliau mengatakan bahwa:

"ya…dikelas kemarin saya melihat EF (Inisial) dan teman lainnya duduk sebangku ketika pelajaran kesenian"[20]

Selain itu ketua kelas VIII 1 juga menyatakan ada perubahan perilaku pada siswi tersebut. Dia mengatakan bahwa:

"ya mbak? tumben kemarin EF (Inisial) dan LR (Inisial) jajan bareng ke kantin. Hmmm,,,,padahal biasanya enggak pernah mbak,

[19] Hasil wawancara dengan guru bimbingan di ruang guru pada jam 8:45 tanggal 20 Februari 2016
[20] Hasil wawancara dengan wali kelas di ruang guru pada jam 9:45 tanggal 20 Februari 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kan EF (Inisial) itu paling malu kalau lagi ngumpul bareng sama temen-temennya. Lagian kayak ceria banget gitu anaknya"[21]

Namun dalam pelaksanaan proses hypnotheraphy ada beberapa kendala yang dialami peneliti dan guru BK antara lain respon klien yang lama sehingga proses hypnotheraphy membutuhkan waktu lebih lama, selain itu klien pada tahap akhir tidak dapat hadir karena sakit sehingga hasil yang dia dapat kurang maksimal.

Selanjutnya, peneliti melakukan tindak lanjut dengan memberikan motivasi atau dorongan agar klien dalam proses hypnotherapy tersebut tetap mempertahankan perilaku positif yang sudah dilakukan.

3. Hasil layanan hypnotheraphy dalam mengatasi siswa SMP enuresis di SMP Islam Sidoarjo.

Adapun keberhasilan hipnotherapy dalam manangani masalah siswa yang masih mengalami enuresis di SMP Islam Sidoarjo bisa dikatakan cukup baik. Hal ini diketahui dari informasi yang di dapat dari guru BK, beliau mengatakan:

> "ya syukur Alhamdulillah mbak,,,mungkin berkat pelaksanaan hipnotheraphy kemarin hari-hari ini pergaulan EF (Inisial) berangsur membaik karena dia sudah bisa membaur dengan teman yang lainnya".[22]

[21] Hasil wawancara dengan teman siswa di kelas pada jam 10:45 tanggal 20 Februari 2016
[22] Hasil wawancara dengan guru bimbingan di ruang guru pada jam 8:45 tanggal 4 Januari 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Wali kelas juga memberikan pernyataan yang sama, beliau mengatakan:

> "Alhamdulillah lah mbak biasanya EF (Inisial) itu suka menyendiri dan jarang main sama temennya, tapi kemarin keliatannya EF (Inisial) sama temennya beli minuman bareng di kantin. Dan EF (Inisial) itu biasanya kalau istirahat jarang keluar keluar kelas dan hanya main dikelas sendiri.?[23]

Selain itu penulis juga melihat perubahan perilaku yang ditunjukkan siswa. Sebelum proses hypnotherapy siswa yang mengalami masalah enuresis dan sulit sekali membaur dengan teman-teman sekelasnya. Namun setelah proses hipnotherapy mereka sudah mulai berbaur dengan temannya lagi.

B. ANALISIS DATA

Dalam analisis data, peneliti akan menganalisis secara sistematis data-data dari lapangan berupa transkip wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain yang telah peneliti temukan terkait pendekatan hypnotherapy dalam menangani anak yang masih mengalami enuresis/mengompol .

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada kajian teori bahwa siswa yang masih mengalami enuresis cenderung berperilaku pemalu, minder dan stres akibat adanya pengaruh buruk secara psikologis atau tekanan . Tekanan tersebut dapat berupa tekanan langsung atau tidak langsung dengan tujuan supaya individu

[23] Hasil wawancara dengan wali kelas di ruang guru pada jam 9:45 tanggal 4 Januari 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diterima orang lain atau terhindar dari masalah. Dimana hal ini diterapkan dalam pendekatan hipnotheraphy dalam menangani masalah enuresis.

Berdasarkan data yang telah peneliti dapatkan dari hasil wawancara, observasi langsung dan pengumpulan dokumen-dokumen yang ada, maka peneliti menulis analisis data sebagai berikut :

1. **Analisis gambaran anak SMP yang masih mengalami enuresis di SMP Islam Sidoarjo**

   Untuk mengidentifikasi siswa yang mengalami masalah enuresis langkah pertama adalah dengan melakukan observasi dengan melihat kondisi pergaulan di SMP Islam Sidoarjo. Peneliti melakukan identifikasi dengan melihat pergaulan mereka karena menurut Suwardi S.S enuresis adalah suatu kelainan fungsional dalam mengendalikan pengosongan kandung kemih. Dari kelainan fungsional tersebut, maka muncul masalah yang diakui merupakan salah satu factor kesulitan untuk memberikan definisi enuresis. Masalah tersebut ialah batasan umur anak yang dianggap telah dapat mengendalikan pengosongan kandung kemihnya. Pengertian lain menyebutkan bahwa enuresis adalah pengeluaran urin yang tidak disadari oleh anak berumur 5 tahun atau lebih, baik siang maupun malam hari.[24]

   Kondisi yang terlihat di sekolah ini adalah siswa yang cenderung menyendiri dan minder terlihat dari gerak gerik dan tingkah laku yang ia gunakan namun tidak semua yang ia lakukan itu sesuai dengan kehendak

[24]Suwardi S.S, 2000, Enuresis pada anak sekolah di Jakarta. Tesis. UI

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hatinya, sehingga ia mengalami masalah sosialisasi terhadap lingkungannya yang disebabkan enuresis.

Menurut Sarwono jenis enuresis itu dibagi menjadi dua yaitu Enuresis noktural / *Noctural enuresis* (Mengompol di malam hari) dan *Enuresis Diurnal* (Mengompol di siang hari). Yang dimaksud dengan Enuresis nocturnal / *Nocturnal enuresis* adalah pengeluaran air kemih yang tidak disadari pada malam hari oleh seseorang yang pengendalian kandung kemihnya diharapkan sudah tercapai, dan hal ini terjadi pada malam hari. Sedangkan *Enuresis Diurnal* (Mengompol di siang hari) adalah pengeluaran air kemih yang tidak disadari pada siang hari oleh seseorang yang pengendalian kandung kemihnya diharapkan sudah tercapai, dan hal ini terjadi pada siang hari.

Beberapa perilaku yang ditunjukkan oleh siswa di sekolah tersebut seperti mengikuti kegiatan kelompoknya meskipun bertentangan dengan keinginannya, ingin membaur dengan kelompok lain tapi takut dikucilkan dan dicela oleh kelompoknya, lalu menahan untuk membuang air kecil sehingga sewaktu-waktu ketika siswa telah bergurau dengan teman sekelompoknya ia bisa saja mengeluarkannya tanpa sadar, hal itu menunjukkan bahwa EF (inisial) benar-benar mengalami enuresis menurut (*Suwardi S.S*). Untuk lebih jelasnya masalah enuresis yang dialami oleh siswa di sekolah tersebut tepatnya di kelas VIII 1 dapat diuraikan sebagai berikut:

EF (inisial)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari hasil angket diketahui bahwa EF (inisial) mengalami masalah enuresis yang ditunjukkan melalui perilakunya yaitu merasa tidak disenangi kawan-kawan di luar sekolah, sukar menyesuaikan diri, dan mudah merasa malu. Serta rasa takut dikucilkan oleh teman-temannya apabila EF (inisial) ketahuan mengompol. Sehingga masalah yang dialami EF adalah enuresis.

2. Analisis proses pelaksanaan Hypnotherapy

Menurut Ari Choirul Anwar dalam proses hypnotherapy terdapat enam tahap yaitu[25] :

a. Pra-Induction : Interview

Tahap ini merupakan tahap persiapan pelaksanaan proses hypnotherapy. Pada tahap ini terutama membuka percakapan dan membangun kepercayaan client menghilangkan rasa takut terhadap hypnotherapy. Kemudian menawarkan program kepada client sekaligus membangun harapan kepada client.

Hal itu sesuai dengan langkah yang dilakukan oleh peneliti yaitu mempertemukan kepada seorang hypnotherapis dan memberikan penjelasan untuk client agar tidak takut untuk menjalankan proses hypnotherapy ini. Kesepakatan client untuk menjalankan proses hypnotherapy tersebut berdasarkan minat dirinya sendiri, client

[25]Ari Choirul Anwar, "The Best Teacher For Hypnosis And Hypnotherapy Training" pendiri Institut Hypnosis Hypnotis Hypnotherapy Indonesia (IHHI).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengikuti proses hypnotherapy tanpa adanya keterpaksaan, dan mampu berinteraksi dengan baik.

b. Tahap II : Tahap Suggestibility Test

Pada tahap ini hypnotherapist melakukan penentuan induksi yang terbaik bagi sang client, karena maksud dari uji suggestibility ini adalah menentukan apakah client masuk ke dalam orang yang mudah menerima sugesti atau tidak. Hal itu sesuai dengan yang dikemukakan Ari Choirul Anwar yang mengatakan bahwa pada tahap suggestibility adalah tahap yang merupakan standar yang harus dilakukan oleh juru hipnotis pada saat melakukan hipnotis kepada orang yang belum pernah merasakan direct hipnotis atau hipnotis langsung.[26]

c. Tahap III : Induction / Induksi

Pada tahap ini hypnotherapy mulai membawa pikiran client berpindah dari pikiran sadar (conscious) ke pikiran bawah sadar (sub conscious). Induction merupakan tahapan dimana seorang juru hipnotis mengatakan "tidur" kepada subyek. Nah, pada saat itulah dan gerakan-gerakan seorang hypnotherapist yang disebut dengan teknik induction. Teknik ini sering kali digunakan dalam show hipnotis panggung seperti Romy Rafael, Uya Kuya, Denny Darko dll. Hypnotherapist sebagai fasilitator, konselor dan peneliti hanya bertugas mengamati, mencatat dan mendengarkan. Seperti yang dikemukakan Ari Choirul Anwar pada tahap

[26] ibid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ini diharapkan client harus serius dan mampu menerima sugesti yang diberikan pada hypnotherapist.[27]

d. Tahap IV : Deepening (Pendalaman Trance)

Tahap ini merupakan bagian yang sebenarnya, menurut Ari Choirul Anwar bisa dikatakan penting dan juga tidak penting. Karena teknik ini intinya hanyalah menggeser kedalaman trance (kondisi tidur hipnotis) seorang subyek. Hypnotherapist mengucapkan script dengan baik dan yang pasti agar subyek tertidur lebih dalam. Pada tahap deepening ini banyak macam variasi dan jenisnya, tergantung seorang hypnotherapistnya ingin memakai yang mana. Misalnya dengan varisai hitungan, alam / tempat pribadi, pengalaman, tangga, dll. Pada proses hypnotherapy ini, seorang hypnotherapist menggunakan variasi hitungan untuk client. Sesuai yang dikemukakan oleh Ari Choirul Anwar bahwa setelah client memasuki alam bawah sadar, seorang hypnotherapy akan membawanya pada keadaan tidur yang lebih dalam lagi. Sehingga setelah client benar-benar tertidur, dengan mudah client akan memasuki tahap berikutnya sesuai tujuan yang akan dicapai.[28]

e. Tahap V : Suggestion / Sugesti

Seorang hypnotherapy mulai melakukan proses psikologis dimana seorang hypnotherapy ini membimbing pikiran, perasaan, atau perilaku client pada perubahan-perubahan tingkah laku dalam kebiasaan mengompolnya. Ketika hypnotherapist memberikan sugesti, kata-kata

[27] Ibid
[28] ibid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang diberikan kepada client tidaklah berpengaruh pada hal yang negative tetapi pada tahap ini client akan benar-benar menerima sugesti yang positif untuk berubah dari kebiasaan yang tidak baik menjadi baik. Setelah itu client diberikan sugesti susulan agar client tertidur lebih dalam. Semakin jauh client memasuki alam bawah sadarnya, semakin mudah client menerima sugesti yang diberikan oleh hypnotherapy.

f. Tahap VI : Termination

Pada tahap ini seorang hypnotherapist secara perlahan-lahan akan membangunkan client dari "tidur" hipnotisnya dan membawanya ke keadaan sepenuhnya sadar. Hypnotherapist membangun sugesti positif yang membuat tubuh client lebih segar dan rileks, kemudian diikuti dengan regresi bebrapa detik untuk membawa client ke kondisi normal kembali.

Setelah Konseling : Tindak Lanjut dan Evaluasi

Dalam tahap tindak lanjut dan evaluasi konselor dan peneliti hanya memberikan motivasi atau dorongan agar peserta dalam proses hypnotherapy tersebut tetap mempertahankan perilaku positif yang sudah dilakukan. Seharusnya konselor perlu melakukan upaya perbaikan terhadap perencanaan ataupun pelaksanaan proses hypnotherapy karena dalam pelaksaannya masih ditemukan kendala-kendala yang menghambat proses pelaksanaan hypnotherapy.

Sebagaimana pendapat yang diungkapkan oleh Ari Choirul Anwar bahwa setelah berselang beberapa waktu, setelah proses hypnotherapy

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berlangsung perlu dievaluasi. Tindak lanjut dilakukan jika ternyata ada kendala-kendala dalam pelaksanaan dilapangan. Mungkin diperlukan upaya perbaikan terhadap rencana-rencana semula, atau perbaikan terhadap cara pelaksanaannya.[29]

3. Analisis hasil proses hypnotherapy dalam mengatasi masalah enuresis/mengompol

Proses Hypnotherapy dalam menangani masalah enuresis siswa di SMP Islam Sidoarjo dapat dikatakan cukup berhasil karena sudah mencapai tujuan dari pelaksanaan Hypnotherapy yaitu dapat mengentaskan permasalahan dan meningkatkan kemampuan diri.

Sebagaimana pendapat yang ungkapkan oleh Syaputra bahwa tujuan Hypnotherapy adalah menyelesaikan masalah atau meningkatkan kemampuan diri, yang mana hasil dari hypnotherapy diharapkan bisa bertahan untuk selamanya. Dalam hypnotherapy, klien dan hypnotherapist bekerja sama untuk meraih tujuan. Pasien tidak akan dibuat tidak sadar atau tidak berdaya, melainkan akan dibimbing supaya bisa menyadari kekuatan diri sendiri sehingga dengan menggunakan kebijaksanaan dan kekuatan Pikiran Bawah Sadar masalah yang dialami bisa diatasi sendiri. Metode hypnotherapy modern dengan orientasi kepada pasien lebih banyak berperan untuk 'membuka' kesadaran pasien untuk mengetahui masalah utamanya dan membantu pasien untuk menyembuhkan atau menyelesaikan masalahnya oleh

[29] ibid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dia sendiri. Pasien menjadi lebih merasa nyaman dengan kondisinya dan dapat menerima kondisinya, sehingga tidak mengganggu aktivitasnya atau kegiatannya sehari-hari. Jadi hypnotherapy adalah aplikasi hipnotis untuk terapi pengobatan.[30]

[30] Syaputra, 2008, Mengatasi insomnia dengan relaksasi zikir.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id