

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 dibidang penulisan karya ilmiah.

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

Serang, 10 Juni 2021

Penulis

Muhamad Rozak Kurniawan
NIM : 171340083

ABSTRAK

Nama: **Muhamad Rozak Kurniawan** NIM: **171340083**,
Judul Skripsi: **Penerapan *Self Hypnosis* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten)**. Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Kurangnya rasa percaya diri disebabkan karena kejadian di masa lalu atau adanya penyimpangan cara berfikir individu. Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1). Bagaimana kondisi kepercayaan diri berbicara di depan publik pada mahasiswa Fakultas Dakwah? 2). Apakah teknik *self hypnosis* dapat meningkatkan kepercayaan diri berbicara di depan publik pada mahasiswa Fakultas Dakwah? 3). Bagaimana hasil penerapan teknik *self hypnosis* dalam meningkatkan kepercayaan diri berbicara di depan publik pada mahasiswa Fakultas Dakwah?.

Adapun Tujuan yang ingin dicapai adalah: 1). Untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri berbicara di depan publik pada mahasiswa di Fakultas Dakwah. 2). Untuk menerapkan teknik *self hypnosis* dalam meningkatkan kepercayaan diri berbicara di depan publik pada mahasiswa di Fakultas Dakwah. 3). Untuk mendeskripsikan hasil dari penerapan *self hypnosis* untuk meningkatkan kepercayaan diri berbicara di depan publik pada mahasiswa di Fakultas Dakwah.

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan tindakan. Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan observasi, kuesioner, wawancara, dan dokumentasi.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa gejala tidak percaya diri berbicara di depan publik adalah malu, takut dan badan bergemetar. *Self hypnosis* adalah teknik untuk mengenali pikiran bawah sadar. Individu dapat memberi sugesti bahwa ia mampu berbicara di depan publik dengan percaya diri.

Kata kunci: *Self hypnosis*, Kepercayaan diri, Mahasiswa

ABSTRACT

Name: **Muhamad Rozak Kurniawan** NIM: **171340083**,
Thesis Title: **Application of Self Hypnosis to Increase Public Speaking Confidence in Students (Study at the Da'wah Faculty of UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten)**. Islamic Counseling Guidance Study Program, Faculty of Da'wah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Lack of self-confidence is caused by events in the past or a deviation from the individual's way of thinking.

The formulation of the problem in this study are: 1). How is the condition of confidence in speaking in public to the students of the Da'wah Faculty? 2). Can self hypnosis technique increase the confidence of speaking in public for the students of the Da'wah Faculty? 3). How are the results of applying self-hypnosis techniques in increasing the confidence of speaking in public for the students of the Da'wah Faculty?

The objectives to be achieved are: 1). To describe the application of self hypnosis to increase confidence in public speaking to students at the Faculty of Da'wah. 2). To find out the application of self-hypnosis techniques to increase confidence in public speaking for students at the Da'wah Faculty. 3). To describe the results of the application of self hypnosis to increase confidence in public speaking to students at the Da'wah Faculty.

The method used in this research is a qualitative method with an action approach. In collecting data, researchers used observations, questionnaires, interviews, and documentation.

From the results of the study, it can be concluded that the symptoms of not being confident in speaking in public are shame, fear and body shaking. Self hypnosis is a technique to recognize the subconscious mind. Individuals can give suggestions that he is able to speak in public with confidence.

Keywords: Self hypnosis, Confidence, Student



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

Nomor : Nota Dinas
Lamp : -
Hal : **Ujian Munaqasyah**
a.n. Muhamad Rozak
Kurniawan
NIM: 171340083

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah
UIN SMH BANTEN
Di-
Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Muhamad Rozak Kurniawan** NIM: **171340083** dengan Judul: **“Penerapan *Self Hypnosis* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten)”** Diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan agar segera dimunaqasyahkan.

Demikian, atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Serang, 10 Juni 2021

Pembimbing I

Dr. Yanwar Pribadi, M.A.
NIP: 197801222005011002

Pembimbing II

H. Agus Sukirno, M. Pd.
NIP: 197303282011011001

**PENERAPAN *SELF HYPNOSIS* UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI BERBICARA
DI DEPAN PUBLIK PADA MAHASISWA**

(Studi Di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin

Banten)

Oleh:

Muhamad Rozak Kurniawan

171340083

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Yanwar Pribadi, M.A.

NIP: 197801222005011002

Pembimbing II

H. Agus Sukirno, M. Pd.

NIP: 197303282011011001

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah

Ketua
Jurusan Bimbingan Konseling Islam

Dr. H. Suadi Sa'ad, M. Ag.

NIP.196311151994031002

H. Agus Sukirno, M. Pd.

NIP: 197303282011011001

PENGESAHAN

Skripsi a.n **Muhamad Rozak Kurniawan**, NIM: **171340083**, judul skripsi: **Penerapan *Self Hypnosis* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten)** telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten Pada 24 Juni 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Serang, 24 Juni 2021

Sidang Munaqasyah

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,

Iwan Kosasih, S.Kom.,M.M.Pd.

NIP. 19790225 200604 1 001

Anggota

Maya Aufa, S.Th.I., M.S.I

NIDN. 2013068302

Penguji I

Penguji II

Dr. Erdi Rujikartawi, S.Sos. M. Hum

NIP: 19730906 200501 1 003

Dra. Eni Nur'aeni, M.SI

NIP. 19600808 199103 2 002

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Yanwar Pribadi, M.A.

NIP: 197801222005011002

H. Agus Sukirno, M. Pd.

NIP: 197303282011011001

PERSEMBAHAN

Puji syukur atas rahmat Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua tersayang, Bapak Suhadi dan Ibu Kurniasih yang telah merawat dan mendidik saya, serta selalu mendoakan dan mendukungku. Serta kepada seluruh keluarga besar yang selalu mendukungku dan memberi semangat baik lahir dan batin, serta selalu ada ketika dalam kesulitan dan kesusahan. Dan tidak lupa kepada para dosen serta kepada teman-teman saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah mendukung dan memotivasiku sehingga saya sampai dititik sekarang ini. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikanmu dan menyertai semua langkah kita semua.

MOTTO

وَلَا تَأْتِيَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْتِيَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكٰفِرُونَ

*dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya
yang berputus asa dari rahmat Allah, hanyalah orang-orang
yang kafir.*

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Muhamad Rozak Kurniawan, lahir di Serang, 23 Oktober 1998. Penulis beralamat di Jl. Ksatria Dalam RT 01 RW 05 Desa Cipare Tegal Kecamatan Serang, Kota Serang Provinsi Banten. Penulis adalah anak ke tiga dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Suhadi dan Ibu Kurniasih.

Jenjang pendidikan formal yang ditempuh SDN 4 Kota Serang tahun 2011, MTS SA Hidayatul Athfal lulus tahun 2014, SMA Informatika Kota Serang lulus tahun 2017. Kemudian penulis melanjutkan ke perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten mengambil Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut, penulis aktif di Himpunan Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam di bidang Eksternal pada tahun 2018. Selain itu juga aktif di komunitas jurusan yaitu Komunitas Counseling Music sebagai ketua umum pada tahun 2019. Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah UIN “SMH” Banten. Shalawat beserta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikut ajaran Islam sampai akhir zaman.

Dengan pertolongan Allah dan usaha yang bersungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: Penerapan “Penerapan *Self Hypnosis* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten)”.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, kelemahan dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat sebagai bahan pertimbangan dan khazanah ilmu pengetahuan bagi para pembaca.

Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A., Rektor UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa'ad, M. Ag., Dekan Fakultas Dakwah, UIN 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 UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan arahan, mendidik dan memberikan motivasi kepada penulis.
4. Bapak Dr. Yanwar Pribadi, M.A. pembimbing I dan H. Agus Sukirno, S. Ag., M.Pd. pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan, motivasinya kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga, dan pikirannya dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di UIN, Pengurus perpustakaan umum, Staff Akademik, dan karyawan UIN, yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga selama penulis kuliah di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

6. Seluruh responden yang telah meluangkan waktunya, khususnya ARA, ADS, MFDJ dan PBH yang telah bersedia membantu selama proses penyusunan skripsi sampai selesai.
7. Seluruh keluarga terutama, Bapak Suhadi dan Ibu Kurniasih yang senantiasa mendoakan dan memberi dukungan kepada penulis, juga kakak-kakakku yang memberikan dukungan dan motivasi selama penyusunan skripsi.
8. Kepada Mita Alfani seorang sahabat yang senantiasa mendo'akan dan mengarahkan penulis selama penyusunan skripsi.
9. Sahabat-sahabat Bar Bar Squad (Amin, Ajei, Angga, Kelvin, Iqbal, Mita, Hanifah, Novia, Ima, dan Intan), COMIC, COC Azizulhakim, Iip Muflihini, Dije dan teman-teman BKI angkatan 2017 khususnya BKI B yang telah kebersamaian selama masa perkuliahan dan memberi semangat pada saat menyusun skripsi.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Serang, 10 Juni 2021

Penulis

Muhamad Rozak Kurniawan
NIM: 171340083

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACK	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSYAH	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Kajian Pustaka.....	11

F. Kerangka Teori.....	13
G. Metode Penelitian.....	26
H. Sistematika Pembahasan	31

BAB II GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN

A. Sejarah Fakultas Dakwah	33
B. Profil Fakultas Dakwah.....	37
C. Visi, Misi, Tujuan dan Struktur Organisasi	41

BAB III GAMBARAN UMUM KLIEN

A. Profil Klien.....	46
B. Faktor yang Menyebabkan Klien Tidak Percaya Diri Ketika Berbicara Di Depan Publik	50
C. Kondisi Klien yang Tidak Percaya Diri Berbicara Di Depan Publik.....	53

BAB IV PENERAPAN *SELF HYPNOSIS* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI BERBICARA DI DEPAN PUBLIK PADA MAHASISWA

A. Proses Penerapan <i>Self Hypnosis</i> Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa	56
---	----

B. Hasil Dari Penerapan <i>Self Hypnosis</i> Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Berbicara Di Depan Publik Pada Mahasiswa.....	71
--	----

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	83
B. Saran.....	85

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Program Studi Fakultas Dakwah	38
Tabel 4.1 Laporan Hasil <i>Tretment</i>	80

