

EFEKTIVITAS PENDEKATAN HIPNOSIS DALAM PEMBELAJARAN APRESIASI SENI RUPA

Hasnawati dan Sudirman Sultan

Fakultas Seni dan Desain, Jurusan Pendidikan Seni Rupa Universitas Negeri Makassar
Jalan Daeng Tata Raya Kampus Parangtambung UNM, Makassar
Email: hasnawati_daeng04@yahoo.com

Abstract: The Effectiveness of Hypnosis Approach in the Art Appreciation Learning. This research aimed to describe the effectiveness of hypnosis approach in learning appreciation applied art based on local culture at the seventh grade in 4 State Junior High School Pallangga. This research was descriptive research. The population of this research was all the seventh grade students in 4 State Junior High School Pallangga consisting of 5 classes. The samples of this research were 2 classes with 42 students, 22 students from class VII 3 and 20 students from class VII 4. The data collection was done by doing test, observation, interview and documentation. The instruments of the data collection were multiple choices, observation guidance, interview protocol and camera. The data analysis was descriptive qualitative. The result of the research showed that the application of hypnosis was effective applied in learning appreciation applied art based on local culture at the seventh grade in 4 State Junior High School Pallangga Gowa Regency.

Abstrak: Efektivitas Pendekatan Hipnosis dalam Pembelajaran Apresiasi Seni Rupa. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan efektivitas penerapan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi seni rupa terapan berbasis budaya lokal di Kelas VII SMP Negeri 4 Pallangga. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 4 Pallangga sebanyak 5 kelas. Sampel dalam penelitian ini adalah 2 kelas yaitu sebanyak 42 orang siswa, masing-masing untuk kelas VII 3 sebanyak 22 orang dan kelas VII 4 sebanyak 20 orang siswa. Pengambilan data dilakukan dengan cara tes, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan, soal pilihan ganda, panduan observasi, panduan wawancara, dan kamera. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif. Hasil penelitian diketahui bahwa penerapan hipnosis efektif diterapkan dalam pembelajaran apresiasi seni rupa terapan berbasis budaya lokal.

Kata kunci: hipnosis, apresiasi, seni rupa

Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3 dinyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, serta bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berbagai upaya yang dilakukan oleh pemerintah maupun guru-guru dalam pencapaian fungsi dan mewujudkan tujuan pendidikan sebagaimana yang terdapat dalam undang-undang

tersebut di atas. Upaya yang dilakukan pemerintah adalah adanya kebijakan tentang pendidikan karakter yang diharapkan dapat diterapkan oleh seluruh lapisan jenjang pendidikan secara terintegrasi dalam pembelajaran di kelas. Upaya yang dilakukan oleh guru dalam mewujudkan tujuan pendidikan adalah dengan menerapkannya berbagai pendekatan dalam pembelajaran. Seperti yang tampak dalam pembelajaran seni budaya (seni rupa) di SMP Negeri 4 Pallangga Kabupaten Gowa.

Pencapaian tujuan pembelajaran khususnya pembelajaran seni rupa di sekolah tidaklah mudah. Tujuan pembelajaran khususnya pembelajaran seni budaya (seni rupa) dapat dicapai dengan maksimal apabila berbagai macam faktor

yang menunjang pembelajaran di kelas dapat diterapkan dengan baik dan benar. Pelaksanaan pembelajaran seni rupa di sekolah terkadang mempunyai banyak permasalahan. Permasalahan dapat terjadi dari proses pembelajaran itu sendiri, misalnya bagaimana persiapan guru dalam melaksanakan pembelajaran, metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru, media yang digunakan oleh guru, sampai pada proses penilaian pembelajaran.

Berbagai upaya yang dilakukan oleh guru untuk mencapai hasil pembelajaran yang lebih baik, sebagaimana yang dilakukan oleh guru di SMP Negeri 4 Pallangga Kabupaten Gowa, mulai dari penggunaan media dan metode yang variatif, namun terkadang peserta didik masih merasa sulit dalam mengikuti proses pembelajaran seni rupa khususnya pada materi mengapresiasi berbagai jenis karya seni rupa. Oleh karena itu, kegiatan hipnosis pun dilakukan oleh guru untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan baik.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada tahun 2014 mengenai inovasi pembelajaran pada materi apresiasi seni rupa melalui pendekatan hipnosis dapat diketahui bahwa guru telah melakukan upaya-upaya perbaikan dalam pelaksanaan pembelajaran. Upaya yang dilakukan adalah menerapkan pendekatan hipnosis dengan cara memberi relaksasi pada peserta didik pada awal pembelajaran atau kegiatan pendahuluan pada kegiatan pembelajaran. Penerapan hipnosis dalam pembelajaran sangat diterima oleh peserta didik, karena peserta didik dapat konsentrasi penuh dalam mengikuti proses pembelajaran. Selain itu, peserta didik masih mampu mengingat dengan baik dihari yang lain tentang materi yang telah disampaikan oleh guru. Hasil penelitian yang lain ditemukan bahwa persiapan guru dalam melaksanakan pembelajaran belum dilakukan secara maksimal. Selain itu, peneliti belum melihat bagaimana tingkat efektivitas penerapan pendekatan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi seni rupa khususnya pada materi apresiasi pembelajaran seni rupa terapan berbasis budaya lokal.

Pembelajaran seni memiliki sifat multilingual, multi dimensi, dan multikultural. Pembelajaran karya seni rupa di sekolah mempunyai dua strandar kompetensi yang akan dicapai, yaitu mengapresiasi karya seni rupa dan mengekspresikan diri melalui karya seni rupa. Kompetensi apresiasi dan kreasi dijabarkan ke dalam

kompetensi dasar yang meliputi karya seni rupa daerah setempat, karya seni rupa nusantara, dan karya seni rupa mancanegara.

Tujuan pembelajaran dapat tercapai secara maksimal dan sesuai dengan yang direncanakan dalam perencanaan pembelajaran apabila didukung dengan kreativitas guru dalam menciptakan iklim pembelajaran dan menerapkna berbagai metode dan pendekatan dalam pembelajaran. Guru dapat memilih dan menerapkan berbagai cara atau pendekatan yang dianggap sesuai dengan tujuan pembelajaran, kondisi lingkungan sekolah, situasi kelas, kebutuhan peserta didik, serta kelengkapan sarana dan prasarana.

Sahman (1993: 153) dan Soedarso (1990: 83-84) dalam Sobandi (2008: 141-143) menjelaskan bahwa dalam proses pembelajaran apresiasi seni, guru dapat melakukan dan menerapkan melalui tiga jenis metode dan pendekatan, yaitu 1) pendekatan aplikatif. Pendekatan ini dilakukan melalui proses penciptaan seni secara langsung yang diadaptasi dari doktrin Dewey yaitu *learning by doing*. Jenis pendekatan ini memberikan peluang kepada peserta didik untuk memiliki pengalaman setetis secara langsung. Pengalaman langsung ini membekali peserta didik untuk memiliki kemampuan (*skill*) tertentu berdasarkan jenis materi yang dipelajarinya. 2) Pendekatan historis. Pendekatan ini ditempuh melalui pengenalan sejarah seni. Penciptaan demi penciptaan, peristiwa demi peristiwa yang masing-masing memiliki problema sendiri, dibicarakan dan dibahas secara berurutan. Jenis pendekatan ini dapat dilakukan dalam pembelajaran yang bertujuan untuk pengenalan sejarah mulai yang ada dari lingkungan sekolah atau kota tempat sekolah berada, lingkup budaya lokal, nasional sampai pada mancanegara. 3) Pendekatan problematik. Pendekatan ini menyoroti masalah serta liku-liku seni sebagai sarana untuk dapat menikmatinya secara semestinya, kemudian deretan problem-problem senilah yang harus dibahas satu persatu. Jenis pendekatan ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui isu-isu seputar permasalahan seni menurut pandangan masyarakat. Persoalan-persoalan yang dapat dibicarakan melalui pendekatan ini berkaitan dengan persoalan estetika atau keindahan suatu karya, masalah nilai yang terkandung dalam karya seni itu sendiri, teknik berkarya termasuk alat, bahan, dan media yang digunakan dalam proses pembuatan, serta sasaran dalam penciptaan karya seni.

Ketiga pendekatan di atas dapat diterapkan secara terpisah ataupun bersamaan sesuai dengan kebutuhan di kelas. Guru dapat secara bebas memiliki kebebasan dalam memilih pendekatan sesuai dengan kemampuan dan situasi yang terjadi di kelas. Metode diskusi dan kritik seni dianjurkan digunakan untuk melengkapi dan memperkaya pendekatan yang dipilih.

Depdiknas (2006: 56) mengemukakan bahwa pembelajaran seni budaya di jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut; (1) memahami konsep dan pentingnya seni budaya dan keterampilan; (2) menampilkan sikap apresiasi terhadap seni budaya dan keterampilan; (3) menampilkan kreativitas melalui seni budaya dan keterampilan; (4) menampilkan peran serta dalam seni budaya dan keterampilan dalam tingkat lokal, regional, maupun global.

Pembelajaran seni rupa di SMP bertujuan untuk membentuk sikap kreatif, sensitif, dan menumbuhkan sikap apresiatif peserta didik melalui pengalaman berekspresi dan mengkomunikasikan unsur-unsur seni dengan cara mengamati karya dan berkarya seni rupa secara langsung.

Kegiatan apresiasi tidak dapat dipisahkan dengan kehidupan nyata. Setiap saat sering dijumpai dan diamati hasil karya orang lain yang diwujudkan dalam berbagai bentuk, jenis, dan media yang sangat beragam. Penciptaan benda-benda tersebut disuguhkan oleh penciptanya untuk memenuhi tuntutan masyarakat untuk dinikmati dan dihargai sebagai produk budaya. Apresiasi merupakan kegiatan mental individu dalam proses penilaian. Pandangan lain mengenai istilah ini ditujukan kepada khalayak sebagai proses pertukaran pemikiran yang berhubungan dengan pengaguman suatu nilai terhadap karya (Sobandi, 2008: 103).

Siti Mutmainnah (2012) menjelaskan bahwa pembelajaran seni rupa dapat dilakukan dengan pendekatan ekspresi ataupun pendekatan apresiasi. Pendekatan apresiasi adalah pendekatan pembelajaran yang berkaitan dengan pengetahuan atau teori-teori, sedangkan pendekatan ekspresi adalah pendekatan pembelajaran yang berkaitan dengan kinerja atau pembelajaran praktik. Penyampaian materi pembelajaran seni rupa yang bersifat teori pada umumnya kurang diperhatikan oleh peserta didik. Oleh karena itu, penyampaian materi teori sebaiknya dilakukan tidak hanya dengan pemaparan semata, namun

perlu dilakukan dengan cara memberi contoh dengan memperagakan atau mempertunjukkan sesuatu yang berkaitan dengan tujuan pembelajaran.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran apresiasi seni rupa merupakan pembelajaran karya seni yang sifatnya teori. Oleh karena itu, dalam menyampaikan materi pembelajaran apresiasi seni rupa perlu adanya suatu pendekatan dan metode penyampaian yang sesuai dengan situasi kelas dan perkembangan peserta didik agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara maksimal.

Hipnosis merupakan kondisi atau keadaan manusia saat manusia cenderung lebih sugestif. Hipnosis dapat diartikan sebagai sebuah kondisi relaks, fokus, atau konsentrasi yang menjadi ciri khas dari kondisi tersebut adalah sensor-sensor panca indera manusia menjadi lebih aktif (Muhammad Anwar, 2014: 79).

Menurut Kahija (2007: 17) dikatakan bahwa istilah *hypnosis* dalam Bahasa Indonesia disebut dengan hipnotisme, pertama kali digunakan oleh James Braid pada tahun 1795. Istilah ini pertama kali muncul dalam bukunya yang berjudul *Neurypnology: The Rationale of Nerveous Sleep* yang terbit pada tahun 1943.

Definisi hipnosis menurut KBBI (2008: 501) adalah keadaan seperti tidur karena sugesti, yang pada taraf permulaan orang itu berada di bawah pengaruh orang yang memberikan sugestinya, tetapi pada taraf berikutnya menjadi tidak sadar sama sekali. Hipnotis adalah membuat atau menyebabkan seseorang berada dalam keadaan hipnosis; berkenaan dengan hipnosis. Lebih lanjut dijelaskan oleh Rommy Rafael dalam (http://www.indospiritual.com/artikel_hipnosis--mengungkap-rahasia-pikiran.html) bahwa hipnosis adalah keadaan natural yang dialami oleh setiap manusia.

Willy Wong dan Andri Hakim (2010: 3) mengemukakan bahwa hipnosis dapat diartikan sebagai sebuah kondisi relaks, fokus, atau konsentrasi. Hipnosis diasumsikan sebagai sebuah kondisi mirip tidur atau keadaan saat pikiran dalam kondisi bawah sadar. Selanjutnya, masih menurut Willy Wong dan Andri Hakim (2010: 20) bahwa melalui berbagai riset, ditemukan adanya perubahan gelombang otak saat kondisi trans (kondisi hipnosis) mulai dicapai. Perubahan pada gelombang otak tersebut dapat diukur dengan alat pengukur yang disebut *elektroencepalograph* (EEG). Secara garis besar,

gelombang otak manusia dibedakan dalam empat jenis, yaitu: beta, alpha, theta, dan delta.

Masih menurut Willy Wong dan Andri Hakim (2010: 21) yang menjabarkan tentang pola gelombang otak manusia berdasarkan pengukuran EEG yaitu beta (14-30 Hertz): normal, alpha (8-13,9 Hertz): *meditative*, theta (4-7,9 Hertz): *meditative*, delta (0,1-3,9 Hertz): tidur lelap. Dari ke empat pola gelombang otak manusia berdasarkan pengukuran EEG, maka gelombang otak alpha dan theta yang dapat dilakukan untuk kegiatan hipnosis (*hypnosis state*), karena pada gelombang otak ini manusia mampu merasakan kondisi relaks pada tubuh dan pikirannya, gelombang ini pikiran sadar manusia mulai pasif dan sebaliknya, pikiran bawah sadar mulai aktif.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan hipnosis merupakan suatu kondisi mental atau diberlakukannya peran imajinatif atau suatu kegiatan yang dapat membawa seseorang ke alam bawah sadar yang seolah-olah orang tersebut tidur dan dapat mengikuti segala instruksi penghipnosis.

Nurindah dalam Hamza Upu, dkk. (2014: 11) menjelaskan bahwa seperti manusia, pikiran manusia terdiri dari program-program yang “diinstall” ke dalamnya. Pemrograman itu dimulai saat seseorang masih kanak-kanak. Pengasuhan orang tua dan perlakuan orang yang lebih dewasa di sekitarnya biasanya mudah diinstall. Pertanyaannya adalah adlah program seperti apa yang dimasukkan: positif atau negatif? Para ahli psikologi umumnya sepakat bahwa masa kanak-kanak, khususnya lima tahun pertama, cukup berpengaruh dalam kehidupan seseorang di masa-masa berikutnya. Oleh karena itu, bisa ditebak bagaimana pengaruh dari program positif atau negatif yang sudah terinstall dalam pikiran.

Berikut ini merupakan serangkaian teknik relaksasi yang dapat dilakukan oleh seorang guru dalam pembelajaran dengan menggunakan pendekatan hipnosis (Muhammad Anwar, 2014: 95-102), yaitu 1) Relaksasi terhadap diri sendiri (*Self Relaxation*), Sebelum guru memberikan teknik relaksasi di dalam kelas, sebaiknya guru melakukan relaksasi cepat (*fast Relaxation*). Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan relaksasi cepat yaitu: pengaturan napas, mengendalikan pikiran, selalu dimulai dengan doa dan afirmasi, visualisasikan doa dan afirmasi. 2) Relaksasi terhadap peserta didik

(*student Relaxation*), saat seorang guru masuk ke dalam ruang kelas, biasakan melakukan hal yang membuat peserta didik terasa nyaman. Membiasakan guru untuk memberi salam dan menyapa peserta didik. 3) Peningkatan kemampuan sebagian atau seluruh pancaindera, cara ini biasa dilakukan dengan merangsang semua pancaindera. Dalam kegiatan proses belajar mengajar diperlukan dukungan dari kelima pancaindera manusia. Dengan demikian, setiap materi baik berupa informasi data maupun pengetahuan bisa diserap oleh pikiran sehingga benar-benar tersimpan dalam memori bawah sadar peserta didik. 4) Pengendalian reflex dan aktivitas fisik, saat sesi pembelajaran berlangsung, sering terjadi refleksi anggota tubuh. Hal tersebut disesuaikan dengan berbagai modalitas yang dimiliki oleh peserta didik di dalam kelas. Seorang peserta didik yang mengandalkan modalitas kinestetik lebih berfokus pada catatan demi catatan yang ia lakukan. Seorang peserta didik yang mengandalkan modalitas visual, ia lebih cenderung benar-benar menatap setiap pergerakan atau aktivitas yang dilakukan oleh gurunya. Selanjutnya, seorang peserta didik yang mengandalkan modalitas auditori, ia cenderung cukup mendengarkan apa yang sedang dijelaskan oleh gurunya tanpa melakukan penatapan atau memperhatikan ke arah depan atau wajahnya gurunya. 5) Respons peserta didik sebagai pengaruh pasca hipnosis.

Noer dalam Upu (2014:15) mengatakan bahwa unsur-unsur yang perlu diperhatikan dalam *hypnoteaching* meliputi: penampilan guru, sikap yang empatik, rasa simpati, penggunaan bahasa, peraga, motivasi, dan menguasai hati peserta didik. Untuk lebih jelasnya dapat diuraikan sebagai berikut: 1) Penampilan guru, guru hendaknya berpakaian rapi dan sopan. Penampilan yang baik akan melahirkan rasa percaya diri yang tinggi serta memiliki daya magnet yang kuat bagi peserta didik. Tingkat kepercayaan diri seseorang, tingkat kepositifan pikiran dan juga tingkat sosial kemasyarakatan dapat dilihat dari penampilan seseorang. 2) Sikap empatik, seorang pendidik, seorang guru harus mempunyai rasa empati kepada para peserta didiknya. Ketika ada beberapa orang atau bahkan banyak peserta didik yang bermasalah, membuat ulah di sekolah, mengganggu teman dan guru dengan bicara atau tingkah laku yang aneh, dan berbagai tindakan yang kurang baik lainnya, maka guru tidak akan begitu saja menyelamatkan-

kan gelar "peserta didik nakal" di pundak peserta didik tersebut. Namun, guru terlebih dahulu menyelidiki latar belakang yang menyebabkan tindakan peserta didik tersebut dengan cara menggali dan mengumpulkan berbagai informasi yang ada. 3) Rasa simpati, apabila guru memiliki rasa simpati kepada peserta didik niscaya peserta didik pun akan menaruh simpati kepada gurunya. Apabila guru memperlakukan peserta didik dengan baik walaupun siswa tersebut nakal maka niscaya peserta didik akan enggan dan hormat kepada guru yang juga menghormatinya. Siswa akan berusaha mengerti dan menuruti apa kata sang guru karena guru juga mengerti dirinya. 4) Penggunaan bahasa. Guru yang baik hendaknya memiliki kosa kata dan bahasa yang baik, dapat menahan emosi diri, tidak mudah terpancing amarah, suka menghargai karya, potensi dan kemampuan peserta didik. 5) Peraga (bagi yang kinestetik), salah satu unsur hipnosis dalam pembelajaran adalah peraga atau mengeluarkan ekspresi diri. Seluruh anggota badan digerakkan jika diperlukan. Ketika mengajar hendaknya guru menggunakan gaya bahasa tubuh agar apa yang disampaikan semakin mengesankan. 6) Memotivasi peserta didik dengan cerita atau kisah. Watak dan tabiat dasar kerja pikiran adalah imajinasi dan fantasi. Cerita dan kisah merupakan kajian imajinasi. Disaat guru melihat peserta didik banyak mengalami masalah, tidak memiliki motivasi belajar dan berbagai problematika kehidupan maka guru dapat menasehati dan membimbing siswa tanpa menggurui. 7) Menguasai hati peserta didik. Belajar melalui pengalaman di lapangan lebih bermakna bagi sebagian besar peserta didik daripada sekedar belajar teori di kelas. Apabila guru sudah dapat mengambil hati peserta didik untuk belajar maka guru pun dapat menguasai pikiran peserta didik tersebut untuk berkontribusi terhadap pelajaran.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan efektivitas pendekatan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi seni rupa di Kelas VII SMP Negeri 4 Pallangga Kabupaten Gowa.

METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif, yaitu menggambarkan dan mendeskripsikan berbagai fakta dan kejadian sesuai kondisi di lapangan secara apa adanya.

Populasi adalah keseluruhan subjek yang menjadi fokus penelitian. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik Kelas VII SMP Negeri 4 Pallangga Kabupaten Gowa. Sampel penelitian adalah sebagian populasi yang menjadi subjek penelitian. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, yaitu peneliti memilih dan mengambil sampel dengan memperhatikan pertimbangan tertentu. Sampel penelitian ini adalah Kelas VII₃ yang berjumlah sebanyak 24 orang peserta didik dan Kelas VII₄ yang berjumlah sebanyak 20 orang. Kelas VII₃ dipilih sebagai kelas yang diberi perlakuan, sedangkan Kelas VII₄ sebagai kelas kontrol. Adapun alasan peneliti memilih Kelas VII₃ yang diberi perlakuan dan Kelas VII₄ yang dijadikan sebagai kelas kontrol karena menurut bapak Zilkipli, S. Pd., M. Pd., guru seni budaya (seni rupa) mengatakan bahwa kelas tersebut yang merupakan kelas yang rata-rata kemampuan peserta didiknya merata.

Lokasi penelitian dilakukan di Kelas VII SMP Negeri 4 Pallangga dengan alamat Dusun Bontobiraeng Desa Panakkukang Kecamatan Pallangga Kabupaten Gowa. Sekolah ini berlokasi sekitar 10 kilometer dari Kota Sungguminasa.

Teknik pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan informasi yang akurat tentang permasalahan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes belajar peserta didik, observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan cara mengelompokkan data menurut jenisnya. Data dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dianalisis secara deskriptif kualitatif, sedangkan data yang diperoleh melalui tes dianalisis secara deskriptif kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan, maka dapat diketahui bahwa penerapan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi seni rupa terapan berbasis budaya lokal diterapkan dengan cara memberi relaksasi pada peserta didik saat kegiatan pendahuluan pembelajaran.

Pelaksanaan relaksasi pada tahap kegiatan pendahuluan diharapkan agar peserta didik dapat berkonsentrasi penuh dalam mengikuti pelaksanaan pembelajaran terutama dalam kegiatan inti pembelajaran. Pada tahap pendahuluan yang mana proses relaksasi peserta didik, guru menyampaikan pada peserta didik bahwa otak mereka seperti mesin penyedot ilmu yang akan menyerap semua materi yang disampaikan oleh guru. Pelaksanaan pendahuluan tampak ada beberapa peserta didik yang kurang serius dalam mengikuti kegiatan relaksasi. Oleh karena itu, mereka yang tidak serius dalam melakukan relaksasi akan mengakibatkan kurang konsentrasi pula dalam mengikuti proses pembelajaran secara keseluruhan.

Relaksasi dilakukan agar peserta didik dapat menerima materi pembelajaran sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan. Dengan demikian, proses relaksasi ini yang merupakan kegiatan inti dari penerapan pendekatan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi seni rupa terapan berbasis budaya lokal. Setelah proses relaksasi berlangsung masuklah pada kegiatan inti pembelajaran, yang mana pembelajaran berlangsung sebagaimana pembelajaran pada umumnya, yaitu guru menyampaikan materi dengan cara ceramah dan tanya jawab.

Hasil wawancara yang dilakukan dengan guru seni budaya (seni rupa), yaitu bapak Zulkipli, S. Pd., M. Pd. Dikatakan bahwa penerapan hipnosis pada pembelajaran seni rupa terapan berbasis budaya lokal di SMP Negeri 4 Pallangga Kabupaten Gowa hanya dapat diterapkan pada kegiatan pendahuluan dalam pembelajaran. Peserta didik diberi relaksasi pada saat kegiatan pendahuluan dengan harapan pada saat kegiatan inti pembelajaran peserta didik dapat merespon dengan baik materi pembelajaran yang diberikan. Dilanjutkan lagi oleh bapak Zulkipli, S. Pd., M. Pd., bahwa tidak menutup kemungkinan ada beberapa peserta didik yang tidak konsentrasi pada saat diberi relaksasi. Oleh karena itu, peserta didik tersebut tidak dapat menerima materi pembelajaran dengan baik. Hal ini ditandai pada saat peserta didik diberikan beberapa pertanyaan pada sesi tanya jawab, pertanyaan yang diberikan pun berkaitan dengan materi yang telah dijelaskan, peserta didik tersebut tidak dapat merespon atau menjawab pertanyaan yang diberikan.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, penelitian ini relevan dengan penelitian yang

telah dilakukan pada tahun sebelumnya yang berjudul Inovasi Pembelajaran Apresiasi Seni Rupa di SMP Negeri 4 Palangga Kabupaten Gowa (Hasnawati dan Yabu M., 2014), yang mana hasil penelitian tersebut adalah penerapan pendekatan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi seni rupa terapan dimulai dari kegiatan awal pembelajaran yaitu dilakukan relaksasi kemudian kegiatan inti pembelajaran yaitu menyampaikan materi dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab, dan yang terakhir adalah kegiatan penutup pembelajaran yaitu guru menyimpulkan pembelajaran, membeikan post test dan mengembalikan relaksasi peserta didik pada kondisi semula. Tanggapan peserta didik tentang penerapan hipnosis dalam pembelajaran adalah peserta didik sangat senang, antusias, dan *enjoy* dalam mengikuti proses pembelajaran apresiasi karya seni rupa.

Berkaitan dengan efektivitas penerapan pendekatan hipnosis dalam pembelajaran seni rupa terapan berbasis budaya lokal di SMP Negeri 4 Pallangga Kabupaten Gowa, dapat diketahui bahwa tidak banyak perbedaan yang diperoleh antara pelaksanaan pre test dan post test di Kelas VII₄ yang merupakan kelas kontrol dalam penelitian ini, yaitu pada pelaksanaan pre test terdapat 7 orang peserta didik atau 35 % termasuk dalam kategori sangat rendah, 5 orang peserta didik atau 25 % masing-masing termasuk dalam kategori rendah dan sedang, 2 orang peserta didik atau 10 % termasuk dalam kategori tinggi, dan hanya 1 orang peserta didik atau 5 % yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Pelaksanaan post test terdapat 2 orang peserta didik atau 10 % termasuk dalam kategori sangat rendah, 5 orang peserta didik atau 25 % termasuk dalam kategori rendah, 10 orang peserta didik atau 50 % termasuk dalam kategori sedang, 2 orang peserta didik atau 10 % termasuk dalam kategori tinggi, dan hanya 1 orang peserta didik atau 5 % yang termasuk dalam kategori sangat tinggi.

Selanjutnya, pelaksanaan *pre test* dan *post test* di Kelas VII₃, yaitu eksperimen atau kelas yang diberi perlakuan penerapan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi karya seni rupa terapan berbasis budaya lokal mempunyai perbedaan yang sangat signifikan, yaitu pada pelaksanaan *pre test* tidak ada seorang pun atau 0 % peserta didik yang termasuk dalam kategori tinggi maupun sangat tinggi, hanya terdapat 9 % atau 2 orang peserta didik yang berada dalam kategori

sedang, 55 % atau 12 orang peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah dan 36 % atau 8 orang peserta didik yang termasuk dalam kategori sangat rendah. Sedangkan pada pelaksanaan post test hanya terdapat 1 orang peserta didik atau 5 % termasuk dalam kategori sangat rendah, 6 orang peserta didik atau 27 % masing-masing termasuk dalam kategori rendah dan kategori sedang, 7 orang peserta didik atau 31 % termasuk dalam kategori tinggi, dan 2 orang peserta didik atau 10 % yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar peserta didik sebelum dan sesudah diterapkan pendekatan hipnosis dalam pembelajaran apresiasi seni rupa terapan berbasis budaya lokal di Kelas VII₃ SMPN 4 Pallangga Kabupaten Gowa.

Peserta didik yang masih termasuk dalam kategori rendah dan sangat rendah adalah peserta didik yang tidak berkonsentrasi pada saat dilakukan relaksasi pada kegiatan pendahuluan. Diketahui bahwa dalam pelaksanaan relaksasi peserta didik dituntut untuk konsentrasi, namun peserta didik tersebut masih banyak memperhatikan temannya yang sedang melakukan relaksasi (konsentrasi) sehingga mengakibatkan dirinya tidak konsentrasi. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan pada saat pembelajaran berlangsung diketahui bahwa guru tidak dapat menegur lagi peserta didiknya pada saat relaksasi berlangsung karena dapat mengganggu peserta didik yang lain yang sedang melakukan relaksasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar Muhammad. 2014. *Mengajar dengan Teknik Hipnosis: Teori dan Praktek*. Jakarta: Yayasan Yapma.
- Aunurrahman. 2009. *Belajar dan Pembelajaran Cetakan Ketiga*. Bandung: Alfabeta.
- Upu, Hamzah. dkk. 2014. *Efektivitas Pembelajaran Matematika dengan Menggunakan Metode Hypnoteaching*. Laporan Penelitian: Jurusan Matematika FMIPA UNM.
- Kahija, Y. 2007. *Hipnoterapi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sobandi Bandi. 2008. *Model Pembelajaran Kritik dan Apresiasi Seni Rupa*. Solo: Maulana Offset.
- Wong, Willy dan Andri, Hakim. 2010. *Dahsyatnya Hipnosis*. Jakarta: Visimedia.
- http://id.wikipedia.org/wiki/Hipnosis#Definisi_hipnosis_menurut_KBBI.Online. Diakses pada tanggal 4 April 2014.
- http://id.wikipedia.org/wiki/Hipnosis_Online. Diakses pada tanggal 4 April 2014.
- http://www.indospiritual.com/artikel_hipnosis--mengungkap-rahasia-pikiran. *Online* Diakses pada tanggal 4 April 2014.

Pada kegiatan penutup pembelajaran, guru mengembalikan konsentrasi peserta didik dengan cara meminta siswa duduk dengan tenang dan membayangkan bahwa semua materi yang diberikan telah terserap dan tersedot semua dalam otak mereka karena otak mereka adalah ibarat sebuah mesin penyedot ilmu.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disajikan, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan hipnosis efektif diterapkan dalam pembelajaran apresiasi seni rupa terapan berbasis budaya lokal di Kelas VII SMPN 4 Pallangga Kabupaten Gowa karena terdapat peningkatan hasil belajar peserta didik setelah diterapkan pendekatan hipnosis pada kelas eksperimen. Sebelum diterapkan pendekatan hipnosis tidak seorangpun peserta didik yang termasuk dalam kategori tinggi maupun kategori sangat tinggi. Setelah penerapan hipnosis terdapat 9 orang (41 %) yang termasuk dalam kategori tinggi dan sangat tinggi, 6 orang (27 %) yang termasuk dalam kategori sedang. Hanya satu orang (5 %) yang termasuk dalam kategori sangat rendah, dan 6 orang (27 %) yang termasuk dalam kategori rendah. Peserta didik yang masih termasuk dalam kategori rendah adalah mereka yang tidak konsentrasi pada saat dilakukan relaksasi.