

PENGELOLAAN PELATIHAN *HYPNOTHERAPY FUNDAMENTAL* DALAM MENGUASAI KEMAMPUAN *HYPNOSIS* DI VIGOROUS LEARNING CENTER (VLC) KABUPATEN BANDUNG BARAT

Bemby Gema Maulana¹, Ihat Hatimah¹, Jajat S. Ardiwinata³
bembygemamaulana@gmail.com

¹Praktisi Pelatihan di Lembaga VLC
^{2,3}Departemen Pendidikan Luar Sekolah FIP UPI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk: mendeskripsikan perencanaan pelatihan *hypnotherapy fundamental*, mendeskripsikan pelaksanaan pelatihan *hypnotherapy fundamental*, mendeskripsikan evaluasi pelatihan *hypnotherapy fundamental*, untuk mendeskripsikan hasil pelatihan yang diperoleh peserta setelah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC) Kabupaten Bandung Barat. Dalam membahas permasalahan yang telah dipaparkan, penulis merujuk pada kajian pustaka yang relevan, yaitu mengenai konsep pengelolaan, konsep pendidikan luar sekolah, konsep pelatihan, konsep pengelolaan pelatihan dan konsep *hypnosis*. Penelitian ini dilakukan di Vigorous Learning Center (VLC) Kabupaten Bandung Barat dan dilaksanakan dari bulan Mei sampai dengan September 2014. Hasil penelitian diperoleh data mengenai (1) peserta pelatihan dapat menggunakan *hypnosis* dalam mengatasi problem pikiran seperti *stress*, kecemasan berlebih, meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan sehingga dapat memahami fenomena *hypnosis* dari segi ilmu pengetahuan (*science*), (2) instruktur/*trainer* memaparkan sejarah *hypnosis*, proses pikiran menerima suatu informasi, hingga praktek *hypnosis* dengan benar dan aman, (3) evaluasi yang dilaksanakan yaitu berupa ujian praktek, dan (4) hasil yang diperoleh peserta setelah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* menunjukkan bahwa peserta pelatihan tersebut ingin melanjutkan pada pelatihan berikutnya yaitu *advance hypnotherapy*.

Kata Kunci: *Pengelolaan, hypnosis, pelatihan hypnotherapy fundamental*

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu proses *transformasi*, yaitu upaya untuk membimbing manusia agar menjadi manusia yang memiliki kepribadian, berdaya dan berguna, dan mampu berkompetisi dalam mempertahankan kehidupannya.

Pendidikan merupakan indikator sebuah kemajuan bangsa yang tentunya sangat menentukan daya saing bangsa. Faktanya sampai saat ini masih ditemukan kesenjangan seperti kurang meratanya sarana dan prasarana penunjang pendidikan antar daerah. Kesenjangan inilah yang menjadi faktor utama dalam meningkatkan mutu pendidikan. Faktor penyebab kesenjangan pendidikan bukan hanya sarana dan prasarana yang belum memadai tetapi yang sangat berpengaruh adalah sumber daya manusia. Sebagai pelengkap, pendidikan nonformal sangat berperan dalam meningkatkan sumber daya manusia. Pendidikan nonformal memiliki satuan pendidikan sehingga diharapkan satuan pendidikan nonformal dapat berperan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa sebagaimana tertuang dalam UUD tahun 1945. Dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 26 tentang pendidikan nonformal menjelaskan mengenai

satuan pendidikan nonformal terdiri atas lembaga kursus, lembaga pelatihan, kelompok belajar, pusat kegiatan belajar masyarakat, dan majelis ta'lim, serta satuan pendidikan yang sejenis.

Pelatihan dirancang dan diadakan untuk meningkatkan kinerja seseorang yang sebelumnya belum maksimal, atau bahkan mengadakan keterampilan baru yang sebelumnya belum pernah dimiliki seseorang. Atmowirio (dalam Andriyani, 2013: 2) mengkaji pelatihan dan menyimpulkannya sebagai berikut: (1) pelatihan adalah serangkaian aktifitas yang dirancang untuk meningkatkan berbagai keahlian, pengetahuan, pengalaman, yang berarti perubahan sikap. (2) pelatihan merupakan penciptaan lingkungan tertentu sebagai para pegawai dapat memperoleh atau mempelajari sikap, kemampuan, keahlian, pengetahuan dan perilaku secara spesifik berkaitan dengan pekerjaan. (3) pelatihan berkenaan dengan perolehan keahlian-keahlian tertentu yang diarahkan untuk membantu pegawai-pegawai dalam melaksanakan pekerjaan-pekerjaan mereka pada saat ini dengan lebih baik.

Di Indonesia istilah *hypnosis* masih dianggap tabu oleh banyak orang, banyak kalangan yang mengidentikkan *hypnosis* dengan kejahatan. Tidak sedikit orang yang mengaku pernah menjadi korban kejahatan hipnotis. Dalam pengucapan kata pun masih keliru antara *hypnosis* dengan hipnotis. Istilah hipnotis yang lebih sering kita dengar dari pada *hypnosis*. Dalam pengucapan pun masih keliru, bagaimana dengan kita bisa memahaminya? “secara umum *hypnosis* diartikan sebagai kondisi pikiran yang mana fungsi analitis logis pikiran direduksi (mengalami pengurangan) sehingga memungkinkan individu masuk ke dalam kondisi bawah sadar. Sementara alam bawah sadar sendiri merupakan tempat yang menyimpan beragam potensi internal yang bisa dimanfaatkan untuk lebih meningkatkan kualitas seseorang. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa seseorang yang berada pada kondisi “*hypnotic trance*” akan menjadi lebih terbuka terhadap sugesti” (Yustisia, N, 2012: 65).

Secara umum, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tentang pengelolaan pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC). Secara khusus, tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah :

1. Untuk mendeskripsikan mengenai perencanaan pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC).
2. Untuk mendeskripsikan mengenai pelaksanaan pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC).
3. Untuk mendeskripsikan mengenai evaluasi pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC).
4. Untuk mendeskripsikan mengenai hasil pelatihan yang diperoleh peserta setelah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC).

B. Kajian Teori

Pengelolaan sering disebut juga manajemen, yaitu cara mengatur suatu rencana kegiatan supaya terstruktur dan jelas arah dan tujuannya. John D. Millet (dalam Siswanto, 2012: 1) membatasi manajemen “*is the process of directing and facilitating the work of people organized in formal groups to achieve a desired goal*” (adalah suatu proses pengarahan dan pemberian fasilitas kerja kepada orang yang diorganisasikan dalam kelompok formal untuk mencapai tujuan). Millet lebih menekankan bahwa manajemen sebagai suatu proses, yaitu suatu rangkaian aktivitas yang satu sama lain saling berurutan.

Hersey dan Blanchard (dalam Sudjana, 1992: 36) membagi fungsi-fungsi manajemen menjadi empat urutan yaitu: *planning* (perencanaan), *organizing* (pengorganisasian), *motivating*

(penggerakan), dan *controlling* (pengawasan). Dapat dijabarkan bahwa fungsi manajemen adalah sebagai berikut:

1. Perencanaan

Sudjana (1992: 41) mengemukakan bahwa perencanaan adalah proses yang sistematis dalam pengambilan keputusan tentang tindakan yang akan dilakukan pada waktu yang akan datang. Disebut sistematis karena perencanaan itu dilaksanakan dengan menggunakan prinsip-prinsip tertentu di dalam proses pengambilan keputusan, penggunaan pengetahuan dan teknik secara ilmiah, serta tindakan atau kegiatan yang terorganisasi.

2. Pengorganisasian

Schermerhorn, Hunt, dan Osborn (dalam Sudjana, 1992: 79) memberi arti bahwa pengorganisasian sebagai upaya menyusun sumber-sumber manusiawi dan non manusia, termasuk sumber daya alam, ke dalam suatu gabungan yang produktif.

3. Penggerakan

Siagian (dalam Sudjana, 1992: 115) mengemukakan bahwa penggerakan merupakan keseluruhan proses pemberian *motive* bekerja kepada bawahan sedemikian rupa sehingga mereka mau bekerja dengan ikhlas demi tercapainya tujuan organisasi dengan efisien dan ekonomis.

4. Pengawasan

Terry (dalam Sudjana, 1992: 161) mengemukakan bahwa “pengawasan adalah kegiatan lanjutan yang bersangkutan dengan ikhtiar untuk mengidentifikasi pelaksanaan program yang harus sesuai dengan rencana.”

Perencanaan merupakan langkah awal dalam kegiatan pengelolaan, karena sangat diperlukan dalam hal mengarahkan, kemudian pengorganisasian merupakan suatu sistem sumber daya dalam mempersiapkan pelaksanaan yang mengacu pada perencanaan yang telah di susun sebelumnya. Terakhir yaitu evaluasi, evaluasi merupakan kegiatan penilaian yang bisa dilakukan pada awal kegiatan, ketika kegiatan berlangsung atau diakhir kegiatan untuk mengetahui sejauh mana hasil dari kegiatan (program) yang telah dilaksanakan sehingga perencanaan program berikutnya bisa lebih baik.

Dilihat dari fungsi pengelolaan, sebagaimana yang telah dipaparkan sebelumnya, Sudjana (2007: 12) mengemukakan bahwa “pengelolaan program pelatihan mencakup perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.” Untuk lebih jelasnya dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Perencanaan

Perencanaan merupakan tahap awal dalam melakukan suatu program. Waterterson (dalam Sudjana, 2004: 57) mengungkapkan bahwa “perencanaan adalah usaha sadar, terorganisasi, dan terus menerus dilakukan untuk memilih alternatif yang terbaik dari sejumlah alternatif tindakan guna mencapai tujuan. Perencanaan bukan kegiatan yang tersendiri melainkan merupakan suatu bagian dari proses pengambilan keputusan yang kompleks.”

Perencanaan dapat dijadikan acuan bagi penyelenggara untuk waktu yang akan datang sehingga program yang akan dilaksanakan dapat berjalan sesuai dengan rencana dan target yang ingin tercapai. Perencanaan bukanlah jaminan bagi kesuksesan suatu program, tetapi minimal kita dapat mengetahui langkah mana saja yang harus dilaksanakan sehingga memudahkan dalam pelaksanaan program.

T. Hani Handoko (1997) mengungkapkan terdapat empat tahap dalam perencanaan, yaitu:

- 1) Menetapkan tujuan atau serangkaian tujuan
- 2) Merumuskan keadaan saat ini
- 3) Mengidentifikasi segala kemudahan dan hambatan
- 4) Mengembangkan rencana atau serangkaian kegiatan untuk pencapaian tujuan.

Pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa dalam melakukan perencanaan diperlukan identifikasi kebutuhan. Hal ini senada dengan ungkapan Sudjana (2007: 80) yang menerangkan bahwa “identifikasi merupakan kegiatan utama yang dilakukan dalam perencanaan pelatihan, karena hasil identifikasi tersebut akan memberikan masukan yang berharga dan penting bagi kegiatan lainnya dalam perencanaan pelatihan.” Identifikasi kebutuhan bertujuan sebagai jembatan penghubung mengenai kompetensi yang akan dicapai oleh peserta pelatihan dengan kemampuan yang dimiliki peserta pelatihan.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan merupakan hal yang utama jika dilihat dari fungsinya. Anisah (dalam Desiyanti, 2014: 44) mengungkapkan bahwa “pelaksanaan adalah kegiatan untuk mewujudkan rencana menjadi tindakan nyata dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan secara efektif dan efisien”.

Dari pengertian diatas pelaksanaan dapat diartikan sebagai tindakan nyata dalam mencapai tujuan secara tepat guna. Dalam ketercapaian tujuan program perlu adanya motivasi atau dorongan. Hal ini senada dengan apa yang dikemukakan Hulse (dalam Sudjana, 1992: 114) mengemukakan bahwa “arti dorongan adalah kekuatan yang terdapat dalam diri seseorang yang menggerakkan tingkah laku orang itu untuk dan dalam mencapai tujuan.”

Perilaku seseorang dalam mewujudkan harapannya akan mempengaruhi tinggi rendahnya harapan orang tersebut. Dalam pelaksanaan suatu program diperlukan penggerakan, penggerakan diperlukan untuk memotivasi agar tujuan yang telah direncanakan dapat tercapai.

Sudjana (1992: 117) aspek-aspek yang terdapat dalam penggerakan adalah 1) kebutuhan (*needs*), 2) keinginan (*willingness*), 3) kekuatan dari dalam (*drives*), 4) kata hati. Dengan kata lain, yang dimotivasi adalah aspek-aspek rohaniah pihak yang akan digerakkan. Aspek rohaniah tersebut mencakup cita, rasa dan karsanya. Upaya penggerakan dapat dilakukan dengan cara menstimulasi alat indera. Merangsang alat indera merupakan sumber untuk memulai dan melakukan aktivitas serta meningkatkan perilaku pihak yang digerakkan. Selain itu, upaya penggerakan dapat pula dilakukan dengan menunjukkan dan menjelaskan kepada pelaksana program mengenai kegiatan yang perlu dilaksanakan serta membimbing mereka dalam melakukan kegiatan sehingga mereka tidak menyimpang dari kegiatan yang telah direncanakan.

3. Evaluasi

Dalam pengelolaan program, tanpa adanya evaluasi tidak akan pernah diketahui bagaimana rancangan pelaksanaan program, pelaksanaan hingga hasil yang didapatkan dari pelaksanaan program tersebut. Evaluasi pendidikan luar menurut Sudjana (1992: 191-192) bahwa “melalui penilaian maka pendidik dan/atau pimpinan lembaga penyelenggara program memperoleh berbagai informasi tentang sejumlah alternatif yang berkaitan dengan program pendidikan dengan maksud agar pihak penerima informasi sebagai pengambil keputusan, dapat memilih alternatif secara bijaksana.” Sedangkan Stake (dalam Sudjana, 1992: 192) menggambarkan bahwa “penilaian program adalah kegiatan untuk merespon suatu program yang telah, sedang dan akan dilaksanakan yang berorientasi langsung pada kegiatan dan merespon pihak yang membutuhkan informasi.”

Melalui evaluasi kita dapat mengetahui sejauh mana efektivitas program yang telah dirancang sebelumnya sehingga kita dapat mengetahui hasil dari pada program tersebut. Hal ini senada dengan apa yang dikemukakan Kamil (2012: 57) mengemukakan bahwa “evaluasi bertujuan untuk memperoleh suatu informasi yang tepat sebagai bahan pertimbangan untuk pengambilan keputusan tentang komponen *input* pada program, implementasi program yang

mengarah pada kegiatan dan keputusan tentang *output* yang menyangkut hasil dan dampak dari program kegiatan, apakah program sesuai sasaran yang diharapkan.”

Pengertian pelatihan dalam hubungan mengajar dan belajar menurut Hamalik dalam Lisdiana (2012: 12) adalah suatu tindakan /perbuatan pengulangan yang bertujuan untuk lebih memantapkan hasil belajar. Sedangkan menurut Sikula dalam Zakiyah (2010: 15) mengatakan bahwa “pelatihan adalah suatu proses (kegiatan) pendidikan jangka pendek dengan menggunakan prosedur sistematis dan terorganisasi dimana orang-orang selain manajer mempelajari pengetahuan dan keterampilan untuk mencapai tujuan tertentu.”

Dale S. Beach (dalam Kamil, 2012: 10) mengemukakan , “*The objective of training is to achieve a change in the behavior of those trained*” (Tujuan pelatihan adalah untuk memperoleh perubahan dalam tingkah laku mereka yang dilatih).

Michael J. Jucius (dalam Kamil, 2012: 11) mengemukakan bahwa “pelatihan bertujuan untuk mengembangkan bakat, keterampilan, dan kemampuan.” Senada dengan yang diungkapkan Moekijat (dalam Kamil, 2012: 11) menjelaskan tujuan umum dari pelatihan adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengembangkan keahlian, sehingga pekerjaan dapat diselesaikan dengan lebih cepat dan lebih efektif.
2. Untuk mengembangkan pengetahuan, sehingga pekerjaan dapat diselesaikan secara rasional.
3. Untuk mengembangkan sikap, sehingga menimbulkan kemajuan bersama dengan teman-teman pegawai dan dengan manajemen (pimpinan)

Tujuan lain dari pelatihan adalah mendapatkan ide dan gagasan baru, dalam rangka memperluas nalar untuk memperoleh pengetahuan, sikap yang lebih baik dan keterampilan dalam menjalankan tugas sehari-hari.

Dalam bahasa Inggris, hipnotis disebut sebagai “*hypnosis*” atau “*hypnotism*”. Menurut Arter (2014: 12), bahwa:

Definisi *hypnosis* sendiri berasal dari kata “*hypnos*” yang merupakan nama dewa tidur orang Yunani. Namun, perlu dipahami bahwa kondisi hipnosis tidaklah sama dengan tidur. Orang yang sedang tidur tidak menyadari dan tidak bisa mendengar suara-suara disekitarnya. Sedangkan orang sedang di hipnosis, meskipun tubuhnya beristirahat (seperti tidur), ia masih bisa mendengar dengan jelas dan merespon informasi yang diterimanya.”

Sebagaimana dikemukakan oleh N. Yustisia (2012: 73-74), bahwa “mekanisme kerja *hypnotherapy* juga sangat terkait dengan aktivitas seseorang. Aktivitas ini sangat beragam pada setiap kondisi yang diindikasikan melalui gelombang otak yang bisa diukur menggunakan alat bantu EEG (*Electro encephalograph*).”

Pendapat lain mengenai gelombang otak menurut Arter (2014: 100) menjelaskan bahwa “diketahui bahwa frekuensi gelombang otak yang dihasilkan oleh neuron bervariasi antara 0-30 Hz dan digolongkan menjadi gelombang delta, theta alpha dan beta.” Uraian dari beberapa gelombang otak disertai dengan aktivitas yang terkait dikemukakan oleh N. Yustisia (2012: 73-74) sebagai berikut:

- 1) Beta (12-40 Hz/normal)

Ini merupakan fase ketika kita sedang sangat aktif, memberikan atensi, kewaspadaan, kesigapan, pemahaman, dan kondisi yang lebih tinggi diasosiasikan dengan kecemasan, ketidaknyamanan. Beta sangat dibutuhkan jika kita harus memikirkan beberapa hal sekaligus, tetapi ingin menyerap informasi secara tepat.

2) Alpha (8-12 Hz/meditatif)

Pada fase ini, otak dalam kondisi relaksasi dan penuh kreativitas. Dalam kondisi ini, seseorang akan belajar dan menyerap informasi dengan sangat baik, mudah dalam melakukan terapi, mempercepat proses penyembuhan, meningkatkan kekebalan tubuh, serta dapat dengan mudah mengurangi stress mental emosional maupun fisik. Oleh karena itu, fase ini sering disebut sebagai keadaan meditasi dasar. Fase inilah yang menjembatani antara kesadaran beta dan theta. Sebab, ketika sedang meditasi, kita juga bisa menangkap sinyal akurat yang dipancarkan oleh kesadaran theta.

3) Theta (4-8 Hz/meditatif)

Fase ini terjadi ketika seseorang dalam kondisi tidur bermimpi (tidur REM/*Rapid Eye Movement*). Fase ini sangat bagus untuk proses autosugesti atau autohipnosis. Dalam fase ini bisa terjadi peningkatan produksi *catecholamines* (sangat vital untuk pembelajaran dan ingatan), peningkatan kreativitas, pengalaman emosional, berpotensi terjadinya perubahan sikap, peningkatan pengingatan materi yang dipelajari, *hypnogogic imagery*, meditasi mendalam, lebih dalam mengakses pikiran sadar (*unconscious*). Oleh karena itulah, terkadang seseorang bisa menemukan jawaban yang tepat terhadap suatu permasalahan yang rumit dan berat. Selain itu, terkadang seseorang juga bisa mengetahui apa yang sebenarnya terjadi tanpa harus bersusah payah melakukan penelitian dan pengumpulan data terlebih dahulu.

4) Delta (0,1-4 Hz/tidur dalam)

Delta merupakan fase gelombang otak terakhir dan paling dalam. Pada kondisi ini seseorang biasanya akan mengalami tidur tanpa mimpi, pelepasan hormon pertumbuhan, dan hilang kesadaran pada sensasi fisik. Selain tidur nyenyak, kondisi ini juga bisa diperoleh ketika seseorang sedang mengalami koma.

Berkembangnya IPTEK memberikan nilai positif bagi perkembangan *hypnosis*. Dengan ditemukannya EEG dapat merubah paradigma *hypnosis* yang dahulu dianggap sebagai fenomena mistis dan gaib sekarang sudah dapat di jelaskan secara ilmiah melalui ilmu pengetahuan sebagai kondisi alami manusia.

Menurut undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan nasional memberikan penjelasan bahwa pendidikan nonformal adalah jalur pendidikan diluar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang.

Sedangkan Sudjana (1992: 1) memaparkan bahwa “pendidikan luar sekolah adalah setiap usaha pelayanan pendidikan yang dilakukan dengan sengaja, teratur dan berencana di luar sistem sekolah, berlangsung sepanjang umur, yang bertujuan untuk mengaktualisasi potensi manusia sehingga terwujud manusia yang gemar belajar-membelajarkan, mampu meningkatkan taraf hidup, berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan pembangunan masyarakat.”

C. Metodologi

Metode penelitian dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2011: 2). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif. Arikunto (2006: 309) mengemukakan bahwa “metode deskriptif merupakan sebuah metode penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan.”

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif senada pada apa yang diungkapkan Sugiyono (2014: 1) bahwa:

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan *makna* dari pada *generalisasi*.

Tujuan dari penelitian ini adalah mendapatkan data. Dalam memperoleh data peneliti menggunakan tiga teknik pengumpulan data yaitu: observasi, wawancara dan studi kepustakaan. Sebelum memulai observasi pada pelaksanaan pelatihan, peneliti melakukan wawancara kepada narasumber mengenai metode pembelajaran dalam menyampaikan materi pelatihan.

1. Observasi

Observasi adalah kegiatan mengamati suatu objek menggunakan panca indera. Observasi dilakukan untuk melihat pengamatan secara langsung terhadap pengelolaan pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center. Untuk memperoleh data yang kuat mengenai pengelolaan pelatihan *hypnotherapy fundamental*, peneliti mengamati langsung kegiatan pelatihan yang dilaksanakan dari awal hingga akhir pelatihan agar data yang di dapatkan lebih bisa dipercaya dengan keadaan yang sebenarnya.

Observasi penelitian ini dilakukan pada bulan kedua penelitian setelah peneliti melakukan studi pendahuluan ke lembaga Vigorous Learning Center. Dalam melakukan observasi alat bantu yang digunakan bukan sekedar diri peneliti, tetapi dibantu dengan kamera untuk mendokumentasikan kegiatan pelatihan *hypnotherapy fundamental*.

2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan tanya jawab antara dua orang atau lebih yang duduk berhadapan secara fisik dan diarahkan pada suatu masalah tertentu. Dalam proses ini ada dua pihak yang menempati kedudukan berbeda. Pihak pertama sebagai penanya dan pihak kedua sebagai narasumber atau responden. Menurut Nazir (dalam Lisdiana, 2012: 37) mengungkapkan bahwa wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab, sambil bertatap muka antara si penanya atau pewawancara dengan si penjawab atau responden dengan menggunakan alat yang dinamakan *interview guide* (panduan wawancara). Wawancara digunakan untuk mengumpulkan data mengenai pelatihan *hypnotherapy fundamental*.

3. Studi Dokumentasi

Sugiyono (dalam Andriyani, 2013: 29) mengemukakan bahwa “dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Tujuan penggunaan dari studi dokumentasi adalah untuk mendapatkan data yang diperlukan untuk penelitian yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.”

4. Triangulasi Data

Sugiyono (2011: 330) mengungkapkan, pada teknik pengumpulan data, triangulasi data diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada maka sebenarnya peneliti mengumpulkan data sekaligus menguji kredibilitas data yaitu mengecek kredibilitas data dengan berbagai teknik pengumpulan data dan berbagai sumberdata. Peneliti menggunakan teknik triangulasi data, sehingga peneliti mengumpulkan data yang sekaligus menguji kredibilitas data dengan berbagai teknik pengumpulan data, dari berbagai sumber dan berbagai cara. Sehingga diperoleh triangulasi teknik dan waktu.

D. Hasil Penelitian

1. Perencanaan Pelatihan *Hypnotherapy Fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC)

Perencanaan pelatihan diawali dengan identifikasi kebutuhan peserta. Identifikasi kebutuhan peserta bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat peserta pelatihan terhadap *hypnosis* selain itu untuk identifikasi kebutuhan bertujuan untuk mengetahui kemampuan dari peserta

Fenomena *hypnosis* di Indonesia masih awam, berbeda dengan negara lain yang telah memanfaatkan *hypnosis* dari berbagai aspek seperti contoh penerapan *hypnosis* dalam bidang kesehatan, pendidikan sampai dengan produktivitas peningkatan sumber daya manusia. Peserta pelatihan dapat menggunakan *hypnosis* dalam mengatasi problem pikiran seperti stress, kecemasan berlebih, meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan sehingga dapat memahami fenomena *hypnosis* dari segi ilmu pengetahuan (*science*). Pelatihan *hypnotherapy fundamental* bertujuan untuk menambah keterampilan kepada para peserta sehingga mereka berpeluang untuk dapat menciptakan lapangan kerja baru dan hidup dengan mandiri. Dalam penggunaan kurikulum VLC menggunakan acuan kurikulum dari Indonesian Board of Hypnotherapy (IBH). Selain itu pengelola menyusun kurikulum dengan menggunakan analisis kebutuhan.

VLC mempunyai sarana dan prasarana yang dapat menunjang pelaksanaan pelatihan yaitu ruangan berkapasitas sepuluh orang. Dalam penetapan sarana dan prasarana pelatihan pengelola melihat dari jumlah peserta dan anggaran biaya. Pihak pengelola bekerjasama dengan beberapa hotel dalam penetapan tempat pelatihan.

2. Pelaksanaan Pelatihan *Hypnotherapy Fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC)

Pengelola dan instruktur dalam penerapan kurikulum telah sesuai dengan kurikulum IBH dan kebutuhan peserta serta sesuai dengan durasi waktu yang telah ditetapkan pada perencanaan program pelatihan. Kurikulum tersebut dikembangkan oleh instruktur dalam bentuk *handouts*. Instruktur bertugas menyampaikan materi pelatihan secara garis besarnya saja dan membimbing peserta yang kesulitan memahami materi yang terdapat dalam *handouts* maupun materi diluar *handouts* sesuai dengan materi yang peserta pelajari baik ketika proses pembelajaran maupun diluar waktu pelatihan. Dalam menyampaikan materi pelatihan instruktur menggunakan metode pembelajaran yaitu metode ceramah dan praktek. Pelaksanaan pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC) Kabupaten Bandung Barat bertempat di hotel Chandra Kota Cimahi. Pelatihan tersebut berdurasi selama enam jam dimulai dari pukul 10.00 sampai dengan pukul 17.00 wib. Media pembelajaran yang digunakan oleh instruktur yaitu media pembelajaran audio visual dimana instruktur menayangkan video tutorial cara melakukan *hypnosis* dan menggunakan musik relaksasi untuk menunjang pelatihan tersebut. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap pemahaman peserta, hal ini terbukti bahwa dalam memahami materi yang disampaikan peserta yang tingkat pendidikannya S1 (strata 1) lebih mudah memahami materi dibandingkan dengan peserta lulusan SMA.

3. Evaluasi Pelatihan *Hypnotherapy Fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC)

Proses evaluasi yang dilakukan di Vigorous Learning Center (VLC) yaitu evaluasi yang digunakan adalah ujian yang dilakukan selama proses pelatihan *hypnotherapy fundamental*. Bentuk evaluasi pada pelatihan *hypnotherapy fundamental* yaitu ujian tertulis dan praktek. Evaluasi dilakukan ketika proses pelatihan berlangsung dan di akhir pelatihan. Pada akhir penyampaian materi instruktur melakukan evaluasi terhadap materi yang telah disampaikan,

kemudian instruktur menilai ketercapaian pemahaman peserta dalam memahami materi pelatihan *hypnotherapy fundamental*.

Dalam pemberian nilai peserta pelatihan, Vigorous Learning Center (VLC) memberikan penilaian lulus atau tidaknya peserta pada pelatihan *hypnotherapy fundamental* yaitu keterampilan peserta dalam melakukan *hypnosis*. Jika peserta dapat melakukan *hypnosis* dengan benar dan aman sesuai standar IBH maka peserta tersebut dapat dikatakan lulus akan tetapi jika peserta masih belum mampu melakukan *hypnosis*, peserta dapat mengikuti pelatihan sejenis berikutnya.

4. Hasil yang Diperoleh Peserta Pelatihan Setelah Mengikuti Pelatihan *Hypnotherapy Fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC)

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hasil yang diperoleh peserta pelatihan setelah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* di VLC sangat memuaskan. Hal ini terbukti bahwa peserta dapat memperoleh keterampilan melalui beberapa aspek keterampilan seperti aspek kognitif, aspek afektif dan psikomotorik

Aspek kognitif yang diperoleh peserta yaitu pengetahuan peserta setelah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* di Vigorous Learning Center (VLC) setuju bahwa *hypnosis* bukanlah fenomena gaib yang bertentangan dengan ajaran agama. *Hypnosis* adalah pengetahuan mengenai gelombang otak.

Aspek afektif yang diperoleh peserta yaitu sikap peserta setelah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* tidaklah menjadi skeptis terhadap fenomena *hypnosis*. *hypnosis* bukanlah ilmu sihir dan mistis tetapi *hypnosis* adalah komunikasi nonverbal yang dapat dibuktikan secara ilmiah. Proses kondisi normal seseorang sebelum memasuki kondisi *hypnosis* berada dalam kondisi gelombang otak *beta* sedangkan ketika berada dalam kondisi *hypnosis (trance)* gelombang otak manusia berada dalam kondisi *alpha*. Seseorang dapat memasuki kondisi *hypnosis (trance)* dikarenakan faktor kritis (*critical area*) terbuka. *Critical area* diibaratkan seperti penjaga dalam gerbang penerimaan informasi antara pikiran sadar dan alam bawah sadar manusia. *Critical area* dapat dimasuki dengan mudah apabila seseorang dalam keadaan rileksasi dan pada saat terkejut.

Aspek psikomotorik yang diperoleh peserta yaitu peserta dapat melakukan *hypnosis* dengan aman dan benar sesuai prosedur dari Indonesian Board of Hypnotherapy. Selain itu peserta yang telah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* ingin melanjutkan ke tahap berikutnya yaitu pelatihan *advance hypnotherapy*. Setelah mengikuti pelatihan *advance hypnotherapy* peserta dapat menjadi seorang hipnoterapis dan dapat pula membuka klinik *hypnotherapy* sehingga dapat memperoleh penghasilan dan membuka lapangan kerja baru.

E. Simpulan

Fenomena *hypnosis* di Indonesia masih awam, berbeda dengan negara lain yang telah memanfaatkan *hypnosis* dari berbagai aspek seperti contoh penerapan *hypnosis* dalam bidang kesehatan, pendidikan sampai dengan produktivitas peningkatan sumber daya manusia. Peserta pelatihan dapat menggunakan *hypnosis* dalam mengatasi problem pikiran seperti *stress*, kecemasan berlebih, meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan sehingga dapat memahami fenomena *hypnosis* dari segi ilmu pengetahuan (*science*). Pelatihan *hypnotherapy fundamental* bertujuan untuk menambah keterampilan kepada para peserta sehingga mereka berpeluang untuk dapat menciptakan lapangan kerja baru dan hidup dengan mandiri. Bentuk evaluasi pada pelatihan *hypnotherapy fundamental* yaitu ujian tertulis dan praktek. Evaluasi

dilakukan ketika proses pelatihan berlangsung dan di akhir pelatihan. Pada akhir penyampaian materi instruktur melakukan evaluasi terhadap materi yang telah disampaikan, kemudian instruktur menilai ketercapaian pemahaman peserta dalam memahami materi pelatihan *hypnotherapy fundamental*.

Dalam pemberian nilai peserta pelatihan, Vigorous Learning Center (VLC) memberikan penilaian lulus atau tidaknya peserta pada pelatihan *hypnotherapy fundamental* yaitu keterampilan peserta dalam melakukan *hypnosis*. Jika peserta dapat melakukan *hypnosis* dengan benar dan aman sesuai standar IBH maka peserta tersebut dapat dikatakan lulus akan tetapi jika peserta masih belum mampu melakukan *hypnosis*, peserta dapat mengikuti pelatihan sejenis berikutnya. Setelah mengikuti pelatihan *hypnotherapy fundamental* tersebut peserta dapat memperoleh keterampilan melalui beberapa aspek keterampilan seperti aspek kognitif, aspek afektif dan psikomotorik.

Daftar Pustaka

- Andriyani, W. (2013). *Pengelolaan Pelatihan Tata Rias Pengantin Di Lembaga Kursus dan Pelatihan (LKP) Inge Kabupaten Sumedang*. Skripsi PLS UPI
- Arter, Derry. (2014). *Step by Step Belajar Kekuatan Hypnosis*. Yogyakarta: Araska
- Desiyanti, Yusi. (2014). *Studi Tentang Penyelenggaraan Pelatihan Keterampilan Modiste bagi Remaja Putus Sekolah (Studi Deskriptif Pelatihan Keterampilan Modiste di Balai Pemberdayaan Sosial bina Remaja Cimahi)*. Skripsi PLS UPI
- Handoko, T. Hani. (1997). *Manajemen Edisi 2*. Yogyakarta: BPFF
- IKAPI. (2009). *Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional*. Bandung: Fokus Media
- Kamil, M. (2012). *Model Pendidikan dan Pelatihan (Konsep dan Aplikasi)*. Bandung: Alfabeta
- Lisdiana, Y. (2012). *Implementasi Program Pelatihan Keterampilan Hantaran Dalam Meningkatkan Kemampuan Berwirausaha Di Lembaga Kursus dan Pelatihan (LKP) Juheni Kabupaten Cirebon*. Skripsi PLS UPI
- Nurul Fauzi, Zakiyah. (2010). *Studi Kasus Tentang Pelatihan dan Magang Pada Program Mahasiswa dalam Meningkatkan Kemandirian Mahasiswa Di Universitas Pendidikan Indonesia*. Skripsi PLS UPI
- Siswanto, H. B. (2012). *Pengantar Manajemen*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Sudjana, Djuju. (1992). *Pengantar Manajemen Pendidikan Luar Sekolah*. Bandung: Nusantra Press
- _____ (2004). *Pendidikan Nonformal, Wawasan, Sejarah Perkembangan, Filsafat, Teori Pendukung, Asas*. Bandung: Falah Production
- _____ (2007). *Sistem & Manajemen Pelatihan (Teori & Aplikasi)*. Bandung: Falah Production
- Sugiyono. (2001). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- _____ (2014). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Yustisia, N. (2012). *HYPNOTEACHING: Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media