

## HIPNO MOTIVASI

**M.Insan Romadhan, S.I.Kom,M.Med.Kom**

Ilmu Komunikasi, FISIP, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

e-mail : -

### *Abstract*

*Learning achievement is the maximum benchmark that has been achieved after the students do learning activities for a predetermined time. Motivation to learn is a psychological condition that encourages a person to do learning activities. From these motivations will encourage a student to continue learning in order to achieve the expected goal of achievement in learning. Learning achievement is also determined by the discipline in learning. Which means the ability to self-direct students both mental and physical that takes place in the active interaction for learning activities in accordance with the rules made by the school and the students themselves.*

## PENDAHULUAN

### a. Latar Belakang

SD Negeri Ngepung merupakan salah satu sekolah tingkat dasar yang ada di Desa Ngepung Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik. Sebanyak 23 siswa kelas VI sekolah tersebut mempersiapkan diri untuk menghadapi ujian kelulusan sekolah. Dalam mempersiapkan ujian kelulusan sekolah, selain materi pelajaran yang harus mereka kuasai mereka juga harus mempersiapkan diri dari segi mental, motivasi dan kepercayaan diri yang baik.

Motivasi dapat menentukan dan mempengaruhi tingkat keberhasilan atau kegagalan prestasi belajar siswa, karena belajar tanpa adanya motivasi sulit untuk berhasil. Motivasi berasal dari kata “motif” yang berarti alasan melakukan sesuatu, sebuah kekuatan yang menyebabkan seseorang bergerak melakukan suatu kegiatan. Definisi motivasi menurut Mc. Donald yang dikutip oleh Oemar Hamalik (2002:1973), motivasi merupakan suatu perubahan energi di dalam diri pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif, dan reaksi untuk mencapai tujuan, juga sebagai dorongan dari dalam diri seseorang dan dorongan ini merupakan motor penggerak.

Dengan meningkatkan motivasi siswa diharapkan mampu membangkitkan dan memberikan arah dorongan yang menyebabkan individu tergerak untuk belajar dan menjamin kelangsungan kegiatan belajar tersebut demi prestasi ataupun tujuan yang akan mereka raih.

### b. Tujuan

Adapun tujuan dari pelaksanaan program kegiatan hipno motivasi ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dalam mempersiapkan ujian kelulusan sekolah.
2. Untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa dalam mempersiapkan ujian kelulusan sekolah.

## **METODE**

### **a. Rancangan Kegiatan**

Pelaksanaan program kegiatan hipno motivasi dilaksanakan pada tanggal 09 Mei 2017 di SD Negeri Ngepung, Desa Ngepung Kecamatan Kedamean Kabupaten Gresik. Program ini dilaksanakan oleh Mochamad Fadholi, sebagai pemateri dan dibantu oleh Rosyida Dwi Rahmawati.

Program kegiatan hipno motivasi dibagi menjadi beberapa sesi, sesi pertama subjek diarahkan untuk mengisi kuesioner (pre test) yang sudah disiapkan oleh pemateri. kemudian, pemateri memberikan ice breaking guna memperhangat suasana. Pemateri memberikan permainan-permainan stage hipnotis pada subjek, pemateri menunjuk beberapa subjek untuk melakukan permainan seperti permainan hipnotis lupa pada namanya sendiri dan merekatkan jari subjek.

Untuk sesi kedua, subjek di tampilkan beberapa video motivasi, dengan maksud memberikan stimulus kepada subjek. Pada sesi ketiga, dilaksanakan beberapa permainan diantaranya, menggambar raut muka pada kertas hvs. Kemudian hasil gambar dihias sebgus mungkin semampu subjek. Permainan kedua, subjek di sugesti untuk bias mematahkan pensil dengan menggunakan jari telunjuk subjek. Kemudian merefleksikan permainan tersebut.

Dan sesi terakhir, dilaksanakan relaksasi dengan memberikan sugesti berupa motivasi-motivasi yang bersifat positif kepada subjek dan kemudian subjek diberikan pos test berupa kuesioner.

### **b. Sasaran Kegiatan**

Sasaran kegiatan ini adalah para siswa SD Ngepung khususnya kelas 6. Hal ini dilakukan karena untuk mempersiapkan subjek untuk menghadapi ujian kelulusan sekolah. Program kegiatan ini diikuti oleh sebanyak 22 siswa.

### **c. Bahan dan Alat**

Dalam kegiatan ini, bahan dan alat yang perlu disiapkan adalah

1. Proyektor
2. Speaker aktif
3. Laptop
4. Pre Test dan Post Test
5. Doorprize untuk reward
6. Kertas HVS
7. Pensil
8. Video Motivasi
9. Lagu relaksasi

**Rincian Bahan dan alat:**

NO	Nama bahan dan alat	Biaya	Tanpa biaya
1	Fotocopy kuisioner 60 lembar	Rp 13.000	
2	Proyektor	-	Support by ibis styles Hotels
3	Pensil	-	Support by ibis styles Hotels
4	Goody Bag	-	Support by ibis styles Hotels
5	Kertas HVS	Rp 5.000	
6	Doorprize ( beng beng )	Rp 27.500	-
TOTAL		Rp 68.500	-

**KINERJA**

Dalam kegiatan ini, pertama kali kami membuat proposal yang diajukan pada Hotel ibis styles Surabaya jemursari agar turut ikut berpartisipasi dalam pengabdian di Gresik ini terutama pada program unggulan Sesbis Pendidikan Kesehatan yaitu Program Hipno Motivasi. Setelah proposal kami disetujui, kami diberikan bantuan berupa peminjaman proyektor, pensil dan goody bag untuk reward kegiatan

Setelah itu kami menghubungi pihak sekolah agar mengizinkan kami untuk melakukan program ini di sekolah. Dan kami bersyukur karena pihak sekolah sangat mendukung program kami ini sehingga kami dapat melaksanakan program ini dengan lancar tanpa hambatan apapun. Selanjutnya pada tanggal 09 Mei 2017 kami melaksanakan program ini dari pagi sampai siang hari. Hal pertama yang akan kami lakukan adalah pengumpulan para siswa dari kelas 6. Kemudian panitia mengkoordinir persiapan dan pelaksanaan penyuluhan yang meliputi:

**Moderator/ pembawa acara:**

1. Membuka acara
2. Memperkenalkan mahasiswa
3. Menjelaskan tujuan dan topik
4. Menyerahkan jalannya penyuluhan kepada pemateri
5. Menutup acara

**Pemateri:**

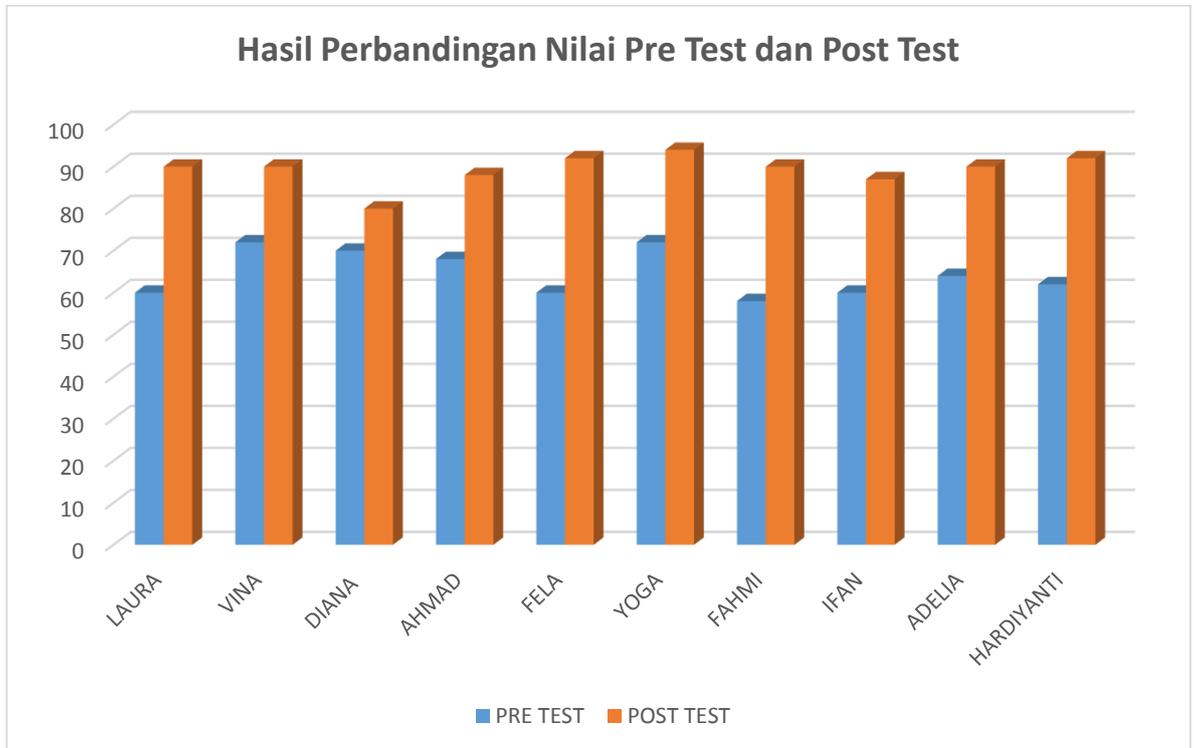
Memberikan materi hipno motivasi kepada subjek

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah dilakukan kegiatan hipno motivasi, dilakukan tes tulis untuk menilai seberapa efektif program kegiatan yang dilakukan. Test tulis yang dilakukan meliputi pre test ( sebelum program kegiatan dilakukan ) dan post test (setelah program kegiatan dilakukan ) dengan menggunakan soal yang sama. Materi test yang di ujikan mengambil dari materi program kegiatan yang disajikan.

Dari sebanyak 22 siswa yang mengikuti program kegiatan, kami mengambil sampel hasil tes tulis dari 10 siswa secara acak. Hasil yang sudah kami rekap adalah sebagai berikut:

<b>No</b>	<b>NAMA</b>	<b>Kelas</b>	<b>NILAI PRE TEST</b>	<b>NILAI POST TEST</b>
1	LAURA	6	60	90
2	VINA	6	72	90
3	DIANA	6	70	80
4	AHMAD	6	68	88
5	FELA	6	60	92
6	YOGA	6	72	94
7	FAHMI	6	58	90
8	IFAN	6	60	87
9	ADELIA	6	64	90
10	HARDIYANTI	6	62	92
	TOTAL		646	893
	RATA- RATA		64,6	89,3



Kemudian hasil rekap nilai disajikan dalam grafik garis seperti di atas. Dari hasil grafik tersebut dapat disimpulkan bahwa para siswa SD Ngepung kelas 6 SD sudah mempunyai motivasi dalam diri tetapi masih kurang percaya diri dengan kemampuan sendiri. Terbukti dengan grafik yang menunjukkan hasil pre test rata-rata memiliki nilai 64,6 yang belum bisa maksimal. Setelah dilakukan post test hasil nilai yang diperoleh siswa berhasil meningkat lebih tinggi dibandingkan dengan hasil sebelumnya yaitu dengan rata-rata nilai 89,3.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa program hipno motivasi telah berhasil.

## KESIMPULAN

Siswa kelas 6 SD SDN Ngepung yang berjumlah 22 siswa ternyata hanya sebagian yang mempunyai rasa motivasi terhadap kemampuan diri sendiri. Banyak dari mereka yang kurang percaya diri pada kemampuan diri sendiri sehingga mereka kurang percaya diri terhadap apa yang mereka punya secara akademis ataupun kemampuan dalam diri sendiri. Dengan adanya program hipno motivasi ini banyak siswa yang lebih termotivasi terutama dalam bidang akademik untuk menghadapi ujian nasional mendatang.

Hipno motivasi

### **REFERENSI**

<http://lib.unnes.ac.id/6933/>  
<http://ainamulyana.blogspot.com/2012/02/motivasi-belajar.html>  
<https://www.youtube.com/watch?v=q4DcyW0FKAY>  
<https://www.youtube.com/watch?v=N8YynxKPBq4>