



# Meningkatkan kompetensi konselor komunitas musyawarah guru bk madrasah tsanawiyah kota surabaya melalui pelatihan hipno konseling

Author Name(s): Arif Ainur Rofiq, Ariza Qurrata A'yun

Publication details, including author guidelines

URL: <https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/about/submissions#authorGuidelines>

Editor: Linda Fitria

## Article History

Received: 30 Jan 2025

Revised: 14 Feb 2025

Accepted: 11 Mar 2025

## How to cite this article (APA)

Rofiq, A. A., & A'yun, A. Q. (2025). Meningkatkan kompetensi konselor komunitas musyawarah guru bk madrasah tsanawiyah kota surabaya melalui pelatihan hipno konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 13(1), 184-193. <https://doi.org/10.29210/1125900>

The readers can link to article via <https://doi.org/10.29210/1125900>

## SCROLL DOWN TO READ THIS ARTICLE



Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (as publisher) makes every effort to ensure the accuracy of all the information (the "Content") contained in the publications. However, we make no representations or warranties whatsoever as to the accuracy, completeness, or suitability for any purpose of the Content. Any opinions and views expressed in this publication are the opinions and views of the authors and are not the views of or endorsed by Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy. The accuracy of the Content should not be relied upon and should be independently verified with primary sources of information. Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy shall not be liable for any losses, actions, claims, proceedings, demands, costs, expenses, damages, and other liabilities whatsoever or howsoever caused arising directly or indirectly in connection with, in relation to, or arising out of the use of the content.

Jurnal Konseling dan Pendidikan is published by Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy comply with the [Principles of Transparency and Best Practice in Scholarly Publishing](#) at all stages of the publication process. Jurnal Konseling dan Pendidikan also may contain links to web sites operated by other parties. These links are provided purely for educational purpose.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](#).

Copyright by Rofiq, A. A., & A'yun, A. Q. (2025).

The author(s) whose names are listed in this manuscript declared that they have NO affiliations with or involvement in any organization or entity with any financial interest (such as honoraria; educational grants; participation in speakers' bureaus; membership, employment, consultancies, stock ownership, or other equity interest; and expert testimony or patent-licensing arrangements), or non-financial interest (such as personal or professional relationships, affiliations, knowledge or beliefs) in the subject matter or materials discussed in this manuscript. This statement is signed by all the authors to indicate agreement that the all information in this article is true and correct.

## Jurnal Konseling dan Pendidikan

ISSN 2337-6740 (Print) | ISSN 2337-6880 (Electronic)



# Meningkatkan kompetensi konselor komunitas musyawarah guru bk madrasah tsanawiyah kota surabaya melalui pelatihan hipno konseling

Arif Ainur Rofiq<sup>\*)</sup>, Ariza Qurrata A'yun

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya, Indonesia

## ABSTRACT

Pelatihan hipno konseling untuk meningkatkan kompetensi konselor guru BK Madrasah Tsanawiyah Surabaya ini yang menunjukkan gap untuk diteliti lebih lanjut. Studi literatur terkait hipno konseling dapat menjadi pilihan bagi guru BK untuk meningkatkan kompetensinya dalam melakukan konseling. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk strategi dan dampak hipno konseling sebagai strategi konseling untuk konselor di Komunitas Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) MTS Kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode Participatory Action Research (PAR). Objek penelitian yaitu, MTsN 3 Surabaya, atau Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Surabaya, adalah salah satu sekolah menengah pertama berbasis Islam di Surabaya. Sekolah ini berlokasi di Jl. Medokan Asri Tengah, Medokan Ayu, Kecamatan Rungkut, Kota Surabaya. MTsN 3 Surabaya didirikan pada tanggal 25 November 1995 dan sebelumnya dikenal dengan nama MTsN Rungkut Surabaya. Saat ini, sekolah ini memiliki sekitar 865 siswa dan 64 guru serta staf. m dan setelah mengikuti program. Hasil pelatihan hipno konseling diterapkan dengan langkah-langkah utama sebagai berikut: hasil dari pelatihan hipno konseling menggunakan metode PAR sebagai berikut: (1) Identifikasi masalah dalam penelitian ini memiliki dua masalah yaitu masalah utama dan masalah pendukung. Kedua masalah itu muncul karena krisis pelatihan up grade life skill pada Guru BK Madrasah Tsanawiyah Surabaya. Identifikasi masalah ini akan dibahas detail pada pembahasan analisis data. (2) Pengembangan strategi intervensi dilakukan adanya narasi program yang akan dibahas pada pembahasan analisis data. (3) Refleksi dan evaluasi hasil pelatihan, di mana konselor mengevaluasi perubahan dalam keterampilan konseling sebelum dan setelah mengikuti program.

## Keywords:

Kompetensi konselor  
Pelatihan hipno konseling  
Guru BK kota suarabaya  
*Participatory action ressearch*

## Corresponding Author:

Arif Ainur Rofiq  
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel  
Email: arifainurrofiq@uinsa.ac.id

## Pendahuluan

Penelitian meningkatkan kompetensi konselor sudah ada beberapa penelitian terdahulu yang relevan membahas mengenai hal tersebut. Penelitiannya sebagai berikut, pelatihan konseling naratif (Multisari, 2023), pengembangan kompetensi konselor melalui pelatihan konseling motivational interviewing (MI) berbasis *local wisdom* budaya Jawa (Sugiharto, 2019), kompetensi pedagogik dan profesional guru BK (Wardhani, 2019). Penelitian di atas belum ada yang membahas secara detail untuk meningkatkan kompetensi konselor menggunakan pelatihan hipno konseling. Pelatihan hipno konseling untuk meningkatkan kompetensi konselor guru BK Madrasah Tsanawiyah Surabaya ini

yang menunjukkan *gap* untuk diteliti lebih lanjut. Studi literatur terkait hipno konseling dapat menjadi pilihan bagi guru BK untuk meningkatkan kompetensinya dalam melakukan konseling. Hipno konseling memiliki keunggulan dibandingkan metode terapi lainnya karena menggunakan sugesti untuk mengarahkan pikiran klien (Paramartha, Dharsana, & Suarni, 2017). Proses ini mengubah gelombang otak, membawa klien ke kondisi relaksasi yang mendalam dan kenyamanan yang lebih besar, sehingga hipno konseling menjadi pilihan yang efektif untuk mengatasi masalah kognitif dan perilaku (Rapikah, 2020). Pelatihan hipno konseling akan sangat bermanfaat dalam dunia Pendidikan untuk meningkatkan kemampuan kompetensi konselor para guru BK Madrasah Tsanawiyah.

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian individu. Madrasah Tsanawiyah (MTs) merupakan lembaga pendidikan Islam yang memiliki peran strategis dalam membentuk generasi muda yang berkualitas. Madrasah sebagai lembaga pendidikan Islam memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kepribadian siswa (Ningsih, 2019). Lokasi penelitian pada komunitas Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) MTs Surabaya. Salah satu aspek penting dalam lembaga pendidikan adalah layanan konseling. Konselor, sebagai tenaga profesional di bidang konseling, memiliki peran sentral dalam memberikan layanan konseling yang berkualitas kepada siswa.

Hasil pra observasi di lapangan di beberapa MTs di Surabaya, pemberian layanan konseling di madrasah masih dihadapkan pada beberapa tantangan. Tantangan-tantangan tersebut meliputi keterbatasan sumber daya, kurangnya pengetahuan dan keterampilan konselor (Seprianto, 2023). Menurut data pusat statistik pusat Surabaya jumlah sekolah, guru, dan murid Madrasah Tsanawiyah (MTs) di Bawah Kementerian Agama Menurut Kecamatan di Kota Surabaya, 2022/2023 ditemukan 58 MTS yang terdiri dari 4 MTS Negeri dan 54 MTS swasta (Kota, 2024).

Tiga peran konselor dalam menawarkan layanan bimbingan dan konseling meliputi: kepribadian konselor, kemampuan teknis dan kapasitas untuk menciptakan lingkungan yang ramah. Implementasi layanan bimbingan dan konseling diharapkan lebih efektif dan efisien (Mutia, 2021). Undang-Undang Republik Indonesia nomor 14 tahun 2005 pasal 8, kompetensi guru meliputi kompetensi kepribadian, kompetensi pedagogik, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional yang akan didapatkan jika mengikuti pendidikan profesi (Nasution, 2023). Konselor yang menguasai keempat kompetensi ini dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling secara profesional. Keempat kompetensi dapat dikuasai melalui pelatihan hipno konseling, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi dan keterampilan konselor MGBK MTs Surabaya, sehingga mereka dapat memberikan layanan yang lebih efektif dan efisien kepada siswa (Sari, 2021).

Pemerintah Indonesia juga menyadari urgensi layanan BK di MTs, yakni munculnya Permendikbud Nomor 111 tahun 2014, tentang BK pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Hasil interaksi dengan beberapa guru BK di MTs Surabaya, menunjukkan konselor di madrasah seringkali kurang memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam bidang konseling. Hal ini disebabkan oleh minimnya pelatihan dan pendidikan formal yang diterima oleh konselor, serta kurangnya akses terhadap sumber daya dan informasi terkini dalam bidang konseling (Taufik, 2024).

Masalah ketersediaan layanan konseling yang efektif di madrasah menuntut pengembangan strategi konseling yang sesuai dengan kebutuhan lembaga pendidikan tersebut. Hal ini diperlukan agar konselor dapat memberikan layanan konseling yang berkualitas dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Dari beberapa wawancara dengan guru BK MTs di Surabaya, para guru bimbingan konseling MTs selama ini menggunakan strategi konvensional yang sudah ada, sementara masalah mental saat ini terus berkembang dan membutuhkan strategi yang tepat. Peneliti tertarik dengan salah satu strategi konseling yang semakin populer dalam konteks ini adalah hipno konseling. Strategi ini dianggap efektif karena mampu memberikan solusi yang efektif dalam mengatasi berbagai masalah psikologis yang dihadapi siswa (Sugara, 2024).

Hipno konseling merupakan salah satu strategi konseling yang menggabungkan teknik hipnosis dengan teknik konseling tradisional. Teknik ini telah terbukti efektif dalam membantu individu mengatasi berbagai masalah psikologis seperti kecemasan, stres, depresi, trauma, dan masalah-masalah lainnya. Dalam hipno konseling, konselor menggunakan sugesti positif untuk mengakses alam bawah sadar klien dan mengubah pola pikir atau perilaku yang tidak diinginkan. Dengan hipno konseling, selain dapat melaksanakan bimbingan dan konseling, konselor dapat memberikan terapi dan arahan-arahan kepada klien dengan efektif karena proses ini dilakukan dengan menyampaikan sugesti-sugesti positif secara langsung pada pikiran bawah sadar sebagai pusat kendali klien (andiah, 2015).

Penelitian ini berkontribusi dalam meningkatkan keterampilan konselor melalui pelatihan hipno konseling, yang menggabungkan teknik hipnosis dan konseling tradisional. Pelatihan ini dapat membantu konselor memberikan layanan lebih efektif dalam mengatasi masalah psikologis siswa, seperti stres dan kecemasan, sehingga meningkatkan kesejahteraan mereka. pengabdian kepada masyarakat ini memiliki fokus masalah pada bentuk dan dampak peningkatan kompetensi konselor melalui pelatihan hipno konseling bagi komunitas musyawarah guru BK MTS Kota Surabaya. Metode *Participatory Action Research* (PAR), digunakan dalam penelitian ini untuk melibatkan konselor secara aktif, memastikan strategi yang diterapkan sesuai dengan kebutuhan praktis di lapangan. Metode PAR digunakan dalam pelatihan hipno konseling diterapkan dengan langkah-langkah utama sebagai berikut: (1) Identifikasi masalah bersama-sama, di mana konselor BK MTS di Surabaya dilibatkan dalam mendefinisikan kebutuhan pelatihan Hipno Konseling, (2) Pengembangan strategi intervensi, yang mencakup pelaksanaan pelatihan berbasis hipnoterapi (Rollen, 2019), serta (3) Refleksi dan evaluasi hasil pelatihan, di mana konselor mengevaluasi perubahan dalam keterampilan konseling sebelum dan setelah mengikuti program (Pangesty, 2023).

Pelatihan hipno konseling dapat digunakan Guru BK untuk menjadi konselor yang profesional. Guru BK yang profesional dapat membantu siswa mengatasi berbagai tantangan dan masalah yang mereka hadapi, seperti masalah belajar, gangguan perilaku, masalah emosional, dan masalah-masalah lainnya yang dapat memengaruhi kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Dalam konteks pendidikan, hipno konseling dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam membantu siswa mengatasi berbagai tantangan dan masalah yang mereka hadapi, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan siswa secara keseluruhan (Perdana, 2023).

## Metode

Keunggulan PAR adalah kemampuannya menciptakan lingkungan kolaboratif antara peneliti dan peserta, sehingga memungkinkan implementasi pelatihan yang lebih relevan dan sesuai dengan kebutuhan lapangan. Selain itu, metode ini mengedepankan tindakan reflektif yang mendorong peserta untuk terus menerapkan hasil pelatihan dalam praktik sehari-hari. Penelitian serupa yang menggunakan metode PAR menunjukkan bahwa kolaborasi dan keterlibatan langsung dari peserta penelitian sangat efektif dalam menciptakan perubahan yang berkelanjutan dalam kompetensi profesional (Ramadina, 2024). Sasaran dari program pengabdian masyarakat ini adalah guru Bimbingan Konseling yang tergabung pada MGBK di MTsN 3 Surabaya. Adapun penilaian hasil evaluasi hasil pelatihan, di mana konselor mengevaluasi perubahan dalam keterampilan konseling diambil dari lembar penilaian praktik hipno konseling.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus sampai November dan menggunakan metode PAR yang berfokus pada keterlibatan aktif peserta (konselor) dalam proses penelitian dengan tujuan meningkatkan kompetensi mereka secara langsung melalui pengalaman praktis dan refleksi bersama (Supardi, 2023). Metode *Participatory Action Research* (PAR) dipilih dalam pengabdian ini karena keberhasilan tidak bisa dicapai hanya dengan mengambil keputusan yang tepat pada waktu tertentu. Metode PAR digunakan karena pendekatannya didasarkan pada identifikasi masalah secara sistematis. Metode PAR digunakan dalam pelatihan hipno konseling diterapkan dengan langkah-langkah utama sebagai berikut: (1) Identifikasi masalah bersama-sama, di mana konselor BK MTS di

Surabaya dilibatkan dalam mendefinisikan kebutuhan pelatihan Hipno Konseling, (2) Pengembangan strategi intervensi, yang mencakup pelaksanaan pelatihan berbasis hipnoterapi (Rollen, 2019), serta (3) Refleksi dan evaluasi hasil pelatihan, di mana konselor mengevaluasi perubahan dalam keterampilan konseling sebelum dan setelah mengikuti program (Pangesty, 2023).

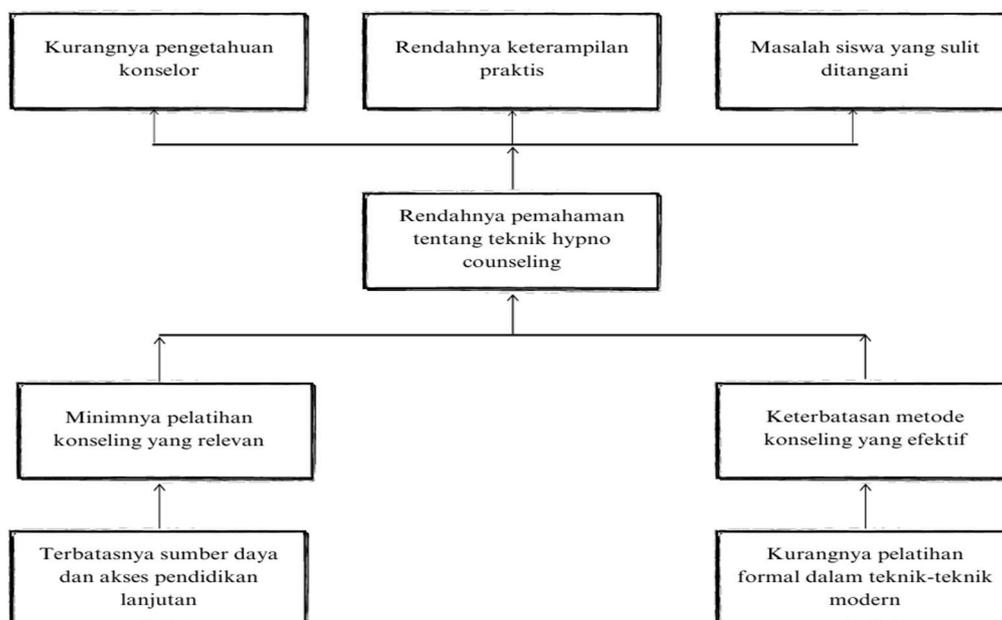
## Hasil dan Pembahasan

Hasil dari pelatihan hipno konseling menggunakan metode PAR sebagai berikut: 1) Identifikasi masalah dalam penelitian ini memiliki dua masalah yaitu masalah utama dan masalah pendukung. Kedua masalah itu muncul karena krisis pelatihan *upgrade life skill* pada Guru BK Madrasah Tsanawiyah Surabaya. Identifikasi masalah ini akan dibahas detail pada pembahasan analisis data. 2) Pengembangan strategi intervensi dilakukan adanya narasi program yang akan dibahas pada pembahasan analisis data. Refleksi dan evaluasi hasil pelatihan di mana konselor mengevaluasi perubahan dalam keterampilan konseling sebelum dan setelah mengikuti program.

Identifikasi masalah dalam penelitian ini memiliki dua masalah yaitu masalah utama dan masalah pendukung. Kedua masalah itu muncul karena krisis pelatihan *upgrade life skill* pada Guru BK (Rahmawati & Suwarjo, 2019) Madrasah Tsanawiyah Surabaya. Identifikasi masalah ini akan dibahas detail pada pembahasan analisis data. Penelitian ini menggunakan pohon masalah digunakan untuk memetakan akar masalah yang dihadapi dalam layanan konseling pada MGBK di MTsN 3 Surabaya, termasuk kendala yang dihadapi oleh konselor. Berikut adalah elemen-elemen yang diidentifikasi:

Tabel 1. Analisis Pohon Masalah

Masalah Utama	Masalah Pendukung
Kurangnya pengetahuan konselor Rendahnya keterampilan praktis	Minimnya pelatihan konseling yang relevan Terbatasnya sumber daya dan akses pendidikan lanjutan
Masalah siswa yang sulit ditangani Rendahnya pemahaman tentang teknik hypno counseling	Keterbatasan metode konseling yang efektif Kurangnya pelatihan formal dalam teknik-teknik modern

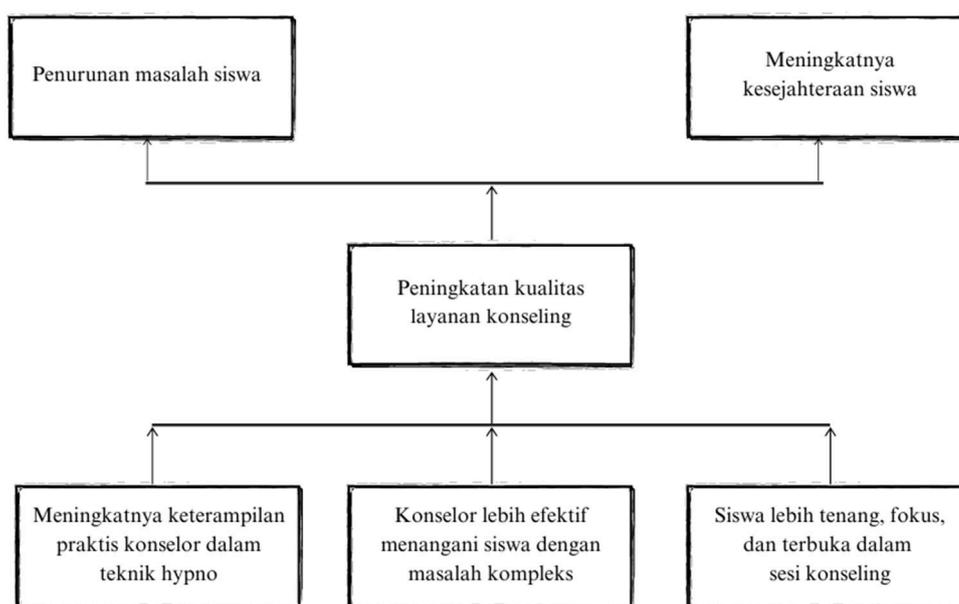


Gambar 1 Analisis Pohon Masalah

Penjelasan pohon masalah diatas terbagi atas masalah utama dan masalah pendukung. Bagan pohon masalah di atas dibuat untuk memvisualisasikan permasalahan yang dijadikan kajian fokus penelitian ini. Dengan dasar logika sebab akibat dengan susunan yang runtut dan sistematis agar pembaca dari kalangan masyarakat dan akademisi dapat memahami secara lengkap dan terstruktur. Setiap akar masalah yang ada dalam pohon masalah diubah menjadi akar solusi atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Pohon harapan berfungsi sebagai panduan untuk merancang program strategis. Setiap akar dari pohon harapan merupakan langkah-langkah awal yang perlu dilakukan untuk mewujudkan harapan tersebut. Dengan demikian, program yang dirancang akan lebih terstruktur, terukur, dan memungkinkan masyarakat untuk secara bertahap mewujudkan solusi terhadap masalah yang dihadapi. Output dari pohon harapan adalah rencana strategis yang dapat diimplementasikan dengan jelas dan terarah.

**Tabel 2. Analisis Pohon Harapan**

<b>Harapan Utama</b>	<b>Harapan Pendukung</b>
Peningkatan kualitas layanan konseling	Meningkatnya keterampilan praktis konselor dalam teknik hypno
Penurunan masalah siswa	Konselor lebih efektif menangani siswa dengan masalah kompleks
Meningkatnya kesejahteraan siswa	Siswa lebih tenang, fokus, dan terbuka dalam sesi konseling



**Gambar 2 Analisis Pohon Harapan**

Pohon Harapan merupakan representasi dari hasil yang diinginkan setelah implementasi strategi hipno konseling pada MGBK di MTsN 3 Surabaya. Pohon ini menggambarkan tujuan akhir yang diharapkan setelah pelatihan konselor dalam teknik hipno konseling. Harapan utama adalah peningkatan kualitas layanan konseling di madrasah, di mana konselor mampu memberikan layanan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Data di atas didukung oleh sumer data di bawah ini.

Komunitas Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) di MTsN 3 Surabaya merupakan wadah profesional yang bertujuan meningkatkan mutu pendidikan melalui layanan bimbingan dan konseling. Komunitas ini memainkan peran penting dalam membantu siswa memahami diri, lingkungan sosial, dan lingkungan belajar. Guru-guru BK yang tergabung dalam MGBK secara rutin melakukan pertemuan bulanan untuk membahas materi layanan dan berbagi solusi terhadap

permasalahan yang dihadapi di sekolah. Komunitas ini aktif dalam mengadakan pelatihan dan workshop untuk meningkatkan kompetensi guru BK dengan melibatkan narasumber ahli. Guru-guru BK di MTsN 3 Surabaya sangat terlibat dalam kegiatan MGBK dan menjalin kolaborasi dengan pihak lain.

MTsN 3 Surabaya, atau Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Surabaya, adalah salah satu sekolah menengah pertama berbasis Islam di Surabaya. Sekolah ini berlokasi di Jl. Medokan Asri Tengah, Medokan Ayu, Kecamatan Rungkut, Kota Surabaya ([mtsn3kotasurabaya, 2024b](#)). MTsN 3 Surabaya didirikan pada tanggal 25 November 1995 dan sebelumnya dikenal dengan nama MTsN Rungkut Surabaya. Saat ini, sekolah ini memiliki sekitar 865 siswa dan 64 guru serta staf ([madrasah.kemenag, 2024](#)). Visi MTsN 3 Surabaya adalah menjadi madrasah yang unggul dalam prestasi, berakhlak mulia, dan berwawasan lingkungan. Misi sekolah ini mencakup meningkatkan kualitas pendidikan, membentuk karakter siswa yang berakhlak mulia, dan mengembangkan potensi siswa secara optimal ([mtsn3kotasurabaya, 2024a](#)).

**Pengembangan strategi intervensi dilakukan adanya narasi program yang akan dibahas pada pembahasan analisis data**

Berdasarkan analisa masalah dan analisa harapan di atas, rencana strategi program yang akan dilakukan peneliti ialah sebagaimana berikut:

**Tabel 3.** Rencana Strategi Aksi

Analisa Masalah	Analisa Harapan	Startegi Program
Kurangnya pengetahuan konselor dan rendahnya keterampilan praktis	Peningkatan kualitas layanan konseling	Pelatihan bagi konselor untuk mempelajari teknik hypnosis
Masalah siswa yang sulit ditangani	Penurunan masalah siswa	Konselor akan mendapatkan bimbingan pasca-pelatihan
Rendahnya pemahaman tentang teknik hypno counseling	Meningkatnya kesejahteraan siswa	Hipno konseling akan diterapkan dalam sesi konseling siswa

**Tabel 3.** Narasi Program

<b>Tujuan (Goal)</b>	Meningkatkan kualitas layanan konseling di Komunitas Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) MTS Kota Surabaya melalui pelatihan hipno konseling bagi konselor.
<b>Hasil (Output)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan konselor dalam menggunakan teknik hipno konseling.</li> <li>2. Peningkatan efektivitas konselor dalam menangani siswa dengan masalah psikologis yang kompleks.</li> <li>3. Meningkatnya kesejahteraan siswa, ditandai dengan penurunan kecemasan, stres, dan masalah perilaku siswa.</li> </ol>
<b>Kegiatan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelatihan intensif, baik secara teoretis maupun praktis, tentang hipno konseling.</li> <li>2. Menerapkan teknik hipno konseling dalam sesi konseling dengan siswa.</li> <li>3. Mengevaluasi kegiatan melalui lembar penilaian praktik hipno konseling, wawancara, dan observasi untuk mengukur dampaknya terhadap siswa dan konselor.</li> </ol>

Proses pendampingan MGBK dalam pelaksanaan hipno konseling di MTsN 3 Surabaya melibatkan beberapa tahapan dan tantangan, baik bagi konselor, siswa, maupun lingkungan madrasah. Tujuan dari pendampingan ini adalah membantu konselor dalam menerapkan teknik hipno konseling

dengan lebih percaya diri dan efektif, sambil memastikan bahwa metode tersebut sesuai dengan nilai-nilai pendidikan Islam dan kebutuhan siswa.

### **Refleksi dan evaluasi hasil pelatihan, di mana konselor mengevaluasi perubahan dalam keterampilan konseling sebelum dan setelah mengikuti program**

Pertama, pendampingan teknis dimulai dengan memberikan pelatihan kepada konselor yang belum banyak mengetahui hipno konseling. Pendampingan ini berfokus pada pengenalan dasar-dasar hipno konseling, cara menggunakannya dalam sesi konseling, dan latihan langsung dengan simulasi kasus nyata. Konselor diberi kesempatan untuk memperdalam keterampilan mereka, sementara pelatih atau narasumber memberikan masukan dan arahan yang diperlukan. Namun, keterbatasan waktu dan sumber daya menjadi tantangan dalam pendampingan ini. Pendampingan terhadap siswa juga sangat penting. Banyak siswa yang menghadapi masalah psikologis dan sosial, seperti tekanan akademik atau kecemasan, sering kali enggan untuk terbuka dalam sesi konseling. Oleh karena itu, konselor dibimbing untuk mendekati siswa dengan cara yang lebih personal, agar mereka merasa nyaman dan bersedia berbagi masalah. Selain itu, pendampingan juga mencakup pentingnya evaluasi berkelanjutan. Setelah pelatihan, perlu dilakukan evaluasi untuk mengukur dampak metode ini terhadap siswa dan perkembangan konselor.

Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung dan umpan balik dari siswa dan konselor serta dari lembar penilaian praktik hipno konseling. Proses pendampingan juga melibatkan adaptasi teknik hipno konseling agar sesuai dengan konteks madrasah yang religius. Konselor dibantu untuk menyesuaikan teknik ini dengan nilai-nilai agama, sehingga metode tersebut tetap efektif namun sesuai dengan norma yang ada. Secara keseluruhan, proses pendampingan ini melalui beberapa tahapan mulai dari pelatihan, praktik langsung, hingga evaluasi.

Penerapan hipno konseling sebagai strategi efektif bagi konselor di Komunitas Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) MTs Kota Surabaya melalui beberapa tahapan penting yang dirancang untuk membantu siswa mencapai keseimbangan mental dan emosional. Tahapan pertama adalah pra-induksi, yaitu fase persiapan untuk menciptakan hubungan yang nyaman dan kondusif antara konselor dan siswa (Purwanto, 2022). Pada tahap ini, konselor membangun rapport dan mengenali kondisi psikologis siswa (Nisa, Supriyo, Leeuwanda, Putra, & Laily, 2024), menciptakan suasana aman yang memudahkan siswa untuk memasuki proses hipnosis.

Selanjutnya, tahap induksi dilakukan (Safitri, 2017), di mana konselor mulai mengarahkan siswa untuk memasuki keadaan relaksasi yang lebih dalam, menggunakan teknik pernapasan atau fokus pada satu objek atau suara. Tahap ini bertujuan untuk membawa siswa ke kondisi gelombang otak yang lebih tenang, seperti alfa atau theta (Anam & Rosi, 2022; Handayani, 2020), sehingga lebih mudah menerima sugesti positif. Setelah induksi, tahap deepening dilakukan untuk memperdalam kondisi trance siswa, sehingga tingkat relaksasi semakin meningkat dan penerimaan terhadap sugesti semakin optimal. Konselor dapat menggunakan teknik seperti penghitung mundur atau imajinasi visual untuk memperdalam keadaan hipnosis ini (Isnaini, 2024).

Tahap berikutnya adalah pemberian sugesti, di mana konselor memberikan sugesti positif yang telah disesuaikan dengan kebutuhan siswa, seperti meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan, atau mengembangkan motivasi belajar (Asni, 2019; Handayani, 2020). Sugesti ini diharapkan dapat tertanam dalam pikiran bawah sadar siswa, yang nantinya dapat memengaruhi sikap dan perilakunya dalam situasi nyata (Ciputri, 2024). Tahap terakhir adalah terminasi, yaitu proses mengakhiri sesi hipnosis secara perlahan, membimbing siswa untuk kembali ke keadaan sadar dengan perasaan nyaman dan tenang. Dalam konteks strategis di madrasah, setiap tahapan ini diintegrasikan untuk meningkatkan keterampilan konselor dalam memberikan dukungan emosional yang efektif dan mendukung perkembangan psikologis siswa secara berkelanjutan.

Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) berbasis hipno konseling di Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) MTsN Kota Surabaya menghasilkan perubahan pada empat aspek utama: sumber daya manusia (SDM), kelembagaan sosial, kebijakan, dan infrastruktur. Pelatihan ini bertujuan meningkatkan keterampilan konselor (Fitriana, 2019), yang terbukti melalui peningkatan

signifikan dalam kemampuan relaksasi, pengendalian emosi, dan interaksi dengan siswa lewat lembar penilaian praktik. Observasi menunjukkan konselor lebih efektif dalam menerapkan teknik-teknik ini dapat memberikan dampak positif pada kualitas layanan mereka.

Dari sisi kelembagaan sosial MGBK juga mengalami peningkatan dalam kolaborasi antar konselor (Putri, 2016), memperkuat pendekatan terpadu dalam menangani masalah siswa. Evaluasi kasus dan monitoring menunjukkan bahwa layanan yang diberikan oleh MGBK menjadi lebih terkoordinasi dan berkualitas. Pada aspek kebijakan, madrasah telah memperbarui pendekatan bimbingan dengan mengadopsi teknik hipno konseling dalam kebijakannya, memastikan bahwa pendekatan ini sesuai dengan nilai-nilai keislaman.

Dukungan infrastruktur, seperti ruang konseling yang memadai, juga mulai diperbaiki secara bertahap, meskipun prosesnya berlangsung bertahap. Keseluruhan program ini memberikan dampak positif bagi kompetensi SDM, penguatan kelembagaan sosial, dan kebijakan bimbingan di madrasah. Evaluasi dan monitoring berkala menjadi kunci dalam menjaga keberlanjutan dan dampak jangka panjang, guna terus meningkatkan kualitas bimbingan dan konseling pada MGBK di MTsN Surabaya.

## Simpulan

Kesimpulan penelitian menunjukkan beberapa dampak penting dari pelatihan hipno konseling terhadap konselor di MGBK MTsN Kota Surabaya dengan menggunakan Metode PAR. Metode PAR digunakan dalam pelatihan hipno konseling diterapkan dengan langkah-langkah utama sebagai berikut: hasil dari pelatihan hipno konseling menggunakan metode PAR sebagai berikut: (1) Identifikasi masalah dalam penelitian ini memiliki dua masalah yaitu masalah utama dan masalah pendukung. Kedua masalah itu muncul karena krisis pelatihan *up grade life skill* pada Guru BK Madrasah Tsanawiyah Surabaya. Identifikasi masalah ini akan dibahas detail pada pembahasan analisis data. (2) Pengembangan strategi intervensi dilakukan adanya narasi program yang akan dibahas pada pembahasan analisis data. (3) Refleksi dan evaluasi hasil pelatihan, di mana konselor mengevaluasi perubahan dalam keterampilan konseling sebelum dan setelah mengikuti program. Bentuk pelatihan intensif hipno konseling mencakup aspek teoretis dan praktis untuk meningkatkan kompetensi konselor. Teknik hipno konseling kemudian diterapkan dalam sesi konseling dengan siswa. Evaluasi dampak program dalam bentuk penilaian pra dan pasca pelatihan untuk mengukur peningkatan kompetensi, observasi langsung dalam penerapan teknik, feedback peserta tentang materi, dan studi kasus untuk menguji pemahaman menggunakan lembar penilaian praktik hipno konseling. Teknik hipno konseling membantu mereka menangani kasus-kasus yang sebelumnya sulit diatasi, seperti siswa dengan kecemasan tinggi, masalah perilaku, dan kesulitan belajar.

## Acknowledgment

Kami menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) UIN Sunan Ampel yang telah memberikan dukungan penuh dan fasilitas yang diperlukan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Dalam pelaksanaan penelitian, kami sangat memperhatikan dan menjunjung tinggi prinsip-prinsip etika akademik, terutama ketika penelitian ini menyangkut masalah pribadi subjek yang bersifat sensitif dan akan dipublikasikan sebagai bahan kajian ilmiah. Sebelum pengumpulan data dimulai, subjek penelitian telah menerima informasi yang jelas mengenai tujuan, metode, dan dampak dari penelitian ini serta menyatakan persetujuannya untuk berpartisipasi. Dengan demikian, subjek memahami bahwa masalah yang diungkapkan akan dianalisis dan dipublikasikan sebagai bagian dari kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan.

## Referensi

- Anam, S., & Rosi, B. (2022). Hipnoterapi sebagai relaksasi otak. *DA'WA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, 1(2).
- andiah, F., A., & Mulyani, R. (2015). Hypnotherapy Sebagai Metode Terapi Bimbingan dan Konseling Islam (Studi pada Lembaga Indonesia Hypnotherapy Association Budi Sarwono Yogyakarta). *Hlsbah: jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 1-16.
- Asni, A. (2019). Pemahaman Guru BK Tentang Teknik Hipnotherapy. *Jurnal Pengabdian*, 5(2).
- Ciputri, L. (2024). Analisa Stres dan Cara Mengatasi dengan Pendekatan menurut Hipnoterapi. *TRIMAS: Jurnal Inovasi dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, <https://ejournal.indrainstitute.id/index.php/trimas/article/view/81534-41>.
- Fitriana, H. (2019). Peran Keterampilan Konselor (Counselor Skill) Sebagai Problem Solving Pada Permasalahan Remaja (Studi Literatur). *Al-Tazkia Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 8(1), 17-28.
- Handayani, N. (2020). Hipnoterapi Konseling. *Muhafadzah*, 1(1), 1-11.
- Isnaini, N. F., Verlandes, Y., & Purnomo, A. H. (2024). Hipnoterapi, Relevansinya Dalam Mempengaruhi Hidup Manusia: Tinjauan Literatur yang sistematis. *Bisman (Bisnis dan Manajemen). The Journal of Business and Management*, <https://ejournal.u>, 495-508. .
- Kota, s. S. (2024, Juni 11). Jumlah Sekolah Guru dan Murid Madrasah Tsanawiyah di Bawah Kementerian Agama madrasah.kemenag. (2024). madrasah. Surabaya: <https://appmadrasah.kemenag.go.id/web/profile?nsm=121135780004&provinsi=35&kota=3578> diakses pada 17 September 2024.
- mtsn3kotasurabaya. (2024a). mtsn3kotasurabaya. Surabaya: <https://mtsn3kotasurabaya.sch.id/profil.php> diakses pada 17 September 2024.
- mtsn3kotasurabaya. (2024b). mtsn3kotasurabaya. Surabaya: <https://www.mtsn3kotasurabaya.sch.id/> diakses pada 17 September 2024.
- Multisari, W., Zen, E. F., Hidayatullah, D., & Rachmawati, I. (2023). Peningkatan Kompetensi Konselor Melalui Pelatihan Konseling Naratif Bagi Guru Bimbingan dan Konseling. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 446-453.
- Mutia, S. (2021). Pelaksanaan Program Layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah Intelektual. *Jurnal ar-rinary.ac.id*, 9920.
- Nasution, L., & Rizkina, S. (2023). Pemberdayaan Guru melalui Peningkatan Profesionalisme Guru. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3971-3976.
- Ningsih, T. (2019). Peran Pendidikan Islam dalam Membentuk Karakter Siswa di Era Revolusi Industri 4.0 di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Banyumas. *INSANIA: Jurnal Pendidikan Alternatif Kependidikan* 220-231.
- Nisa, L. C., Supriyo, A. A., Leeuwanda, A. A., Putra, M. Y., & Laily, W. N. (2024). Survey Tingkat Trust dan Rapport Konselor sebagai Wujud Konselor yang Efektif Berdasarkan Perspektif Siswa. *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 4(2), 137-148.
- Pangesty, E. P., Romiaty, R., Feronika, N., Suratie, M., & Sangalang, O. K. (2023). Pengembangan Kompetensi Manajemen Layanan Bimbingan Dan Konseling Menggunakan Classpoint Pada Guru BK Di Palangka Raya. *Jurnal Pengabdian*, <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/JPLP2KM/article/view/63290>.
- Paramartha, W. E., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2017). Gestalt Counseling with Dialog Game Techniques and Hipno Counseling Techniques for Self Achievement. *Bisma The Journal of Counseling*, 1(1), 39-49.
- Perdana, A., H., & Daulay, A., A. (2023). Efektivitas Bimbingan Konseling Islam dalam Membentuk Karakter Siswa dengan Menggunakan Teknik Hypnotherapy *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 2902-2909.
- Purwanto, A., Taftazani, B. M., & Hidayat, E. N. (2022). Metode Hipnoterapi untuk Penanganan Klien dengan Kebiasaan Merokok. *Share Social Work Journal*, 89-99.

- Putri, A. (2016). Pentingnya kualitas pribadi konselor dalam konseling untuk membangun hubungan antar konselor dan konseli. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 1(1), 10-13.
- Rahmawati, A. H., & Suwarjo, H. B. U. (2019). The effect of basic skills counseling as vital skills in peer counseling to Indonesian students. *Universal Journal of Educational Research*, 7(9), 1874-1881.
- Ramadina, E. (2024). Pelatihan Manajemen Strategi Guru dalam Meningkatkan Prestasi Nonakademik Peserta Didik di MA Al Fattahiyah Tulungagung. *Solidaritas: Jurnal Pengabdian*, <https://ejournal.uinsaizu.ac.id/index.php/sjp/article/view/9992> 107-116.
- Rapikah, R., & Casmini, C. (2020). Pengembangan modul hipno-Neuro Linguistic Programming (NLP) untuk mengatasi stage fright Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. <https://ejournal.unipma.ac.id/index.php/JBK/article/view/58>, 109-120.
- Rollen, A. B. M. F. (2019). Metode hipnoterapi melalui konseling kelompok dalam menghentikan kebiasaan merokok di kalangan anak-anak yatim di Kompleks kebajikan Laila Taib Lot 459, Jalan Sultan Tengah, Petra Jaya, Sarawak, 93050 Kuching, Malaysia <https://etheses.uinsgd.ac.id>, 23664.
- Safitri, M. (2017). Model Konseling Psikodrama dan Hipnoterapi Untuk Meningkatkan Potensi Mahasiswa. *Widya Eksakta*, 1(1), 249370.
- Sari, A., K., & Prayitno, Y., K. (2021). Pelayanan Profesional Guru Bimbingan Konseling dalam Meminimalisir Kesalahpahaman tentang Bimbingan Konseling di Sekolah *Jurnal of Education and Teaching Learning (JETL)*, 36-49.
- Seprianto, S., Kardina, N., Nurmal, I., & Wahyudi, E. (2023). Problematika Bimbingan Konseling Multikultural di SMPIT Aninnda Lubuklingau. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 2240-2250.
- Sugara, G., S., & Fadhilah, R. (2024). Treatment for Social Media Addiction with Hynotic-Oriented Counseling. *Discover Psychology*, 13.
- Sugiharto, D. Y. P., Hariyadi, S., Amin, Z. N., Mulawarman, M., Muslikah, M., & Nugraheni, E. P. (2019). Pengembangan kompetensi konselor melalui pelatihan konseling motivational interviewing (MI) berbasis local wisdom budaya Jawa. *Caradde*, 278245
- Supardi, J. S., Merdias, D., Sepniwati, L., Apandie, C., & Siten, A. D. (2023). Penguatan dalam Pembinaan dan Pembimbingan Karier Siswa SMA Negeri 1 Pulau Malan, Kabupaten Katingan. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, <http://jahe.or.id/in>, 78-87
- Taufik, M., Nurdianah, L., & Zuhdan, M., T. (2024). Kemampuan Konseling Mahasiswa Calon Guru sebagai Profesional Konselor di SD/MI At-Ta'lim. *Jurnal Pendidikan* 54-66.
- Wardhani, N. S., Farida, E., & Yudha, E. S. (2019). Profil kompetensi pedagogik dan profesional guru bimbingan dan konseling SMA di Kota Bandung. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, <http://ijec.ejournal.id/index.php/counseling/art>, 147-154