SMP NEGERI 1 KAYEN

PEDOMAN TEKNIS

"LAYANAN HIPNOKONSELING UNTUK PENGENDALIAN AGRESIFITAS SISWA SMP NEGERI 1 KAYEN"

INOVASI DAERAH 2024

LATAR BELAKANG MASALAH

Agresivitas siswa di lingkungan sekolah semakin menjadi perhatian serius dalam dunia pendidikan. Berbagai bentuk perilaku agresif, seperti perundungan (bullying), pertengkaran antar siswa, hingga pelanggaran disiplin, menunjukkan adanya masalah dalam pengelolaan emosi dan kontrol diri pada peserta didik. Hal ini tidak hanya mengganggu proses pembelajaran, tetapi juga dapat berdampak negatif terhadap perkembangan psikologis dan sosial siswa.

Upaya konvensional seperti bimbingan konseling individual maupun kelompok kadang belum cukup efektif dalam menangani agresivitas yang bersumber dari masalah psikologis yang lebih dalam. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan inovatif yang lebih mendalam dan menyentuh aspek bawah sadar siswa.

- **Memperkuat Kontrol Emosi**
- **Kekerasan Antar Pelajar**
- **Bullying di Lingkungan Sekolah**

RUMUSAN MASALAH

Hipnokonseling sebagai gabungan antara hipnoterapi dan konseling, menjadi alternatif baru yang potensial untuk diterapkan. Metode ini bekerja dengan memasuki alam bawah sadar siswa untuk menanamkan sugesti positif, memperkuat kontrol emosi, serta menyelesaikan konflik internal yang memicu agresivitas. Layanan ini memberikan pendekatan yang lebih personal, efektif, dan bersifat jangka panjang dalam perubahan perilaku siswa.

Adapun permasalahan makro adalah tingginya angka kekerasan antar pelajar dan bullying di lingkungan sekolah dan kurangnya pendekatan psikologis yang tepat dalam menangani perilaku agresif siswa. Sedangkan permasahan mikro adalah siswa tidak mampu mengenali dan mengelola emosi negatif, Guru BK belum memiliki metode yang mendalam untuk penanganan siswa dengan masalah agresivitas, ketergantungan pada pendekatan sanksi atau hukuman yang tidak menyentuh akar permasalahan psikologis.

Metode Sebelum Inovasi

Penanganan agresivitas hanya dilakukan melalui konseling konvensional, pemberian sanksi, dan pemanggilan orang tua, tidak ada pendekatan yang menyentuh level bawah sadar siswa secara langsung.

Metode Setelah Inovasi

digunakan teknik hipnoterapi ringan (non medis) seperti relaksasi, visualisasi, dan sugesti positif, konselor mampu membantu siswa memahami akar emosional agresivitasnya. Siswa dibimbing untuk membentuk pola pikir positif, empati, dan kontrol diri melalui sesi hipnokonseling.

Keunggulan Inovasi

Keunggulan inovasi ini adalah mengintegrasikan dua pendekatan psikologis: hipnosis dan konseling. Lebih cepat mencapai efek perubahan perilaku karena bekerja langsung pada alam bawah sadar. Dapat diterapkan oleh guru BK yang telah mendapatkan pelatihan khusus, tanpa harus selalu melibatkan tenaga medis

Pembaharuan Inovasi

Kebaruan inovasi ini adalah mengintegrasikan dua pendekatan psikologis: hipnosis dan konseling. Lebih cepat mencapai efek perubahan perilaku karena bekerja langsung pada alam bawah sadar. Dapat diterapkan oleh guru BK yang telah mendapatkan pelatihan khusus, tanpa harus selalu melibatkan tenaga medis

TUJUAN PENELITIAN

- Menanamkan nilai-nilai positif pada alam bawah sadar siswa, seperti empati, kesabaran dan kedamaian batin
- Mengurangi agresivitas siswa melalui pendekatan psikologis yang mendalam
- Meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola emosi dan stres terutama dalam situasi yang memicu kemarahan atau frustasi
- Memberikan Alternatif metode layanan konseling yang lebih efektif dan inovatif bagi guru BK
- Menciptakan iklim sekolah yang lebih kondusif , aman dan harmonis

MANFAAT INOVASI

- Meningkatkan konsentrasi dan fokus belajar
- Mengatasi kecemasan saat ujian
- Menghilangkan kebiasaan menunda-nunda
- Meningkatkan kepercayaan diri
- Mengelola stres akademik
- Memperbaiki pola tidur dan keseimbangan emosi
- Menyembuhkan luka emosional dan trauma

HASIL INOVASI

- Penurunan signifikan dalam intensitas dan frekuensi perilaku agresif, berdasarkan observasi guru dan laporan teman sebaya.
- Peningkatan kesadaran diri siswa terhadap penyebab emosi negatif dan kemampuan untuk mengendalikannya secara lebih sehat.
- Meningkatnya hubungan sosial yang lebih positif antar siswa, serta berkurangnya kasus konflik di lingkungan sekolah
- Respon positif dari siswa terhadap sesi hipnokonseling,yang mereka anggap menenangkan dan membantu memahami diri lebih dalam.
- Tersedianya model layanan konseling alternatif yang bisa direplikasi oleh sekolah lain dalam penanganan perilaku agresif