

ABSTRAK

Nama : ADHE NOVIYANTI
Program Studi : Magister Kesehatan Masyarakat
Judul : **“PENERAPAN HIPNOTERAPI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN, MOTIVASI DAN MINAT BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN MATEMATIKA DI SMPN 252 JAKARTA”**

Kecemasan matematika dan rendahnya motivasi belajar merupakan faktor psikologis yang dapat menghambat pencapaian akademik siswa. Pendekatan pembelajaran yang menyentuh aspek emosional diperlukan untuk menciptakan proses belajar yang lebih efektif dan humanistik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan hipnoterapi terhadap tingkat kecemasan dan motivasi belajar matematika siswa di SMPN 252 Jakarta. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi-experimental pretest-posttest control group design. Sampel berjumlah 52 siswa yang terbagi menjadi kelompok intervensi (26 siswa) dan kelompok kontrol (26 siswa). Data dikumpulkan melalui kuesioner sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dan paired sample test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok intervensi mengalami penurunan signifikan tingkat kecemasan dari 9,346 menjadi 5,250 ($p = 0,000$) serta peningkatan signifikan motivasi belajar dari 54,827 menjadi 76,173 ($p = 0,000$). Kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan pada kecemasan ($p = 0,180$) maupun motivasi ($p = 0,745$). Disimpulkan bahwa hipnoterapi efektif sebagai intervensi psikoedukatif untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan motivasi belajar matematika siswa.

Kata Kunci: hipnoterapi, kecemasan matematika, motivasi belajar, quasi-eksperimen, pendidikan

ABSTRACT

Name : ADHE NOVIYANTI
 Study Program : Master of Public Health
 Title : **“The Effect of Hypnotherapy on Students’ Anxiety Levels and Learning Motivation in Mathematics at SMPN 252 Jakarta”**

Mathematics anxiety and low learning motivation are psychological factors that may hinder students’ academic achievement. Emotional-based learning approaches are needed to create a more effective and humanistic learning process. This study aimed to analyze the effect of hypnotherapy on students’ anxiety levels and learning motivation in mathematics at SMPN 252 Jakarta. A quantitative method with a quasi-experimental pretest–posttest control group design was employed. The sample consisted of 52 students divided into an intervention group (26 students) and a control group (26 students). Data were collected through questionnaires administered before and after the intervention and analyzed using the Wilcoxon test and paired sample test. The results showed a significant decrease in anxiety levels in the intervention group from 9.346 to 5.250 ($p = 0.000$) and a significant increase in learning motivation from 54.827 to 76.173 ($p = 0.000$). The control group showed no significant changes in anxiety ($p = 0.180$) or motivation ($p = 0.745$). It can be concluded that hypnotherapy is an effective psychoeducational intervention to reduce mathematics anxiety and enhance students’ learning motivation.

Keywords: hypnotherapy, mathematics anxiety, learning motivation, quasi-experimental, education