

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil pembuatan plagiat atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuatu dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 19 Juni 2020  
Penulis

**Rizky Andrawan**  
NIM: 153400496

## ABSTRAK

Nama: **Rizky Andrawan**, NIM: **153400496**, Judul Skripsi: **Penerapan Hipnoterapi Dalam Mengurangi Kecanduan Merokok Pada Mahasiswa** (Studi Kasus di Jurusan Bimbingan Konseling Islam angkatan 2015 Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten), Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Tahun 2020.

Perilaku merokok merupakan salah satu perilaku yang terbentuk melalui pengaruh lingkungan dan keingintahuan seseorang. Pada fase remaja akhir menuju dewasa akan terjadi perubahan-perubahan seperti bentuk fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial. Orang yang sudah kecanduan rokok akan sulit untuk berhenti. Hal itu terjadi karena pada rokok terkandung zat adiktif yang dapat memberikan efek ketergantungan pada penggunaanya. Beberapa diantaranya memiliki keinginan untuk berhenti merokok tetapi mengalami kesulitan.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) bagaimana kondisi mahasiswa yang merokok di jurusan BKI Fakultas Dakwah UIN SMH Banten? 2) bagaimana penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok pada mahasiswa jurusan BKI Fakultas Dakwah UIN SMH Banten? 3) bagaimana dampak penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok pada mahasiswa di jurusan BKI Fakultas Dakwah UIN SMH Banten?

Tujuan dari penelitian adalah: 1) untuk mengetahui kondisi mahasiswa yang merokok di jurusan BKI Fakultas Dakwah UIN SMH Banten. 2) untuk mengetahui penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok pada mahasiswa Jurusan BKI Fakultas Dakwah UIN SMH Banten. 3) untuk mengetahui dampak penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok pada mahasiswa di jurusan BKI Fakultas Dakwah UIN SMH Banten.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dan lisan dari perilaku klien yang diamati. Pengumpulan data yang di gunakan yaitu: observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik konseling yang digunakan adalah hipnoterapi. Dengan metode pengukur tingkat kecanduan rokok yaitu *fagerstrom tolerance questionnaire* (FTQ).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menyimpulkan bahwa, 1.

Kondisi mahasiswa yang merokok di Jurusan BKI yaitu tidak bisa mengontrol kebiasaan merokok yang menyebabkan boros dalam pengeluaran dan ketika melakukan aktivitas berat mudah lelah. 2) penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok pada mahasiswa, langkah-langkahnya sebagai berikut: Pertama, pembukaan. Kedua, penggalian latar belakang masalah. Ketiga, terapi. Keempat, penyelesaian masalah dan terapi. Kelima, penutup. 3) Penggunaan tehnik hipnoterapi secara signifikan dapat mengurangi kecanduan merokok pada mahasiswa. Hal ini dapat di lihat dari hasil tes FTQ yang mengalami penurunan setelah penerapan hipnoterapi. Namun perubahan tingkat kecanduan rokok dapat berbeda-beda, hal itu dipengaruhi oleh 2 faktor, yakni: lingkungan dan diri sendiri.

## ABSTRACT

Name: **Rizky Andrawan**, NIM: **153400496**, Thesis title: **The Application Of Hypnotherapists To Reduce Smoking Addiction To Students** (a case study in Islamic counseling Department of Islam, 2015 Faculty of Da'wah, Islamic State University of Sultan Maulana Hasanuddin Banten), Department of Islamic counseling, Faculty of Da'wah, Islamic State University of Sultan Maulana Hasanuddin Banten, year 2020.

Smoking behavior is one of behaviors that created through the relationship of the environment and someone curiosity. In the late adolescent phase towards adulthood there will be changes such as general physical shape, cognitive and social development. People who are addicted to cigarettes will find it difficult to stop. This happens because cigarettes contain addictive substances that can give addicted effect for the user. Some people want to stop smoking but it's difficult for them.

Based on the background of the problem above, the problem formulations of this research are : 1) How is the condition of students who smoke in the department of BKI Da'wah Faculty of SMH Banten? 2) How to apply hypnotherapy in reducing smooking addiction in the students of BKI faculty of Da'wah UIN SMH Banten? 3) How is the hypnotherapy application impact in reducing smooking addiction for students in the BKI faculty of Da'wah UIN SMH Banten?

The purposes of this study are: 1) to know the condition of the students who smoke in the school of BKI Da'wah UIN SMH Banten. 2) to know the application of hypnotherapy in reducing smooking addiction in the students of BKI Department of Da'wah faculty UIN SMH Banten. 3) to know the hypnotherapy application impact in reducing smooking addiction to the students in the course of BKI Faculty of Da'wah UIN SMH Banten.

The method that used by researcher is qualitative, which produce descriptive data in the form of written and oral words from clients. The data collection that used by the researcher such as: observation, interviews, and documentation. The counseling technique used is hypnotherapy, with the method of measuring the level of cigarette addiction is the fagerstrom tolerance questionnaire (FTQ).

The results of the research conducted by the researchers concluded that, 1. The condition of students who smoke in BKI department is not able to control smoking habits that cause wasteful in production and when doing heavy activities are easily tired. 2) Application of hypnotherapy in reducing the smoking addiction in students, the following steps: First, the opening. Secondly, the background extracting problem. Third, therapy. Fourth, problem solving and therapy. Fifth, concluding. 3) The use of significant hypnotherapy techniques can reduce smoking addiction to students. This can be seen from FTQ test results that have decreased after the application of hypnotherapy. But the change in cigarette addiction levels can vary, it is influenced by two factors: environment and oneself.



**FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Jl. Jenderal Sudirman No. 30 Serang 42118 Telp.(0254) 2003323 Fax.(0254) 200022

---

Nomor : Nota Dinas  
Lamp : Skripsi  
Hal : **Ujian Skripsi**  
**a.n. Rizky Andrawan**  
**NIM : 153400496**

Kepada Yth  
**Dekan Fakultas Dakwah**  
**UIN “SMH” Banten**  
Di –  
Serang

*Assalamu’alaikum Wr. Wb.*

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi Saudara **Rizky Andrawan**, NIM : 153400496, yang berjudul *Penerapan Hipnoterapi Dalam Mengurangi Kecanduan Merokok Pada Mahasiswa* (Studi Kasus di Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN SMH Banten), telah memenuhi syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian, atas perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu’alaikum Wr. Wb.*

Serang, 19 Juni 2020

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. H. Erdi Rujikartawi, M.Hum.**  
NIP. 19730906 200501 1 003

**Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

**PENERAPAN HIPNOTERAPI DALAM MENGURANGI  
KECANDUAN MEROKOK PADA MAHASIWA**

(Studi Kasus di Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah  
Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten)

Oleh :

**Rizky Andrawan**  
NIM : 153400496

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. H. Erdi Rujikartawi, M.Hum.**  
NIP. 19730906 200501 1 003

**Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

Mengetahui

Dekan  
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan  
Bimbingan Konseling Islam

**Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag.**  
NIP. 19631115 199403 1 002

**H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd**  
NIP: 19730328 201101 1 001



## **PERSEMBAHAN**

Bismillahirrohmanirrohimm Dengan rahmat Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang, skripsi ini saya persembahkan sebagai wujud nyata dan cinta serta rasa syukur kehadiran Allah SWT hanya dengan kuasa dan izinnya skripsi ini dapat terselesaikan.

Kupersembahkan skripsi ini kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi ayahanda dan ibunda tercinta. Bapak Mujiatno dan Ibu Jumiyati yang mendidik dengan penuh perjuangan dan membimbing dengan penuh kesabaran dan selalu memberikan lantunan doa disetiap sujudnya, kasih sayang, segala dukungan, pengorbanan yang tiada terhingga tidak mungkin dapat bisa kubalas. Tidak lupa kepada keluarga-keluargaku selama menimba ilmu di kampus yakni, keluarga besar UKM Kepalangmerahan, keluarga besar Jurusan Bimbingan Konseling Islam, dan keluarga besar BKI Berr angkatan 2015 yang telah memberikan ilmu dan pelajaran berharganya, serta seluruh teman-teman yang telah memberikan motivasi, do'a dan bantuan dengan ikhlas.

## **MOTTO HIDUP**

*“Ubah pikiranmu dan kau dapat  
mengubah duniamu”*

*(Rizky Andrawan)*



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Rizky Andrawan, lahir di Tangerang 23 September 1996. Merupakan anak kedua dari dua bersaudara yang bernama Bapak Mujiatno dan Ibu Jumiyati, yang beralamat di Balaraja, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten.

Pendidikan formal yang ditempuh penulis adalah SD Negeri 1 Balaraja (2009), SMP Negeri 1 Balaraja (2012), SMK Negeri 1 Kabupaten Tangerang (2015). Kemudian lulus sebagai Sarjana Sosial di UIN SMH Banten (2020), dengan program Srata 1 (S1) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Pengalaman penulis sebagai mahasiswa dalam berorganisasi yaitu, UKM Kepalangmerahan KBM UIN SMH Banten (UKM KPM), Himpunan Mahasiswa Tangerang Banten Raya (HIMATA-BTR), Himpunan Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam (HMJ BKI), Community Of Counselor (COC), Counseliing Movie (COVIE), Counseling Music (COMIC) dan Perhimpunan Konselor Muda Indonesia (PKMI) Gempita Banten. Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Shalawat serta salam semoga tetap tercurah limpahkan kepada Rasulullah SAW, keluarga, para sahabat, dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Dengan pertolongan Allah SWT dan usaha yang sungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Penerapan Hipnoterapi Dalam Mengurangi Kecanduan Merokok Pada Mahasiswa**” (Studi kasus di Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN SMH Banten), dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan kelemahan baik dari segi penyajian, penjelasan, penyusunan, dan redaksi kalimat maupun dari segi pengetikan. Hal ini dikarenakan keterbatasan kemampuan dan pengetahuan penulis dalam penyusunan skripsi ini. Dan skripsi ini kemungkinan tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M. A. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar di UIN SMH Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

3. Bapak H. Agus Sukirno, S.Ag, M.pd. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan arahan, dan motivasi kepada penulis.
4. Dr. H. Erdi Rujikartawi, M.Hum selaku pembimbing I dan Bapak Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd Pembimbing II, yang telah memberikan nasehat, bimbingan, dan saran-saran selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama mengikuti perkuliahan.
6. Rekan-rekan dan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Atas Segala bantuan serta motivasi yang telah diberikan, penulis berharap semoga Allah SWT membalasnya dengan pahala yang berlipat ganda. Penulis berharap kiranya karya tulis dapat bermanfaat bagi penulis khususnya, dan bagi para pembaca pada umumnya.

Serang, 19 Juni 2020

Rizky Andrawan  
NIM: 153400496

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACK</b> .....	iii
<b>NOTA DINAS</b> .....	iv
<b>LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH</b> .....	v
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>MOTTO</b> .....	viii
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar belakang masalah .....	1
B. Rumusan masalah.....	8
C. Tujuan masalah.....	8
D. Manfaat penelitian .....	9
E. Tinjauan pustaka.....	10
F. Kerangka teori .....	13
G. Metodologi penelitian.....	26
H. Sistematika Penulisan .....	33
<b>BAB II KONDISI OBYEKTIF MAHASISWA BIMBINGAN</b>	
<b>KONSELING ISLAM</b>	
A. Gambaran umum jurusan BKI.....	35
B. Deskripsi mahasiswa angkatan 2015 jurusan BKI .....	40

C. Kondisi umum mahasiswa yang merokok di jurusan BKI .....	41
---	----

### **BAB III PROFIL MAHASISWA YANG MEROKOK**

A. Responden.....	43
B. Latar belakang responden merokok.....	49
C. Dampak kecanduan merokok yang dialami responden .....	55

### **BAB IV DAMPAK HIPNOTERAPI DALAM MENGURANGI KECANDUAN MEROKOK**

A. Penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok pada responden .....	71
B. Dampak penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok pada responden .....	91
C. Faktor penghambat dan pendukung penerapan hipnoterapi dalam mengurangi kecanduan merokok.....	103

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	105
B. Saran .....	107

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**