

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Identifikasi Variabel**

Identifikasi variabel yang terdapat dalam penelitian harus ditentukan terlebih dahulu sebelum metode pengolahan data dan analisis data diperhitungkan, karena identifikasi variabel-variabel penelitian akan membantu menentukan teknik analisis data yang digunakan.

#### **3.2 Definisi Operasional Variabel**

Definisi Operasional, menurut Azwar (2010) adalah suatu definisi yang memiliki arti tunggal dan diterima secara objektif bilamana indikatornya tidak tampak. Suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang diamati. Batasan operasional dari variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **1. *Anchoring***

*Anchoring* adalah salah satu teknik hipnoterapi yang penerapannya dengan menanamkan sebuah reflek respon (sugesti) ke dalam pikiran bawah sadar melalui prosesi hipnoterapi dan tanamkan sebuah tanda tertentu untuk memunculkan kembali sugesti tersebut di saat kondisi sadar. Sugesti akan bekerja jika klien meniatkan dan mengakses tanda yang telah di tanamkan saat proses hipnoterapi.

## **2. Hipnoterapi**

Hipnoterapi adalah sebuah sebutan terapan hipnosis yang digunakan untuk menangani masalah yang berada di pikiran (psikis).

### **3.3 Metode Pengumpulan Data**

#### **3.3.1 Wawancara (*Interview*)**

Wawancara adalah metode yang mendasarkan diri pada laporan verbal yang terjadi hubungan langsung antara penyidik dan subyek yang diselidiki (Moleong, 2004). Metode Wawancara ini diharapkan agar penulis mendapatkan data secara lebih mendalam. Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai (*interviewee*) yang memberi jawaban atas pertanyaan itu (Moleong, 2004).

Guide interview informan disusun oleh peneliti dan memiliki dasar yang diambil dari aspek *anchoring* (Purwanto, 2007).

Tabel 3.1  
Guide Interview Informan (Hipnoterapis)  
*Anchoring*

No	Aspek	Indikator	Pertanyaan
1.	Kepunahan/Penghapusan /Pemadaman ( <i>Extinction</i> )	Penanaman Stimulus	<p>Bagaimana cara kerja <i>anchoring</i> dalam hipnoterapi ?</p> <p>Bagaimanakah cara menanamkan <i>anchor</i> ke dalam pikiran bawah sadar klien melalui hipnoterapi ?</p> <p>Bagaimana model stimulus <i>anchoring</i> untuk hipnoterapi ?</p> <p>Masalah apa saja yang dapat diterapkan dengan <i>anchor</i> ?</p> <p>Bagaimanakah jika <i>anchor</i> dan sugestinya tidak ditanamkan secara berulang-ulang ke klien ?</p>
2.	Generalisasi Stimulus ( <i>Stimulus Generalization</i> )	Kerja Stimulus	<p>Bagaimanakah cara klien mengakses <i>anchor</i> ?</p> <p>Efek apakah yang terjadi jika <i>anchor</i> diakses secara berulang-ulang oleh klien ?</p> <p>Bagaimanakah jika stimulus <i>anchoring</i> yang telah di bentuk hampir serupa dengan stimulus lainnya ?</p> <p>Seberapa dalamkah kerja sugesti yang dirasakan dengan teknik <i>anchor</i> terhadap diri klien ? tolong jelaskan ?</p> <p>Apakah <i>anchor</i> dan sugesti ke diri klien bersifat permanen ? tolong jelaskan ?</p>
3.	Tingkat Pengkondisian yang Lebih Tinggi ( <i>Higher-Order Conditioning</i> )	Stimulus Lanjutan	<p>Bagaimanakah kerja <i>anchor</i> jika dalam satu sugesti ditanamkan dengan dua stimulus <i>anchor</i> yang berbeda ?</p> <p>Bagaimanakah kerja sugesti jika dalam satu stimulus <i>anchor</i> ditanamkan dua sugesti ?</p> <p>Bagaimana efek sugesti <i>anchor</i> jika dijalankan untuk masalah yang hampir serupa dengan masalah yang sedang dialami ?</p>

Tabel 3.2  
Guide Interview Informan (Klien)  
*Anchoring*

No	Aspek	Indikator	Pertanyaan
1.	Kepunahan/Penghapusan /Pemadaman ( <i>Extinction</i> )	Penanaman Stimulus	Berapa kali telah di hipnoterapi ? Jangka waktu di hipnoterapi ? Bagaimana stimulus atau sugesti yang di berikan oleh hipnoterapis ?
2.	Generalisasi Stimulus ( <i>Stimulus Generalization</i> )	Kerja Stimulus	Bagaimana perasaanya sebelum di hipnoterapi ? Apa yang dirasakan saat di hipnoterapi ? Bagaimana perasaanya setelah di hipnoterapi ?
3.	Tingkat Pengkondisian yang Lebih Tinggi ( <i>Higher-Order Conditioning</i> )	Stimulus Lanjutan	Masih sering atau tidak perasaan / masalah itu muncul di pikiran dan perilaku ? Jika diukur dari 1 – 10, kira-kira ada di angka berapa kelegaannya sekarang setelah di hipnoterapi ?

### 3.3.2 Observasi

Observasi atau pengamatan dilakukan oleh peneliti untuk mendapatkan data-data awal sebagai modal untuk penelitian selanjutnya. Disini peneliti mendampingi langsung hipnoterapis saat penanaman *anchoring* sesi hipnoterapi untuk dijadikan sampel penelitian. Kemudian dari hasil observasi tersebut didapatkan hasil sebagai data pendukung dalam melanjutkan penelitian serta untuk mencocokkan fakta yang ada di lapangan dengan hasil penelitian. Menurut Moleong (2004) observasi adalah teknik pengamatan yang memungkinkan penelitian melihat dan mengamati sendiri kemudian mencatat perilaku kejadian sebagaimana yang terjadi pada keadaan yang sebenarnya.

Guide observasi informan yang disusun oleh peneliti mengadaptasi dari Laporan Praktek Kerja Lapangan Karya Sindhunata (2019).

Tabel 3.3  
Guide Observasi

1.	<b>Guide Observasi Lingkungan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Lokasi hipnoterapi</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Informan (Klien I)</li> <li>b. Informan (Klien II)</li> </ol> </li> <li>2. <b>Kondisi tempat hipnoterapi</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Bentuk tempat hipnoterapi           <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Informan (Klien I)</li> <li>2) Informan (Klien II)</li> </ol> </li> <li>b. Sarana tempat hipnoterapi           <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Informan (Klien I)</li> <li>2) Informan (Klien II)</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>
2.	<b>Guide Observasi Informan (Hipnoterapis)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Penampilan fisik</b> Meliputi kondisi fisik subjek, misalnya tinggi badan, berat badan, jenis rambut, warna kulit dan pakaian yang dikenakan.</li> <li>2. <b>Ekspresi wajah</b> Ekspresi wajah saat sedang menjalankan proses hipnoterapi di tempat hipnoterapi</li> <li>3. <b>Perilaku subjek di tempat hipnoterapi</b></li> </ol>
3.	<b>Guide Observasi Informan (Klien I)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Penampilan fisik</b> Meliputi kondisi fisik subjek, misalnya tinggi badan, berat badan, jenis rambut, warna kulit dan pakaian yang dikenakan.</li> <li>2. <b>Ekspresi wajah</b> Ekspresi wajah saat sedang menjalankan proses hipnoterapi di tempat hipnoterapi</li> <li>3. <b>Perilaku subjek di tempat hipnoterapi</b></li> </ol>
4.	<b>Guide Observasi Informan (Klien II)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Penampilan fisik</b> Meliputi kondisi fisik subjek, misalnya tinggi badan, berat badan, jenis rambut, warna kulit dan pakaian yang dikenakan.</li> <li>2. <b>Ekspresi wajah</b> Ekspresi wajah saat sedang menjalankan proses hipnoterapi di tempat hipnoterapi</li> <li>3. <b>Perilaku subjek di tempat hipnoterapi</b></li> </ol>

### 3.3.3 Dokumentasi

Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dokumen berisi bahan-bahan informasi yang dihasilkan dari proses hipnoterapi yang menggunakan teknik *anchor* oleh Aris Danang Prasetya, berupa pernyataan maupun informasi tertulis mengenai aktivitas, juga informasi lain, seperti dokumentasi berupa gambar atau foto yang dapat membantu memberikan penjelasan terhadap hasil penelitian.

### 3.4 Informan

Informan dalam penelitian ini adalah Hipnoterapis yang menguasai teknik *anchor* dan klien yang pernah diberi perlakuan hipnoterapi dengan teknik *anchor*.

Syarat-syarat untuk menjadi informan dalam penelitian ini, sebagai berikut :

1. Laki-laki atau Perempuan
2. Usia 18-40 tahun
3. Hipnoterapis yang menguasai teknik *anchor*
4. Klien yang pernah di hipnoterapi menggunakan teknik *anchor*

### 3.5 Validitas dan Reliabilitas

#### 3.5.1 Validitas

Hammersley (Marvasti, 2004) menerangkan bahwa validitas diartikan sebagai, sejauh mana sebuah akun secara akurat mewakili fenomena sosial yang menjadi rujukannya.

### **3.5.2 Reliabilitas**

Reliabilitas adalah ketergantungan atau konsistensi dalam hasil penelitian, ini menunjukkan bahwa penelitian yang sama diulang atau berulang dalam kondisi yang identik atau sangat mirip (Neuman, 2000).

### **3.6 Metode Analisis Data**

Analisis data dimulai sejak peneliti telah mendapatkan alur penelitian sampai dengan pembuatan laporan penelitian selesai. Jadi teknik analisis data dijalankan mulai dari awal perencanaan penelitian sampai penelitian selesai. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun sebuah data secara sistematis dari hasil yang diperoleh dari wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lainnya, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dijalankan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilah-milah hal mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain (Sugiyono, 2007).

Bogdan & Biklen mengatakan teknik analisis data adalah usaha yang dijalankan dengan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain (Moleong, 2007).

Pada penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan peneliti menggunakan model Miles and Huberman. Analisis data dalam penelitian

kualitatif ini, dilakukan saat pengumpulan data berlangsung, dan selesai setelah pengumpulan data dalam periode tertentu. Saat wawancara, peneliti telah melakukan analisis terhadap jawaban yang ingin diwawancarai. Miles and Huberman (1984), mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan dengan interaktif dan berlangsung secara terus menerus hingga tuntas, sehingga data tersebut sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu, data *reduction*, *data display*, dan *conclusion drowing/verification* (Sugiyono, 2007).

Peneliti menggunakan model *interactive model* dalam analisis data, yaitu yang unsur-unsurnya meliputi reduksi data (*data reduction*), display data (*data display*), dan kesimpulan/verifikasi.

Teknik analisis data pada penelitian ini penulis menggunakan tiga prosedur perolehan data.

### **1. Reduksi Data (*Data Reduction*)**

Reduksi data adalah proses penyempurnaan data, baik pengurangan terhadap data yang dianggap kurang perlu atau tidak relevan, maupun penambahan data yang mungkin masih kurang. Karena data yang didapat di lapangan mungkin sangat banyak, maka reduksi data ini berfungsi untuk merangkum, memilih hal-hal yang utama, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian, data yang akan direduksi memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan (Sugiyono, 2007).

## **2. Display Data (*Data Display*)**

Dengan melakukan display atau menyajikan data akan lebih memudahkan untuk memahami apa yang terjadi selama penelitian berlangsung. Setelah itu, perlu diadakan rencana kerja berdasarkan apa yang telah dipahami. Dalam penyajian data selain menggunakan teks secara naratif, dapat juga berupa bahasa nonverbal seperti bagan, grafik, denah, matriks, dan tabel. Penyajian data adalah proses pengumpulan informasi yang telah disusun berdasarkan kategori atau pengelompokan-pengelompokan yang diperlukan. Miles and Huberman dalam penelitian kualitatif penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Ia mengatakan “yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif” (Sugiyono, 2007).

## **3. Kesimpulan atau Verifikasi Data**

Tahap terakhir dalam metode analisis data adalah verifikasi data. Verifikasi data dilakukan jika kesimpulan awal yang dimunculkan masih bersifat sementara, dan akan terjadi perubahan-perubahan jika tidak diikuti dengan bukti-bukti pendukung yang kuat untuk mendukung pada tahap pengumpulan data selanjutnya. Bila kesimpulan yang dimunculkan pada tahap awal telah didukung dengan bukti-bukti yang valid dan konsisten saat penelitian kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel atau dapat dipercaya (Sugiyono, 2007).