

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Lokasi Penelitian

SMP Muhammadiyah 2 Gamping merupakan sekolah yang berstatus swasta. Sekolah yang beralamatkan di Jl. Godean Km 3, Nguyangan, Nogotirto, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. yang didirikan pada tanggal 14 Juni 1979. SMP Muhammadiyah 2 Gamping merupakan salah satu Institusi Pendidikan Menengah Pertama berakreditasi A Saat ini, SMP Muhammadiyah 2 Gamping memiliki tenaga pendidik sebanyak 19 orang, dengan peserta didik keseluruhan sebanyak 282 orang yang terdiri dari 172 siswa dan 110 siswi.

Fasilitas yang terdapat di SMP Muhammadiyah 2 Gamping diantaranya seperti ruang kelas yang nyaman, perpustakaan, lapangan olahraga, mushollah/masjid, kantin dan lainnya, 9 ruang kelas, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang laboratorium TIK, 1 perpustakaan, ruang TU, ruang serbaguna, sanitasi guru 2, sanitasi siswa 6, koperasi, rumah BP/BK, ruang ketrampilan, ruang OSIS, gudang dan ruang tempat ibadah. dilihat dari lingkungan sekolah yang bersih, banyak ruang terbuka hijau serta lingkungan yang memiliki kesan agamis serta banyak memiliki siswa siswi yang berprestasi sesuai dengan visinya yaitu Membentuk manusia muslim yang berakhlak mulia

dan meraih prestasi dalam bidang akademik.

Setiap sekolah memiliki tata tertib sendiri, termasuk juga SMP Muhammadiyah 2 Gamping, pada pelanggaran tata tertib sekolah yang baik yang melakukan pelanggaran itu siswa, guru, dan karyawan sesuai peraturan maka akan diberikan sanksi sesuai tata tertib yang berlaku. Guru bimbingan dan konseling (BK) akan menangani siswa yang melakukan bullying dan memiliki masalah disekolah. guru Bimbingan dan Konseling (BK) hanya berfokus menangani kasus bullying, namun dilingkungan sekolah belum terlalu tau mengenai bullying sehingga masih banyak siswa yang sering menganggap remeh bullying disekolah.

Dari hasil observasi yang telah diamati oleh peneliti dilingkungan sekolah SMP Muhammadiyah 2 Gamping banyak siswa yang masih belum paham mengenai bullying itu baik bullying secara verbal, fisik, psikologi/mental dan elektronik. Siswa tersebut masih menganggap bahwa apa yang mereka lakukan seperti memanggil nama temannya dengan nama sebutan yang tidak sesuai, mendorong, menendang, menjauhi, mengejek merupakan perbuatan yang sudah biasa dan hanyalah untuk sekedar bercandaan dengan teman-temannya, sehingga masih banyak remaja sekarang yang belum mengetahui dampak dari perbuatan yang telah mereka lakukan, yaitu dapat merusak psikologis korban bullying, membuat si korban menjadi tidak percaya diri dan penakut sehingga dapat berpengaruh terhadap motivasi belajar dan prestasi belajar siswa disekolah.

2. Hasil Penelitian

a. Analisis Univariat

1) Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Umur		
	11-14 Tahun	20	100.0
	15-17 tahun	0	0.0
	18-21 Tahun	0	0.0
	Total	20	100.0
2.	Kelas		
	7	20	100.0
	Total	20	100.0
3.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	6	30.0
	Perempuan	14	70.0
	Total	20	100.0
4.	Bentuk Bullying		
	Fisik	0	0.0
	Verbal	17	85.0
	Psikologis/ Mental	3	15.0
	Elektronik	0	0.0
	Total	20	100.0
5.	Dampak Bullying		
	Psikologis(kurang percaya diri, pemalu,cemas,takut)	14	70.0
	Motivasi Belajar menurun (nilai jelek dan takut datang kesekolah)	2	10.0
	Sulit Beradabtasi (sulit bergaul)	4	20.0
	Total	20	100.0

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa karakteristik dari 20 responden remaja siswa seluruhnya berumur 11-14 tahun yaitu berjumlah 20 (100%), sedangkan karakteristik berdasarkan kelas seluruhnya responden berasal dari kelas 7 berjumlah 20 (100%), kemudian karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden perempuan berjumlah 14 (70%), dan

karakteristik responden berdasarkan bentuk bullying yang dialami oleh remaja sebagian adalah bullying verbal yaitu 17 (85%), serta karakteristik responden berdasarkan dampak yang dialami oleh remaja siswa sebagian besar psikologis yaitu 14 (70%) responden merasa kutang percaya diri, pemalu, cemas, dan takut.

2) Distribusi Frekuensi Pre Test dan Post Test Sebelum Diberikan Hipnoterapi

a) Distribusi Frekuensi Pre Test Sebelum Diberikan Hipnoterapi

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pre Test Sebelum Diberikan Hipnoterapi

No	(Tingkat Capaian Responden)	Pre Test		Post Test	
		Frekuensi (f)	Persentase(%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Sangat Baik (0-21)	0	0.0	0	0.0
2.	Baik (21-40)	0	0.0	5	25.0
3.	Cukup Baik (41-60)	0	0.0	15	75.0
4.	Kurang Baik (61-80)	18	90.0	0	0.0
5.	Tidak Baik (81-100)	2	10.0	0	0.0
Total		20	100.0	20	100.0

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 4.2 remaja yang mengalami bullying sebelum diberikan hipnoterapi rata-rata mengalami perasaan dengan kategori kurang baik sebanyak 18 (90%) responden, kemudian remaja yang mengalami bullying setelah diberikan hipnoterapi rata-rata mengalami perasaan dengan kategori cukup baik 15 (75%) responden.

b. Analisis Bivariat

- 1) Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Remaja Yang Mengalami Bullying Di SMP Muhammadiyah 2 Gamping Menggunakan Uji Wilcoxon.

Tabel 4.4 Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Remaja Yang Mengalami Bullying Di SMP Muhammadiyah 2 Gamping

Wilcoxon Signed Ranks Test				
	Hasil	Nilai	Mean Rank	Sum Of Ranks
Post Test – Pre Test	Negative Ranks	20 ^a	10.50	210.000
	Positif Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	20		

Sumber: Data Primer 2023

Tes Statistics	
	Postt Test – Pre Test
Z	-4.093 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 4.4 Terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami bullying hal tersebut dibuktikan dengan nilai Asymp. Sign nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada perbedaan rata-rata antara hasil pre test dengan post test sehingga dapat dikatakan ada pengaruh hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami bullying di SMP Muhammadiyah 2 Gamping.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Remaja Yang Mengalami Bullying

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa karakteristik dari 20 responden remaja siswa seluruhnya berumur 11-14 tahun yaitu berjumlah 20 (100%), sedangkan karakteristik berdasarkan kelas seluruhnya responden berasal dari kelas 7 berjumlah 20 (100%), kemudian karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden perempuan berjumlah 14 (70%), dan karakteristik responden berdasarkan bentuk bullying yang dialami oleh remaja sebagian adalah bullying verbal yaitu 17 (85%), serta karakteristik responden berdasarkan dampak yang dialami oleh remaja siswa sebagian besar psikologis yaitu 14 (70%) responden merasa kurang percaya diri, pemalu, cemas, dan takut.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat 20 siswa dimana mereka memasuki usia pra remaja antara usia (11-14 Tahun) yang disebut dengan fase pra remaja fase dimana remaja sangat memperhatikan penampilannya biasa disebut dengan fase negatif. Berdasarkan jenis kelamin terdapat 14 siswi lebih banyak dari pada siswa laki-laki 6 orang, sehingga sangat rentan terhadap bullying pada perempuan karena perempuan adalah makhluk yang lemah.

Hal tersebut menguatkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Diananda, 2018) yang membahas mengenai remaja dan permasalahannya yang menjelaskan bahwa remaja terbagi menjadi tiga yaitu pra remaja, remaja awal dan remaja akhir. hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fatwa Witjaksana et al., 2022) yang mengatakan bahwa perempuan merupakan mayoritas yang paling

banyak mendapatkan bullying, dikarenakan perempuan akan merasa kurang bersemangat dan energik jika terjadi masalah pada kesehatan mentalnya. Faktor hormonal juga berperan pada kualitas hidup yang rendah pada perempuan.

Bullying banyak sekali terjadi pada remaja disekolah yaitu bullying verbal dan mental dimana mereka menganggap memperolok teman mereka dengan nama panggilan yang tidak sesuai merupakan hal yang biasa dan hanya untuk bahan bercanda saja akan tetapi mereka tidak pernah tau bahwa perilaku mereka dapat mengakibatkan dampak yang lebih serius bagi korban bullying. dampak yang terjadi pada korban bullying yang dapat mengakibatkan si korban merasa kurang percaya diri, takut, pemalu, sulit bergaul dan menurunnya motivasi belajar, sehingga dapat mengganggu korban dalam bersekolah.

Hasil tersebut menguatkan hasil penelitian dari (Nurfaidah, 2018) yang membahas mengenai macam-macam bentuk bullying yaitu fisik, verbal, mental, dan elektronik. Yang memiliki dampak bagi si korban bullying. Hasil tersebut menguatkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nurfaidah, 2018) dampak yang terjadi pada seseorang merasa cemas dan takut, motivasi belajar turun, dan bunuh diri.

2. Perubahan Sebelum dan Sesudah Diberikan Hipnoterapi (Pre Test dan Post Test)

Berdasarkan Tabel 4.2 remaja yang mengalami bullying sebelum diberikan hipnoterapi rata-rata mengalami perasaan dengan kategori kurang baik sebanyak 18 (90%) responden, kemudian remaja yang mengalami bullying setelah

diberikan hipnoterapi rata-rata mengalami perasaan dengan kategori cukup baik 15 (75%) responden.

Dalam hasil penelitian ini menunjukkan terjadinya perubahan sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi dibuktikan dengan peneliti yang melakukan penelitian selama 6 kali pertemuan bersama siswa secara zoom sehingga di dapatkan perubahan sebelum diberikan hipnoterapi memiliki kategori kurang baik sebanyak 18 (90%) responden, menjadi kategori cukup baik 15 (75%) responden. Sejalan dengan penelitian (Sumali et al., n.d. 2017) yang membahas mengenai hipnoterapi di lakukan sebanyak 6 kali pertemuan terbukti efektif memberikan perubahan dan manfaat kepada remaja untuk mengurangi kecemasan, stres, mengatasi psikologis, dan tingkah laku manusia.

Hipnoterapi dapat mempengaruhi kondisi tubuh manusia yang rileks, Hipnoterapi secara *fisiologis*, bekerja melalui sistem gelombang otak yang akan direspon oleh gelombang betha, alpha, tehta dan deltha, serta di pengaruhi oleh hormon endrofin yang menyebabkan seseorang merasa nyaman tenang dan bahagia. Hipnoterapi dapat juga dapat membuat rileks tekanan darah, denyut jantung dan pernafasan. Sejalan dengan hasil penelitian (Anam & Rosi, n.d.2022) Selama proses hipnosis, tubuh seseorang akan terasa rileks, sedangkan pikirannya sangat terfokus dan penuh perhatian. Seperti halnya teknik relaksasi lainnya, hipnosis menurunkan tekanan darah dan detak jantung serta mengubah semua jenis aktivitas gelombang otak.

Mayoritas perempuan paling banyak mengalami bullying sebesar 17 (70%) siswi sehingga setelah dilakukan hipnoterapi mengalami perubahan yang cukup baik, hasil penelitian sejalan dengan yang dilakukan oleh (Fatwa Witjaksana et al., 2022) yang mengatakan bahwa perempuan merupakan mayoritas yang paling banyak mendapatkan bullying, dikarenakan perempuan akan merasa kurang bersemangat dan energik jika terjadi masalah pada kesehatan mentalnya. Faktor hormonal juga berperan pada kualitas hidup yang rendah pada perempuan.

3. Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Remaja Yang Mengalami Bullying

Berdasarkan Tabel 4.4 Terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami bullying hal tersebut dibuktikan dengan nilai Asymp. Sign nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada perbedaan rata-rata antara hasil pre test dengan post test sehingga dapat dikatakan ada pengaruh hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami bullying di SMP Muhammadiyah 2 Gamping.

Proses hipnoterapi sebelum sesuatu masuk dalam alam bawah sadar maka terlebih dahulu melalui seleksi alam sadarnya. Selama proses hipnosis, tubuh seseorang akan terasa rileks, sedangkan pikirannya sangat terfokus dan penuh perhatian. Seperti halnya teknik relaksasi lainnya, hipnosis menurunkan tekanan darah dan detak jantung serta mengubah semua jenis aktivitas gelombang otak. Dalam kondisi yang rileks, seseorang secara fisik akan merasa sangat tenang meski secara mental dalam kondisi waspada. Dalam kondisi yang sangat

terkonsentrasi, orang sangat *responsif* terhadap segala sugesti. Hipnoterapi secara *fisiologis*, bekerja melalui sistem gelombang otak. Pada sesi-sesi hipnoterapi, seperti *induksi* dan *deepening*, pasien akan dibimbing terapis dari pikiran sadar ke pikiran bawah sadar.

Pada kondisi seperti ini akan memasuki kondisi hipnosis yang lebih dalam, sehingga gelombang otak yang semula berada pada gelombang *beta* akan berubah pelan-pelan menuju gelombang *alpha*. Otak dalam kondisi *alpha* akan memproduksi hormon serotonin dan *endorfin* yang menyebabkan seseorang merasakan rasa nyaman, tenang, bahagia sehingga stress menjadi menurun. Hipnosis bekerja pada pikiran bawah sadar, yakni pada gelombang *alpha* sampai dengan *theta*, pikiran ini adalah lawan dari *conscious mind* atau pikiran sadar. Sehingga masalah pada remaja berkurang dan berubah menjadi lebih baik. Sejalan dengan hasil penelitian (Anam & Rosi, n.d.2022) yang membahas mengenai fisiologi dan cara kerja dari hipnoterapi mempengaruhi tubuh manusia membuat lebih rileks, tenang dan nyaman.

Hipnoterapi memiliki pengaruh yang positif untuk merileksasikan otak dan membentuk sifat, perilaku seseorang yang ingin berubah menjadi lebih baik, kemudian meningkatkan motivasi untuk terus belajar, menumbuhkan sikap percaya diri dan rasa ingin bergaul satu dengan yang lainnya. hipnoterapi memiliki manfaat bagi tubuh dan otak manusia baik bagi kesehatan manusia, masalah remaja, masalah di aspek pendidikan, proses hypnosis dapat mengobati berbagai masalah bagi remaja. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh

(Ayis Sa'idatul Husna, 2021) yang membahas bahwa hipnoterapi efektif memberikan dampak perubahan yang baik untuk siswa yang mengalami perilaku yang menyimpang. Dan hasil penelitian dari (Daniel Hasibuan & Mendrofa, 2019) bahwa Hipnoterapi merupakan sebuah aplikasi hipnotis untuk kepentingan terapi, oleh karena itu dapat mengurangi stres, memotivasi, mampu memperbaiki dalam perilaku ataupun kebiasaan buruk. Memperbaiki. hasil penelitian (Anam & Rosi, n.d.2022) Selama proses hipnosis, tubuh seseorang akan terasa rileks, sedangkan pikirannya sangat terfokus dan penuh perhatian. Seperti halnya teknik relaksasi lainya, hipnosis menurunkan tekanan darah dan detak jantung serta mengubah semua jenis aktivitas gelombang otak.

4. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki keterbatasan dimana peneliti hanya mengkaji dampak dari pengaruh bullying dan peneliti tidak mengkaji secara detail mengenai faktor-faktor pola asuh remaja tersebut, serta hanya mengkaji pra remaja di usia (11-14 Tahun).