

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Broken home merujuk pada kondisi keluarga yang tidak sehat serta gagal menjalankan fungsi sebagai keluarga yang rukun, damai, dan sejahtera. Situasi ini umumnya ditandai dengan adanya gangguan dan konflik yang berujung pada pertengkaran maupun perpisahan. Istilah ini kerap dipahami sebagai keadaan di mana keluarga tidak lagi utuh atau harmonis, dengan kedua orang tua yang hidup terpisah.

Pada kenyataannya, *broken home* dapat menimbulkan dampak negatif bagi sebagian besar anak yang terpisah akibat kondisi tersebut. Mereka cenderung terdorong ke arah perilaku dan perasaan negatif seperti kemarahan, ledakan emosi, kesepian, kecenderungan menyalahkan dan mengasihani diri sendiri, rasa takut, serta perasaan tertindas di lingkungannya. Hal ini berpotensi menurunkan semangat hidup mereka. Dari sisi psikologis, individu yang mengalami *Broken home* umumnya merasakan patah hati, sakit hati, kekecewaan, dan keputusasaan, hingga memandang hidup sebagai sesuatu yang tidak lagi bermakna. (Dwi F. A, Rasimin & Preddi S, 2023: 86-87).

Self-harm adalah tindakan sengaja menyakiti atau melukai diri sendiri yang dilakukan individu sebagai respons terhadap emosi yang dialaminya. Perilaku ini termasuk salah satu fenomena dalam kesehatan mental yang berfungsi sebagai mekanisme koping maladaptif, di mana individu menggunakan rasa sakit fisik

sebagai cara untuk meredakan stresor atau tekanan emosional. (Saridewi, M. I., & Siti, I.S., 2023: 441).

Dari hasil observasi awal di kelas VIII SMPN 51 Bandung pada tanggal 12 Desember 2024, ditemukan lima siswa yang melakukan tindakan *self-harm* seperti melukai diri dengan benda tajam, membenturkan kaki ke tangga, memukul kepala menggunakan tangan, mengonsumsi obat-obatan terlarang, dan meminum minuman keras. Para siswa tersebut berasal dari keluarga dengan latar belakang *Broken home* yang memicu ketidakstabilan emosional. Bahkan, salah satu di antaranya pernah mengalami overdosis hingga menyebabkan koma selama tiga hari.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK, dari permasalahan yang ditemukan dibutuhkan layanan hipnokonseling yang bertujuan untuk membantu siswa menanamkan sugesti positif untuk mengurangi dorongan melukai diri, mengatasi akar masalah psikologis, membangun pola pikir sehat, mengendalikan emosi, serta mengajarkan cara menghadapi stres tanpa menyakiti diri sendiri.

Hipnokonseling adalah strategi konseling yang memadukan teknik hipnosis dengan metode konseling konvensional. Pendekatan ini terbukti efektif dalam membantu individu mengatasi berbagai permasalahan psikologis, seperti kecemasan, stres, depresi, trauma, dan masalah lainnya. Dalam praktik hipnokonseling, konselor memanfaatkan sugesti positif untuk menjangkau alam bawah sadar klien, sehingga dapat mengubah pola pikir maupun perilaku yang tidak diinginkan. Melalui hipnokonseling, konselor tidak hanya menjalankan fungsi

bimbingan dan konseling, tetapi juga mampu memberikan terapi serta arahan kepada klien secara efektif. (Rofiq, A. A. & A'yun, A. Q: 186).

Masalah ini menarik untuk diteliti karena mencerminkan keterkaitan antara kondisi keluarga yang tidak harmonis dengan perilaku *self-harm* pada siswa. Perilaku ini juga menunjukkan kompleksitas masalah kesehatan mental yang melibatkan faktor psikologis, sosial, dan lingkungan keluarga. Selain itu, dampak serius seperti overdosis dan risiko kesehatan fisik menunjukkan bahwa masalah ini berada pada tingkat yang sangat berbahaya dan membutuhkan penanganan segera.

Melalui Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif mengenai faktor penyebab serta pola perilaku *self-harm* pada siswa kelas VIII di SMPN 51 Bandung. Penelitian ini juga penting untuk memberikan rekomendasi intervensi yang tepat, baik melalui program konseling sekolah maupun dukungan keluarga, sehingga dapat membantu mencegah perilaku serupa di masa depan.

Dalam pelaksanaannya, layanan hipnokonseling diharapkan mampu membantu siswa mengatasi permasalahan mereka dan menjalani kehidupan dengan cara yang lebih positif. Oleh karena itu, Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, sehingga diberi judul “Layanan Hipnokonseling dalam Menangani *Self-harm* pada Siswa Korban *Broken Home*.”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka fokus penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk-bentuk *self-harm* pada siswa korban *Broken home* di SMPN 51 Bandung?
2. Bagaimana proses layanan hipnokonseling dalam menangani *self-harm* pada siswa korban *Broken home* di SMPN 51 Bandung?
3. Bagaimana hasil layanan hipnokonseling dalam menangani *self-harm* pada siswa korban *Broken home* di SMPN 51 Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, selaras dengan fokus penelitian yang telah disebutkan sebelumnya, adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui bentuk-bentuk *self-harm* pada siswa korban *Broken home* di SMPN 51 Bandung.
2. Mengetahui proses layanan hipnokonseling dalam menangani *self-harm* pada siswa korban *Broken home* di SMPN 51 Bandung.
3. Mengetahui hasil layanan hipnokonseling dalam menangani *self-harm* pada siswa korban *Broken home* di SMPN 51 Bandung.

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi, baik secara teoretis maupun praktis, yang bermanfaat bagi pihak-pihak terkait.

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya pengetahuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya mengenai penanganan perilaku *self-harm* pada siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Pendekatan hipnokonseling yang diangkat dalam penelitian ini juga besar harapan bisa menjadi bagian dari pengembangan metode konseling yang lebih mendalam,

menyentuh aspek psikologis dan spiritual. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan sekaligus referensi bagi sivitas akademika maupun peneliti lain yang ingin mengkaji tema serupa pada masa mendatang.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi penulis, penelitian ini menjadi sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan, sekaligus memperdalam pemahaman dan mengasah keterampilan intelektual dalam menangani permasalahan nyata di lapangan.
- b. Bagi kalangan akademisi, penelitian ini dapat dijadikan rujukan tambahan bagi dosen, mahasiswa, maupun peneliti yang ingin mempelajari layanan konseling, khususnya pendekatan hipnokonseling dalam menangani perilaku *self-harm* pada siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Selain itu, temuan penelitian ini juga berpotensi memperkaya wacana akademik di perguruan tinggi, terutama dalam pengembangan metode konseling yang mampu menyentuh aspek emosional dan spiritual, selaras dengan nilai-nilai Islam.
- c. Bagi lembaga, khususnya pihak sekolah atau penyedia layanan konseling, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran praktis mengenai penerapan hipnokonseling dalam menangani siswa yang mengalami luka emosional akibat kondisi keluarga.

E. Tinjauan Pustaka

Dalam sebuah penelitian, tinjauan pustaka memegang peranan penting sebagai dasar pemikiran yang menjelaskan berbagai teori yang relevan serta

mendukung arah penelitian yang dilakukan. Tidak hanya memuat uraian teoritis, bagian ini juga mencakup kerangka konseptual yang menggambarkan keterkaitan antara variabel-variabel yang dikaji, sehingga dapat memperjelas fokus dan alur berpikir peneliti dalam memahami serta menjawab permasalahan penelitian secara sistematis dan terarah.

1. Landasan Teoritis

Untuk memperkuat landasan spiritual dari pendekatan yang diterapkan, penelitian ini merujuk pada ayat-ayat Al-Qur'an sebagai bentuk integrasi antara pendekatan ilmiah modern dengan nilai-nilai Islam yang bersifat mendasar. Rujukan ini berfungsi sebagai dasar teologis yang menegaskan bahwa menjaga kesehatan mental dan spiritual merupakan bagian dari amanah seorang muslim dalam memelihara dirinya sendiri serta keluarganya. Salah satu ayat yang menegaskan penjelasan diatas yaitu Q.S At-Tahrim ayat 6 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman, jagalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu. Penjaganya adalah malaikat-malaikat yang kasar dan keras. Mereka tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepadanya dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan”.

Berdasarkan Tafsir Ibnu Katsir, mengenai ayat ini Sufyan Ats-Tsauri meriwayatkan dari Manshur, dari Ali tentang firman Allah, قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا

“Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka,” dia berkata, “Didik dan ajarkanlah kepada mereka.” Ali bin Abi Thalhah meriwayatkan, dari Ibnu Abbas tentang firman Allah, *فُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا*, “Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka,” dia berkata, “Lakukanlah ketaatan kepada Allah, jauhilah kemaksiatan kepada-Nya, dan perintah menyelamatkan mereka dari siksa api neraka. “Mujahid berkata, *فُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا*. Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka,” yakni, bertakwalah kalian kepada Allah, dan wasiatkanlah kepada keluarga kalian untuk senantiasa bertakwa kepada-Nya.

Qatadah berkata, “Hendaklah engkau memerintahkan mereka melaksanakan perintah Allah dan memerintahkan mereka untuk melaksanakannya, serta membantu mereka dalam melaksanakannya. Apabila engkau melihat mereka bermaksiat kepada Allah, maka peringatkan dan cegahlah. “Demikian pula yang dikatakan oleh Adh-Dhahak dan Muqatil, mereka berkata, “setiap muslim berkewajiban untuk mengajari keluarganya, termasuk juga kerabat, budak perempuan dan laki-lakinya berbagai hal yang berkaitan dengan kewajiban yang diperintahkan oleh Allah kepada mereka, dan apa saja yang telah dilarang-Nya.”

Tafsir Al-Qurthubi Pada Firman Allah ini terdapat suatu amanah, yaitu perintah agar manusia memelihara dirinya dan keluarganya dari neraka. Adh-dhahak berkata, maka firman Allah itu adalah : Peliharalah (oleh kalian) diri kalian. Adapun keluarga kalian, hendaklah mereka memelihara diri mereka dari api neraka. Pada surat At-Tahrim ayat 6 memuat perintah tegas kepada orang-orang beriman untuk melindungi diri dan keluarga mereka dari api

neraka. Ayat ini mengandung makna bahwa setiap Muslim memiliki tanggung jawab, tidak hanya terhadap dirinya sendiri, tetapi juga terhadap keluarganya, dalam menjalankan ajaran agama serta menjauhi larangan-larangan Allah. (Imam, S. 2014:744)

Tafsir Al-Misbah pada Surat At-Tahrim diatas menggambarkan bahwa dakwah dan pendidikan harus bermula dari rumah ayat diatas walau secara redaksional tertuju kepada kaum pria (ayah), tetapi bukan berarti hanya tertuju kepada mereka. Ayat ini tertuju kepada perempuan dan lelaki (ayah dan ibu) sebagaimana ayat-ayat yang serupa (misalnya ayat yang memerintahkan untuk berpuasa) yang juga tertuju kepada lelaki dan perempuan ini. Berarti kedua orang tua harus bertanggung jawab terhadap anak- akan cukup menciptakan satu rumah tangga yang diliputi oleh nilai-nilai agama serta dinaungi oleh hubungan yang harmonis. (Shihab, M. Q., 2002:177)

Tafsir Al-Maraghi Dalam tafsiran At-tahrim ayat 6 menjelaskan bahwa sesama manusia hendaklah saling merangkul satu sama lain, memberitahukan hal yang akan dapat menjaga mereka agar terhindar dari siksa api neraka dengan menjaga diri untuk lebih dekat dengan Allah, taat akan perintah Allah. Dan untuk kepala keluarga diwajibkan mengajarkan serta memberikan nasihat kepada keluarga untuk berbuat ketaatan kepada-Nya dan menjaga setiap perbuatan yang dilakukan agar bisa terhindar dari siksaan api neraka. (Al-Maraghi, A. M. 1993:296)

Tujuan syara' dari ayat ini adalah menegaskan urgensi pendidikan agama dalam lingkungan keluarga serta mendorong upaya aktif untuk menjauhkan diri

dan keluarga dari dosa maupun perbuatan yang dapat menjerumuskan ke dalam api neraka. Makna ayat ini adalah bahwa setiap Muslim bertanggung jawab tidak hanya untuk dirinya sendiri, tetapi juga untuk keluarganya dalam hal menjalankan ajaran agama dan menjauhi larangan-larangan Allah. Tujuan syara' dari ayat ini adalah menekankan pentingnya pendidikan agama dalam keluarga serta upaya aktif dalam menjauhkan diri dan keluarga dari dosa dan perbuatan yang dapat menjerumuskan ke dalam neraka. Sementara itu, ijihad ulama menyimpulkan bahwa pelaksanaan perintah ini mencakup pendidikan agama yang kuat, penegakan disiplin dalam keluarga, dan penciptaan lingkungan social yang mendukung nilai-nilai islami. (Latif, Samad, dan Rasyid 2024: 77)

Q.S. At-Tahrim ayat 6 memiliki keterkaitan dengan permasalahan *self-harm* yang dialami siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Banyaknya kasus *self-harm* di kalangan remaja dapat ditelusuri hingga pada kegagalan fungsi keluarga, terutama ketika orang tua tidak mampu menjalankan peran sebagai pelindung, pengarah, sekaligus pembentuk karakter anak. Dalam keluarga yang tidak utuh, sering kali terjadi ketidakseimbangan emosi, komunikasi yang terganggu, serta melemahnya penanaman nilai-nilai keagamaan. Kondisi ini membuat anak merasa tersisih, kehilangan kasih sayang, dan tidak memiliki tempat yang aman secara emosional.

Dampak dari situasi tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis yang berat, sehingga anak-anak mencari pelarian dalam bentuk perilaku merusak diri, seperti *self-harm*. Dalam hal ini, ketidakmampuan orang tua

dalam membimbing dan merawat anak sesuai dengan tuntunan agama dapat dikategorikan sebagai pengingkaran terhadap perintah Allah dalam ayat tersebut. Dengan demikian, ayat ini menjadi landasan teologis yang kuat bahwa menjaga kesehatan mental, spiritual, dan emosional anak merupakan bagian dari amanah agama yang wajib dijalankan.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, hipnokonseling diposisikan sebagai salah satu bentuk ikhtiar terapeutik untuk membantu siswa yang mengalami luka batin akibat permasalahan dalam keluarga. Tidak hanya sebagai pendekatan psikologis yang bertujuan mengobati trauma secara klinis, hipnokonseling juga diarahkan untuk membantu siswa mengenali kembali nilai dirinya, memperkuat hubungan dengan diri sendiri, serta membangun kepercayaan terhadap lingkungan sekitar. Pendekatan ini mencerminkan nilai-nilai dalam Islam yang menyerukan agar setiap keluarga menjaga anggotanya dari kerusakan baik secara lahir maupun batin.

Dengan demikian, Q.S. At-Tahrim ayat 6 tidak hanya menjadi peringatan bagi para orang tua, tetapi juga merupakan landasan moral dan spiritual dalam konteks pemulihan psikologis anak. Pada hakikatnya, penelitian ini merupakan wujud aktualisasi dari perintah Allah untuk menjaga dan membina generasi muda agar terhindar dari perilaku yang membahayakan diri, baik secara fisik maupun psikologis.

Penelitian ini juga menggunakan Teori psikoanalisis yang ditemukan oleh Sigmund Freud pada tahun 1893. Dalam sejarah psikologi, teori psikoanalisis merupakan salah satu aliran utama yang banyak memengaruhi perkembangan

teori-teori terkini. Psikoanalisis merupakan sebuah model perkembangan kepribadian yang menyumbangkan banyak perspektif, diantaranya (1) pemahaman terhadap kondisi mental individu dan sifat manusia; (2) adanya pengaruh faktor-faktor tak sadar; (3) pengaruh masa awal kehidupan terhadap kepribadian di masa selanjutnya; (4) pemahaman mengenai mekanisme pertahanan ego; (5) analisis mimpi, resistensi dan transferensi.

Dalam perspektif psikoanalisis, kepribadian manusia terdiri atas tiga sistem yang saling berinteraksi secara berkesinambungan, yaitu id, ego, dan superego. Saat dilahirkan, kepribadian seseorang hanya tersusun dari id. Id merupakan bagian dari struktur kepribadian yang berlandaskan naluri, digerakkan oleh dorongan untuk memenuhi kebutuhan naluriah serta mencari kesenangan, dan bersifat tidak disadari.

Ego adalah bagian dari struktur kepribadian yang berkembang melalui interaksi dengan dunia luar dan kenyataan. Perannya dapat diibaratkan seperti “polisi lalu lintas” yang mengatur hubungan antara id, superego, dan realitas eksternal. Ego berfungsi mengendalikan kesadaran terhadap kenyataan sehingga bersifat rasional, realistis, dan logis. Sementara itu, superego merepresentasikan cita-cita ideal yang berkaitan dengan moral, penilaian baik-buruk, serta benar-salah. Superego berperan menekan dorongan-dorongan id dan menginternalisasi norma-norma yang berlaku dan diterima oleh masyarakat. Keberhasilan dalam menginternalisasi norma tersebut menumbuhkan rasa bangga dan menghargai diri, sedangkan kegagalannya menimbulkan perasaan bersalah dan rendah diri.

Dalam teori psikoanalisis, terdapat konsep mekanisme pertahanan ego (ego defense mechanism) yang berfungsi membantu individu mengatasi kecemasan serta melindungi ego dari ancaman. Mekanisme ini memiliki dua ciri utama, yaitu (1) penyangkalan terhadap realitas dan (2) penggantian realitas.

Salah satu konsep utama dalam psikoanalisis adalah kesadaran dan ketidaksadaran, yang menjadi kunci dalam memahami perilaku serta permasalahan terkait kepribadian manusia. Meskipun ketidaksadaran tidak dapat diamati secara langsung, keberadaannya dapat dipahami melalui perilaku individu. Ketidaksadaran menyimpan berbagai pengalaman, ingatan, dan hal-hal yang direpresi, termasuk kebutuhan dan motivasi yang tidak dapat terpenuhi. Sementara itu, kesadaran hanya merupakan bagian kecil dari keseluruhan jiwa. Seperti gunung es yang mengapung, bagian terbesar berada di bawah permukaan air, yang merepresentasikan ketidaksadaran. Oleh karena itu, tujuan konseling psikoanalisis adalah mengungkap motif-motif yang tidak disadari agar menjadi bagian dari kesadaran.

Corey (2005) menjelaskan bahwa tujuan konseling psikoanalisis adalah membentuk kembali struktur kepribadian individu dengan membawa aspek-aspek yang tidak disadari ke dalam kesadaran konseli. Ketika hal-hal yang sebelumnya ditekan dalam ketidaksadaran diangkat ke permukaan, permasalahan dapat diatasi secara lebih rasional. Proses konseling psikoanalisis bertujuan membantu konseli memahami permasalahan yang dihadapinya serta meningkatkan kesadaran mengenai cara-cara untuk

melakukan perubahan. Dengan demikian, konseli dapat memperoleh kendali yang lebih rasional terhadap kehidupannya.

Dalam konseling psikoanalisis, peran konselor memegang posisi yang sangat dominan dalam menentukan jalannya proses serta arah konseling. Konselor berperan sebagai cerminan diri konseli, sehingga tugas utamanya adalah menafsirkan dan menganalisis proyeksi-proyeksi tersebut. Melalui perannya, konselor membantu konseli untuk mencapai kesadaran diri, bersikap jujur, membangun hubungan personal yang efektif, mengelola kecemasan secara realistis, serta mengendalikan perilaku impulsif dan irasional. (Suranata K, Suarni, K.N, dan Dharsana K 2024: 14-17).

Salah satu pendekatan konseling yang dinilai efektif dalam membantu siswa memahami diri serta mengatasi gangguan emosional adalah konseling psikoanalisis. Namun, metode ini sering dianggap memerlukan waktu yang cukup lama. Oleh karena itu, hadirnya teknik hipnokonseling menjadi alternatif yang menarik, karena mampu mempercepat proses konseling. Hipnokonseling merupakan perpaduan antara hipnosis dan konseling, yang bertujuan membawa individu pada kondisi relaksasi mendalam sehingga mereka lebih mudah mengenali serta mengatasi permasalahan emosional yang dihadapi.

Dalam konteks siswa yang mengalami *self-harm* akibat kondisi keluarga *broken home*, hipnokonseling sangat relevan digunakan karena mampu menjangkau akar masalah di alam bawah sadar. Teknik ini tidak hanya menggunakan hipnosis untuk menanamkan sugesti positif dan meredakan

kecemasan, tetapi juga mengandalkan pendekatan konseling untuk menggali potensi diri serta melatih kemampuan menyelesaikan masalah.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa hipnokonseling dapat meningkatkan efektivitas layanan konseling, terutama dalam hal menurunkan stres, mengelola kecemasan, serta memperbaiki kualitas hidup dan kontrol diri individu. (Paramartha, E. W, at al 2023: 23).

Teori psikoanalisis yang dikembangkan oleh Sigmund Freud memiliki keterkaitan dengan penelitian ini, karena menekankan pada signifikansi konflik internal, pengalaman masa kanak-kanak, serta peranan alam bawah sadar dalam membentuk perilaku individu. Pada kasus siswa yang berasal dari keluarga *Broken home* dan menampilkan perilaku *self-harm*, teori ini dapat digunakan sebagai landasan untuk memahami faktor-faktor psikologis yang mendasari munculnya perilaku tersebut.

Freud meyakini bahwa pengalaman traumatis pada masa kecil, ketidakharmonisan dalam hubungan keluarga, serta tekanan emosional yang tidak tersadari dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan perilaku menyakiti diri. Anak-anak dari keluarga yang tidak utuh sering kali mengalami konflik internal, kehilangan rasa aman, dan kurangnya figur orang tua yang bisa dijadikan tempat tempat bernaung secara emosional, sehingga meninggalkan luka batin yang mendalam di alam bawah sadar.

Hipnokonseling merupakan metode intervensi psikologis yang memanfaatkan teknik hipnosis untuk menjangkau pikiran bawah sadar. Pendekatan ini selaras dengan teori psikoanalisis yang berpendapat bahwa

banyak permasalahan psikologis berakar pada alam bawah sadar. Melalui hipnokonseling, konselor dapat membantu individu mengidentifikasi dan melepaskan emosi negatif yang tersembunyi akibat trauma masa lalu, sehingga memungkinkan terjadinya proses pemulihan mental. Teknik ini sejalan dengan konsep katarsis dalam psikoanalisis, yaitu pelepasan emosi terpendam sebagai langkah menuju pemulihan psikologis.

Dengan demikian, teori psikoanalisis menyediakan landasan teoritis yang kuat untuk memahami dinamika psikologis siswa yang berasal dari keluarga broken home, sekaligus memperkuat dasar penggunaan hipnokonseling sebagai metode yang efektif dalam menangani perilaku *self-harm* yang mereka alami.

Selain menggunakan teori psikoanalisis yang ditemukan oleh Sigmund Freud pada tahun 1893. Penelitian ini juga menggunakan teori hipnosis yang pertama kali diperkenalkan oleh James Braid (1795–1860), seorang dokter asal Skotlandia pada tahun 1840-an. Hipnosis merupakan teknik psikologis yang memiliki dasar ilmiah dan telah banyak digunakan dalam praktik terapeutik, meskipun masih sering disalahpahami oleh masyarakat sebagai bentuk manipulasi bawah sadar atau sekadar hiburan. Dalam kenyataannya, hipnosis adalah kondisi konsentrasi dan relaksasi mendalam yang membuat individu lebih terbuka terhadap sugesti positif sehingga efektif membantu mengatasi masalah psikologis maupun fisik.

Sejak diperkenalkan oleh Franz Anton Mesmer pada abad ke-18 dan berkembang menjadi metode modern, hipnosis telah terbukti bermanfaat dalam

penanganan kecemasan, stres, nyeri kronis, dan gangguan tidur. Oleh karena itu, pemahaman yang tepat mengenai hipnosis sangat penting agar dapat dibedakan antara klaim spekulatif dan aplikasi terapeutik yang sah (Aisyah, 2025:2).

Hipnosis dapat diartikan sebagai sebuah kondisi relaks, fokus, atau konsentrasi. Sebenarnya, hipnosis memang cukup sulit untuk didefinisikan. Namun, belakangan, hipnosis di asumsikan sebagai sebuah kondisi mirip tidur atau keadaan saat pi-kiran dalam kondisi bawah sadar. (Wong, W., & Hakim, A. 2010:3)

Dalam kenyataannya, memang ada kondisi khusus saat otak manusia dapat dengan mu-dah menerima saran atau masukan (sugesti Kondisi khusus ini ditemukan setelah dilakukannya pe nelitian terhadap kondisi otak selama hipnosis. Ter nyata, ketika seseorang berada kondisi hipnosis atau trans (trance) , muncullah kondisi pikiran yang "tidak biasa". Saat berada dalam kondisi hipnosis, sebagian orang mungkin hanya merasakan sebuah kondisi relaksasi biasa. Namun, sebenarnya, ketika dihipnosis, ada sebuah perubahan aktivitas dalam otak seseorang, Kondisi tersebut hampir sama pada saat menjelang tidur, yaitu adanya pergeseran kondisi dari kondisi alpha ke delta.

Kondisi alpha adalah kondisi yang menyenangkan seperti pada saat melamun. Dalam kondisi ini, pikiran sangat terbuka sehingga mudah melakukan visualisasi dan memiliki pengalaman indrawi yang luar biasa. Semakin Anda merasakan realitas dari kondisi tersebut, efeknya semakin Anda rasakan pada saat Anda bangun. (Wong, W., & Hakim, A. 2010:4)

2. Kerangka Konseptual

Pendekatan psikoanalisis memandang bahwa perilaku manusia, termasuk kecenderungan melukai diri (*self-harm*), merupakan hasil interaksi kompleks antara pengalaman masa kecil, konflik internal, dan dorongan alam bawah sadar yang tidak terselesaikan. Pada remaja yang berasal dari keluarga tidak utuh (*broken home*), ketidakstabilan emosi serta kurangnya dukungan emosional dari orang tua dapat menjadi faktor pemicu timbulnya tekanan batin, yang kemudian diekspresikan melalui perilaku menyakiti diri. Dengan teori hipnosis, hipnokonseling menjadi intervensi yang tepat untuk membantu siswa meredakan kecemasan, menata kembali pikiran, dan menumbuhkan perilaku adaptif

Hipnokonseling yang mengombinasikan prinsip-prinsip psikoanalisis dengan nilai-nilai Islam, dinilai mampu memberikan intervensi yang menyentuh dimensi psikologis sekaligus spiritual. Secara definisi, hipnokonseling adalah teknik konseling berbasis sugesti terapeutik yang bertujuan membantu individu mengatasi hambatan psikologis, memotivasi perubahan, serta mendorong pertumbuhan pribadi maupun spiritual (Hunter, 2015; Perdana & Daulay, 2023). Dalam ranah pendidikan, metode ini memiliki fungsi strategis dalam memberikan pendampingan yang mendukung perkembangan optimal peserta didik.

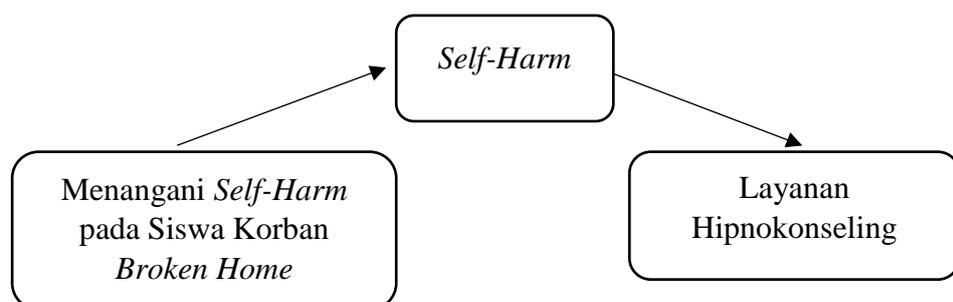
Secara medis, perilaku menyakiti diri dikategorikan sebagai *non-suicidal self-injury* (NSSI), yaitu tindakan melukai diri secara sengaja tanpa maksud bunuh diri. Umumnya, perilaku ini menjadi cara bagi remaja untuk meredakan,

mengekspresikan, atau mengendalikan tekanan emosional. Meski dapat menimbulkan rasa lega sementara, tindakan tersebut tidak menyelesaikan akar permasalahan dan justru berpotensi menimbulkan dampak psikologis maupun fisik yang lebih serius (Mitchell, 2023).

Sementara itu, *broken home* menggambarkan kondisi keluarga yang mengalami keretakan hubungan antara ayah dan ibu, baik melalui perceraian, perpisahan, maupun konflik berkepanjangan yang merusak keharmonisan rumah tangga. Situasi ini sering berdampak negatif terhadap tumbuh kembang anak, khususnya dalam pembentukan kestabilan emosi, rasa aman, dan identitas diri (Prasetyo & Wulandari, 2023).

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat dipahami bahwa intervensi berbasis hipnokonseling yang selaras dengan prinsip psikoanalisis dan nilai-nilai Islam diharapkan mampu mengatasi perilaku *self-harm* pada remaja *Broken home* secara komprehensif.

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai pembahasan “layanan hipnokonseling dalam menangani *self-harm* pada siswa korban *Broken home* Kelas VIII SMPN 51 Bandung”. Berikut merupakan bagan yang menunjukkan kerangka konseptual.



Gambar 1.1 menampilkan kerangka konseptual penelitian yang memusatkan perhatian pada penanganan perilaku *self-harm* pada siswa yang menjadi korban *broken home*. Pendekatan yang diterapkan adalah hipnokonseling berbasis teori psikoanalisis, yang berfungsi membantu konseli menjangkau alam bawah sadar guna menyembuhkan luka emosional. Dengan teori hipnosis, hipnokonseling menjadi intervensi yang tepat untuk membantu siswa meredakan kecemasan, menata kembali pikiran, dan menumbuhkan perilaku adaptif. Proses ini diperkokoh dengan landasan spiritual melalui dalil Al-Qur'an, khususnya Q.S. At-Tahrim ayat 6, yang menekankan kewajiban menjaga diri dan keluarga dari kebinasaan.

Hubungan antar variabel menunjukkan bahwa kondisi *broke home* berkontribusi pada meningkatnya resiko *self-harm*. Layanan hipnokonseling berfungsi sebagai intervensi yang menjangkau alam bawah sadar siswa untuk menanamkan sugesti positif, menurunkan intensitas perilaku *self-harm*, serta menghasilkan perubahan perilaku yang adaptif. Kerangka ini dipertegas dengan teori psikoanalisis freud yang menjelaskan konflik bawah sadar sebagai penyebab perilaku, hipnokonseling memanfaatkan prinsip hipnosis untuk menjangkau alam bawah sadar siswa, menanamkan sugesti positif, serta membangun kembali regulasi emosi dan diperkuat oleh Q. S. At-Tahrim ayat 6 sebagai dasar spiritual yang relevan.

F. Langkah-langkah Penelitian

Tahapan penelitian ini dilaksanakan melalui beberapa langkah sebagai berikut:

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 51 Bandung yang beralamat di Jalan Derwati, Kelurahan Derwati, Kecamatan Rancasari, Kota Bandung, Provinsi

Jawa Barat, dengan kode pos 40296. Secara geografis, sekolah ini berada di wilayah selatan-tengah Kota Bandung pada koordinat $-6,9653^{\circ}$ Lintang Selatan dan $107,6803^{\circ}$ Bujur Timur. Letaknya strategis, berada di lingkungan pemukiman padat yang dikelilingi fasilitas umum dan akses transportasi yang memadai, sehingga mendukung kelancaran pelaksanaan penelitian.

SMPN 51 Bandung dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki karakteristik yang relevan dengan fokus kajian, yakni adanya siswa yang memperlihatkan perilaku *self-harm* serta berasal dari keluarga broken home. Berdasarkan keterangan dari pihak sekolah, terdapat sejumlah siswa yang mengalami kondisi emosional tertentu yang terefleksikan melalui tindakan menyakiti diri sendiri, di mana latar belakang keluarga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh.

Selain itu, sekolah ini telah menyediakan layanan bimbingan dan konseling yang mendukung, termasuk penerapan layanan hipnokonseling oleh guru BK yang sudah tersertifikasi sebagai praktisi hipnosis. Hal ini memungkinkan peneliti untuk mengamati secara langsung pelaksanaan layanan tersebut dalam membantu siswa yang mengalami tekanan emosional. Lingkungan sekolah yang terbuka dan mendukung kegiatan ilmiah juga menjadi pertimbangan penting, sehingga SMPN 51 Bandung dinilai layak dan relevan sebagai lokasi penelitian.

2. Pradigma dan Pendekatan

Paradigma merupakan cara pandang atau sudut berpikir yang digunakan peneliti dalam memahami suatu fenomena sosial. Paradigma menjadi dasar

dalam melihat realitas yang tidak bersifat mutlak, melainkan dibentuk melalui pengalaman dan pemaknaan individu. Dalam penelitian ini, digunakan paradigma interpretif, karena tujuan utamanya adalah mendalami pengalaman subjektif siswa korban *Broken home* yang melakukan *self-harm*, sekaligus memahami cara mereka merespons layanan hipnokonseling yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menelusuri makna di balik perilaku *self-harm* serta menafsirkan reaksi emosional dan psikologis siswa terhadap intervensi yang dilakukan, berdasarkan perspektif mereka sendiri.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif untuk menelaah realitas yang dialami siswa, dengan tujuan mengungkap dan memaparkan kondisi, proses, serta hasil penerapan layanan hipnokonseling di lingkungan sekolah. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi, sehingga peneliti dapat memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai peran hipnokonseling dalam membantu siswa mengatasi luka emosional dan perilaku *self-harm*. Dalam tahap analisis, peneliti berperan aktif menafsirkan data secara cermat, sambil mempertimbangkan potensi subjektivitas pribadi. Melalui metode ini, diharapkan penelitian mampu memberikan gambaran yang utuh dan bermakna mengenai efektivitas hipnokonseling dalam membantu siswa menghadapi permasalahan psikologis yang timbul akibat disharmoni dalam keluarga.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pemilihan pendekatan kualitatif didasarkan pada tujuan untuk memahami fenomena sosial secara mendalam, dengan menitikberatkan pada makna, pengalaman, serta perspektif individu maupun kelompok yang terlibat. Dalam pendekatan ini, data tidak hanya dianalisis berdasarkan apa yang tampak di permukaan, tetapi juga diupayakan untuk mengungkap makna yang tersembunyi di baliknya. Sebagaimana diungkapkan oleh Sugiyono (2022:9), penelitian kualitatif menekankan pemahaman terhadap nilai-nilai yang terkandung dalam data, sehingga mampu menyajikan gambaran yang lebih mendalam dan bermakna dibandingkan sekadar angka atau statistik.

Oleh karena itu, metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif dipandang sesuai untuk penelitian ini karena mampu menggali secara mendalam berbagai peristiwa dan permasalahan yang terjadi di lapangan. Dalam pelaksanaannya, peneliti menggunakan pendekatan ini untuk memberikan gambaran yang detail mengenai fenomena yang diteliti berdasarkan kondisi nyata yang dialami oleh subjek penelitian.

Berdasarkan pendapat Sugiyono (2022:29), metode deskriptif kualitatif merupakan suatu pendekatan yang bertujuan memberikan gambaran secara menyeluruh dan mendalam mengenai objek yang diteliti. Dalam penelitian ini, metode tersebut digunakan untuk menguraikan secara detail proses pemberian layanan hipnokonseling kepada siswa korban *Broken home* yang melakukan *self-harm*, dengan memanfaatkan data yang diperoleh melalui teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pendekatan ini memungkinkan peneliti

menyajikan uraian yang komprehensif mengenai pelaksanaan layanan tersebut serta pengaruhnya terhadap kondisi psikologis siswa yang menjadi fokus penelitian.

Penelitian berjudul “Layanan Hipnokonseling dalam Menangani *Self-harm* pada Siswa Korban *Broken Home*” ini menggunakan metode penelitian yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai pengalaman siswa yang berasal dari keluarga *Broken home* dan melakukan perilaku *self-harm*. Fokus penelitian diarahkan pada peran layanan hipnokonseling dalam memberikan dukungan psikologis, membantu pemulihan luka emosional, serta menurunkan kecenderungan perilaku menyakiti diri. Melalui pendekatan tersebut, peneliti berupaya menguraikan secara komprehensif proses pelaksanaan, tanggapan subjek, dan pengaruh layanan hipnokonseling terhadap kondisi psikologis siswa yang menjadi partisipan penelitian.

4. Jenis Data dan Sumber Data

Mengacu pada tahapan yang telah dilaksanakan dalam proses penelitian, berikut disajikan uraian mengenai jenis data beserta sumber data yang dimanfaatkan dalam penelitian ini.

a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif, yaitu data yang dihimpun untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai suatu peristiwa atau fenomena yang berlangsung di lapangan. Sumber informasi diperoleh melalui berbagai cara, antara lain hasil

observasi langsung, wawancara secara mendalam, serta penelusuran terhadap pengalaman siswa yang menjadi subjek penelitian.

b. Sumber Data

Pada penelitian ini, data yang dimanfaatkan diperoleh dari dua kategori sumber, yakni data primer dan data sekunder, dengan uraian sebagai berikut.

- 1) Sumber data primer dalam penelitian ini merupakan data pokok yang diperoleh secara langsung melalui wawancara dan observasi di lapangan. Data tersebut berisi informasi yang dihimpun peneliti secara langsung dari para informan yang terlibat dalam penyelenggaraan layanan hipnokonseling untuk penanganan perilaku *self-harm* pada siswa dengan latar belakang keluarga broken home. Informasi ini memiliki nilai penting karena merefleksikan kondisi faktual yang terjadi di lingkungan sekolah serta tanggapan siswa terhadap layanan yang diberikan. Adapun informan dalam penelitian ini terdiri dari:
 - a) Guru BK SMPN 51 Bandung
 - b) Siswa yang melakukan *self-harm* dan berasal dari keluarga *broken home*
 - c) Wali Kelas VIII SMPN 51 Bandung
- 2) Sumber data sekunder adalah data pelengkap yang berfungsi untuk menunjang, memperkuat, serta memberikan konteks pada data primer. Data ini diperoleh dari berbagai literatur tertulis, termasuk buku, jurnal ilmiah, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik yang dibahas dalam penelitian ini.

5. Penentuan Informan atau Unit Penelitian

Dalam proses pelaksanaan penelitian ini, peneliti menetapkan informan dan unit penelitian melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

a. Penentuan Informan

Pada penelitian ini, peneliti menerapkan teknik pengambilan sampel yang lazim digunakan dalam studi deskriptif kualitatif, yakni metode informan penelitian ditentukan langsung dengan merujuk orang yang memiliki informasi mendalam atau sesuai kriteria dengan fenomena yang diteliti. Teknik ini dilakukan dengan sengaja memilih individu yang memang memenuhi kriteria penelitian, yaitu siswa yang mengalami perilaku *self-harm*, berasal dari keluarga *broken home*, dan sudah pernah menjalani hipnokonseling. Peneliti terlebih dahulu menentukan sejumlah siswa yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, kemudian melaksanakan wawancara mendalam guna memperoleh informasi yang diperlukan.

Dalam proses wawancara, peneliti turut menanyakan kepada informan mengenai keberadaan teman atau kenalan lain yang memiliki pengalaman serupa. Tujuan dari langkah ini adalah untuk memperkaya data yang diperoleh serta mencakup beragam perspektif. Dengan demikian, diharapkan hasil penelitian mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai peran layanan hipnokonseling dalam membantu siswa mengatasi perilaku *self-harm* yang dipicu oleh permasalahan keluarga *broken home*.

b. Informan dan Unit Analisis

Unit analisis pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 51 Bandung yang melakukan *self-harm* dengan latar belakang keluarga broken home.

Adapun informan dalam penelitian ini terdiri atas:

- 1) Informan Kunci : Guru BK SMPN 51 Bandung
- 2) Informan Utama : Siswa Kelas VIII yang mengalami *Self-harm* Korban *Broken Home*
- 3) Informan Tambahan : Wali Kelas VIII SMPN 51 Bandung

6. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, menurut Sugiyono (2022:226), proses pengumpulan data umumnya dilaksanakan dengan memanfaatkan berbagai teknik, seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.

a. Observasi

Menurut pandangan Marshall (1995) yang dikutip dalam Sugiyono (2022:227), observasi adalah metode yang digunakan untuk melakukan pengamatan langsung terhadap pola perilaku seseorang dalam konteks sosial tertentu. Melalui proses ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman mendalam mengenai tindakan serta respon emosional siswa terhadap kondisi yang mereka alami. Dalam konteks penelitian ini, observasi menjadi sarana penting untuk melihat secara nyata bagaimana siswa dari keluarga *Broken home* menunjukkan kecenderungan perilaku *self-harm* di lingkungan sekolah. Dengan mencatat dan memahami perilaku mereka, peneliti dapat menangkap makna yang tersembunyi di balik tindakan tersebut.

b. Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data yang dilaksanakan melalui interaksi tatap muka antara peneliti dan informan, yang berlangsung dalam situasi wajar serta alami. Dalam proses wawancara, pembicaraan diarahkan pada topik atau tujuan tertentu yang relevan dengan fokus penelitian. Kepercayaan (trust) antara peneliti dan narasumber menjadi elemen penting dalam menciptakan hubungan yang nyaman, sehingga informan dapat memberikan informasi yang jujur, terbuka, dan mendalam. Pada penelitian ini, metode wawancara dimanfaatkan untuk menelusuri pengalaman serta persepsi para informan, baik siswa yang melakukan *self-harm* maupun guru BK yang melaksanakan layanan hipnokonseling, dengan tujuan memperoleh data yang relevan sesuai fokus penelitian.

Metode wawancara yang diterapkan dalam penelitian ini adalah wawancara semi-terstruktur, yaitu teknik wawancara yang menggunakan daftar pertanyaan terbuka sebagai acuan utama. Namun, pelaksanaannya tetap fleksibel mengikuti alur dialog yang berkembang selama proses wawancara berlangsung. Hal ini memungkinkan peneliti mengeksplorasi lebih dalam informasi yang disampaikan informan, serta menyesuaikan arah pembicaraan dengan dinamika yang terjadi di lapangan. Melalui pendekatan ini, wawancara tidak sekadar menjadi sarana pengumpulan data, tetapi juga berperan dalam menelusuri aspek emosional, sosial, dan psikologis yang melatarbelakangi siswa yang menjadi subjek penelitian.

Menurut Sugiyono, wawancara adalah proses komunikasi dan interaksi yang berlangsung antara dua pihak atau lebih dalam suasana yang alami, di

mana percakapan difokuskan pada tujuan tertentu. Dalam pelaksanaannya, kepercayaan menjadi unsur mendasar untuk memperoleh pemahaman yang optimal. (Sugiyono, 2022:231).

c. Dokumentasi

Selain wawancara dan observasi, data dalam penelitian ini juga dikumpulkan melalui teknik dokumentasi. Metode ini melibatkan pengumpulan berbagai bukti tertulis maupun visual, seperti surat, catatan harian, foto kegiatan, hasil proses, serta log aktivitas yang relevan dengan fokus penelitian (Sugiyono, 2022:240).

Dokumentasi berperan sebagai pendukung data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara. Kehadirannya tidak hanya menambah kelengkapan informasi, tetapi juga meningkatkan validitas serta ketepatan hasil temuan. Dengan menggabungkan ketiga Teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi validitas dan reliabilitas penelitian menjadi lebih terjamin karena didukung oleh data yang saling melengkapi dan saling menguatkan.

7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Sugiyono (2022:269) menyatakan bahwa keabsahan data dalam penelitian dapat ditinjau melalui tiga pendekatan utama, yaitu validitas internal, validitas eksternal, serta teknik triangulasi.

Dalam penelitian berjudul “Layanan Hipnokonseling dalam Menangani *Self-harm* pada Siswa Korban *Broken Home*”, peneliti menggunakan beberapa strategi untuk memastikan keabsahan data. Validitas internal diterapkan untuk mengukur sejauh mana layanan hipnokonseling benar-benar memberikan

pengaruh terhadap perubahan perilaku *self-harm* pada siswa. Peneliti memastikan bahwa data yang dikumpulkan mencerminkan realitas di lapangan dengan meminimalkan bias dan meningkatkan ketepatan interpretasi. Dalam rangka meningkatkan validitas, penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber, yakni dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai pihak, meliputi siswa penerima layanan hipnokonseling, guru BK selaku pelaksana, wali kelas sebagai sumber informasi tambahan, serta dokumen pendukung yang berasal dari pihak sekolah.

Peneliti juga menggunakan triangulasi metode dengan memadukan beberapa teknik pengumpulan data, antara lain wawancara mendalam, observasi langsung terhadap perilaku siswa, serta penelaahan dokumen terkait. Pendekatan ini dimaksudkan untuk menjamin keterpaduan dan saling menguatkannya informasi yang diperoleh, sehingga dapat menghasilkan gambaran yang utuh dan komprehensif mengenai fenomena yang dikaji. Tidak hanya itu, triangulasi waktu juga digunakan, yaitu dengan melakukan pengumpulan data pada momen yang berbeda, agar peneliti dapat melihat adanya perubahan atau konsistensi perilaku siswa setelah menjalani layanan hipnokonseling.

Dari sisi validitas eksternal, penelitian ini mempertimbangkan sejauh mana hasil dan pendekatan layanan hipnokonseling yang diterapkan di SMPN 51 Bandung dapat digunakan atau diadaptasi di lingkungan sekolah lain dengan karakteristik serupa. Dengan memperhatikan konteks sosial, budaya, dan

sistem bimbingan di sekolah tersebut, diharapkan temuan dalam penelitian ini relevan dan dapat diterapkan secara lebih luas.

Melalui penerapan triangulasi sumber, metode, dan waktu, serta penguatan validitas internal dan eksternal, keabsahan data dalam penelitian ini diharapkan dapat terjaga secara optimal, sehingga hasilnya mampu memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan layanan konseling, khususnya dalam menangani perilaku *self-harm* pada siswa dari keluarga *broken home*.

8. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses yang dilakukan secara sistematis untuk mengolah data mentah menjadi informasi yang memiliki makna. Mengacu pada pendapat Miles dan Huberman yang dikutip oleh Sugiyono (2022:247), proses analisis data kualitatif meliputi tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan.

a. Reduksi Data

Reduksi data merupakan langkah awal dalam proses analisis data yang bertujuan untuk menyeleksi, menyederhanakan, serta memfokuskan perhatian pada informasi yang relevan dengan topik penelitian. Pada tahap ini, data yang tidak berkaitan disaring atau diabaikan, sedangkan informasi yang dianggap penting dikategorikan dan diatur secara sistematis. Proses ini dilakukan secara berkesinambungan selama penelitian berlangsung agar data lebih terarah dan mudah diinterpretasikan. Dengan demikian, peneliti dapat merumuskan ringkasan pokok temuan secara lebih jelas, padat, dan terstruktur.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah tahap analisis yang berfungsi untuk mengatur serta menyusun data yang telah melalui proses penyederhanaan, sehingga dapat dipahami dengan lebih mudah dan terstruktur. Data yang sudah direduksi disajikan dalam bentuk narasi, tabel, diagram, grafik, atau media visual lainnya yang memudahkan peneliti dalam mengidentifikasi pola, menemukan hubungan, serta mendukung proses penarikan kesimpulan dan pengambilan keputusan.

c. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan adalah tahap penutup dalam suatu penelitian yang memuat ringkasan temuan secara komprehensif serta menjadi pernyataan akhir dari peneliti. Kesimpulan disusun berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan sebelumnya, baik melalui pendekatan induktif maupun deduktif. Isi dari kesimpulan harus sejalan dengan rumusan masalah, tujuan penelitian, serta data yang telah diperoleh dan dianalisis.