

ABSTRAK

Rully Aradhea (1222020265), 2026. *Penerapan Metode Hypnoteaching Berbasis Relaksasi Doa Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam (Penelitian Kuasi Eksperimen pada Siswa Kelas VII MTs Ar-Rosyidiyah Bandung).*

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kondisi empiris di MTs Ar-Rosyidiyah Bandung, di mana pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam (SKI) masih didominasi oleh metode ceramah konvensional satu arah. Kondisi yang monoton ini menyebabkan kebosanan dan mematikan gairah serta motivasi belajar siswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menerapkan metode *Hypnoteaching* berbasis Relaksasi Doa yang diharapkan mampu menciptakan suasana belajar yang rileks namun tetap fokus guna memulihkan motivasi siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan pelaksanaan metode *Hypnoteaching* berbasis relaksasi doa; (2) menganalisis besaran pengaruh metode tersebut terhadap peningkatan motivasi belajar siswa; dan (3) menguji signifikansi perbedaan motivasi belajar antara kelas yang menggunakan metode *Hypnoteaching* dengan kelas yang menggunakan metode konvensional.

Metode *Hypnoteaching* dikombinasikan dengan Relaksasi Doa diasumsikan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa karena memiliki keunggulan, di antaranya: mampu memberikan sugesti positif ke pikiran bawah sadar serta mengondisikan gelombang otak siswa menjadi lebih tenang (fase *Alpha* atau *Theta*), sehingga penyerapan materi menjadi lebih optimal tanpa ketegangan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen (*Quasi-Experimental*) dan desain *nonequivalent control group*. Sampel dipilih melalui teknik *purposive sampling*, yang menetapkan 23 siswa kelas VII-A sebagai kelas eksperimen dan 23 siswa kelas VII-B sebagai kelas kontrol. Data dikumpulkan melalui observasi, angket berskala Likert, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS melalui tahapan uji prasyarat normalitas dan homogenitas, uji *Independent Samples T-Test*, serta uji efektivitas *N-Gain*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pelaksanaan metode *Hypnoteaching* berbasis relaksasi doa oleh guru berjalan dengan sangat baik, dibuktikan dengan persentase keterlaksanaan observasi yang mencapai 87,83% pada indikator *pacing*, *leading*, *u-conditioning*, *basing*, dan *suggestion*.; (2) Terdapat pengaruh positif dari penerapan metode tersebut terhadap peningkatan motivasi belajar siswa, yang ditunjukkan oleh perolehan nilai rata-rata *N-Gain Score* sebesar 0,615 yang berada pada kategori sedang.; dan (3) Motivasi belajar kelas eksperimen setelah intervensi meningkat drastis dengan rata-rata skor *post-test* mencapai 85,087, jauh melampaui kelas kontrol yang stagnan di angka 65,304. Dengan demikian, metode *Hypnoteaching* berbasis relaksasi doa terbukti lebih efektif dan dapat dijadikan alternatif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa pada pembelajaran SKI di madrasah.

Kata Kunci: *Hypnoteaching*, Relaksasi Doa, Motivasi Belajar.