

**PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA  
MENGUNAKAN METODE HYPNOMOTIVATION  
(INCREASING STUDENT LEARNING MOTIVATION USING  
THE HYPNOMOTIVATION)**

**Edy Sapada<sup>1</sup>, Wita Asmalinda\*<sup>2</sup>, Dian Adhe Bianggo Naue<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Siti Khadijah Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

<sup>2\*</sup><sup>3</sup>Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

e-mail: [wita@poltekkespalembang.ac.id](mailto:wita@poltekkespalembang.ac.id)

---

Received: 03 Mei 2023

Revised: 30 Mei 2023

Accepted: 03 Juni 2023

---

**Abstract**

Learning motivation is the driving or pulling force that causes a person's behavior towards a certain goal in order to have the will to act in learning. The hypnomotivation method is a learning method in conveying material, by exploring the subconscious, so that students become focused, relaxed and suggestive in accepting the subject matter provided. Alpha condition, it is possible to enter the material presented. The purpose of this activity is to increase student learning motivation during the COVID-19 pandemic using the hypnomotivation method. This community service activity uses training and mentoring methods with the main target being 42 first-level students of the Bachelor of Pharmacy study program. The training activities were carried out for 3 days, consisting of preparation, implementation and evaluation activities. It was concluded that training and mentoring using the hypnomotivation method ran smoothly and successfully and was able to increase student learning motivation.

**Keywords:** Learning, Hypnomotivation

**Abstrak**

Motivasi belajar adalah tenaga pendorong atau penarik yang menyebabkan adanya perilaku seseorang ke arah suatu tujuan tertentu agar memiliki kemauan untuk bertindak dalam belajar. Metode *hypnomotivation* merupakan suatu metode pembelajaran yang dalam menyampaikan materi, dengan cara mengeksplorasi alam bawah sadar, sehingga siswa menjadi fokus, relaks dan sugestif dalam menerima materi pelajaran yang diberikan. Kondisi alpha, sangat memungkinkan masuknya materi yang disampaikan. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan motivasi belajar mahasiswa di masa pandemi COVID-19 menggunakan metode *hypnomotivation*. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pelatihan dan pendampingan dengan sasaran utama adalah mahasiswa tingkat I prodi S1 Farmasi berjumlah 42 orang. Kegiatan pelatihan dilakukan selama 3 hari, yang terdiri dari kegiatan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Disimpulkan bahwa pelatihan dan pendampingan menggunakan metode *hypnomotivation* berjalan dengan lancar dan sukses dan mampu meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.

**Kata Kunci :** Pembelajaran, Motivasi belajar

**1. PENDAHULUAN**

Di masa Pandemi COVID-19 ini, proses belajar mengajar dilaksanakan menggunakan metode daring. Dosen dan mahasiswa bertatap muka menggunakan media online. Situasi pembelajaran yang demikian tentunya akan mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa. Motivasi belajar adalah tenaga pendorong atau penarik yang menyebabkan adanya perilaku seseorang ke arah suatu tujuan tertentu agar memiliki kemauan untuk bertindak dalam belajar. Motivasi belajar juga dapat diartikan sebagai kondisi psikologis yang mendorong peserta didik untuk belajar dengan senang dan belajar secara sungguh-sungguh, yang pada gilirannya akan terbentuk cara belajar peserta didik yang sistematis, penuh konsentrasi dan dapat menyeleksi tugas kuliahnya.

Faktor yang mempengaruhi motivasi belajar, antara lain: 1. Cita-cita atau aspirasi peserta didik, yang dapat berlangsung dalam waktu sangat lama, bahkan sepanjang hayat. Cita-cita peserta didik untuk

“menjadi seseorang” akan memperkuat semangat belajar dan mengarahkan pelaku belajar. Cita-cita akan memperkuat motivasi belajar intrinsik maupun ekstrinsik sebab tercapainya suatu cita-cita akan mewujudkan aktualisasi diri, 2. Kemampuan belajar, membutuhkan berbagai kemampuan. Kemampuan ini meliputi beberapa aspek psikis yang terdapat dalam diri peserta didik, yaitu: pengamatan, perhatian, ingatan, daya pikir dan fantasi. Di dalam kemampuan belajar ini, sehingga perkembangan berfikir peserta didik menjadi ukuran. Peserta didik yang taraf perkembangan berfikirnya konkrit (nyata) tidak sama dengan siswa yang berfikir secara operasional (berdasarkan pengamatan yang dikaitkan dengan kemampuan daya nalarnya). Jadi peserta didik yang mempunyai kemampuan belajar tinggi, biasanya lebih termotivasi dalam belajar, karena peserta didik seperti itu lebih sering memperoleh sukses oleh karena kesuksesan memperkuat motivasinya, 3. Kondisi Jasmani dan rohani peserta didik, yang mempengaruhi motivasi belajar di sini berkaitan dengan kondisi fisik dan kondisi psikologis. 4. Kondisi lingkungan kelas, hal ini dapat dilakukan misalnya dengan cara dosen harus berusaha mengelola kelas, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menampilkan diri secara menarik dalam rangka membantu mahasiswa termotivasi dalam belajar. 5. Unsur-unsur dinamis belajar, unsur-unsur yang keberadaannya dalam proses belajar yang tidak stabil, kadang lemah dan bahkan hilang sama sekali. 6. Upaya dosen membelajarkan mahasiswa, bagaimana dosen mempersiapkan diri dalam membelajarkan peserta didik mulai dari penguasaan materi, cara menyampaikannya, menarik perhatian peserta didik.

Metode *hypnomotivation* merupakan suatu metode dengan cara mengeksplorasi alam bawah sadar, sehingga siswa menjadi fokus, relaks dan sugestif dalam menerima materi pelajaran yang diberikan. Kondisi alpha, sangat memungkinkan masuknya materi yang disampaikan. Metode ini dilakukan dengan menggunakan hal-hal yang menarik, seperti permainan, yelling, pujian, dan lain-lain. Teori Maslow mengemukakan bahwa peserta didik yang lebih senang belajar dalam suasana yang menyenangkan, mereka merasa disenangi, diterima oleh teman atau kelompoknya akan memiliki minat belajar yang lebih dibanding dengan peserta yang diabaikan atau dikucilkan. Keinginan peserta didik untuk mengetahui dan memahami sesuatu tidak selalu sama.

Persoalan mitra adalah rendahnya tingkat pengetahuan dan keterampilan mahasiswa untuk memotivasi diri. Rumusan masalahnya adalah bagaimana pengaruh metode *Hypnomotivation* terhadap peningkatan motivasi belajar mahasiswa di masa pandemi COVID-19. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan motivasi belajar mahasiswa di masa pandemi COVID-19 menggunakan metode *hypnomotivation*.

## 2. METODE

Jenis pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan adalah berupa pelatihan dan pendampingan kepada mahasiswa dalam melakukan teknik *hypnomotivation*. Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah mahasiswa prodi S1 farmasi Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Siti Khadijah di Jalan Demang Lebar Daun Kota Palembang berjumlah 42 orang. Lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat mandiri dilaksanakan di Prodi S1 Farmasi Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Siti Khadijah Palembang di Jalan Demang Lebar Daun Kota Palembang. Target capaian adalah adanya peningkatan motivasi belajar yang diukur dengan melakukan pretest dan post test. Rancangan kegiatan yaitu: 1. Melakukan pengurusan surat izin kegiatan, 2. melakukan pendataan jumlah mahasiswa, 3. bekerjasama dengan mitra untuk meningkatkan angka *participation rate* responden, 4. kolaborasi dengan mitra untuk mempersiapkan sarana dan prasarana pelatihan 5. menjelaskan kepada peserta pelatihan, prosedur kegiatan yang akan dilakukan, 6. menyusun materi pelatihan tentang teknik *hypnomotivation*, 7. melakukan pengumpulan data tentang biodata peserta pelatihan, 8. Menjelaskan kepada peserta pelatihan yaitu: prosedur melakukan *self motivation* menggunakan metode *hypnomotivation*., 9. melakukan proses pelatihan, 10. mengevaluasi keterampilan peserta pelatihan.

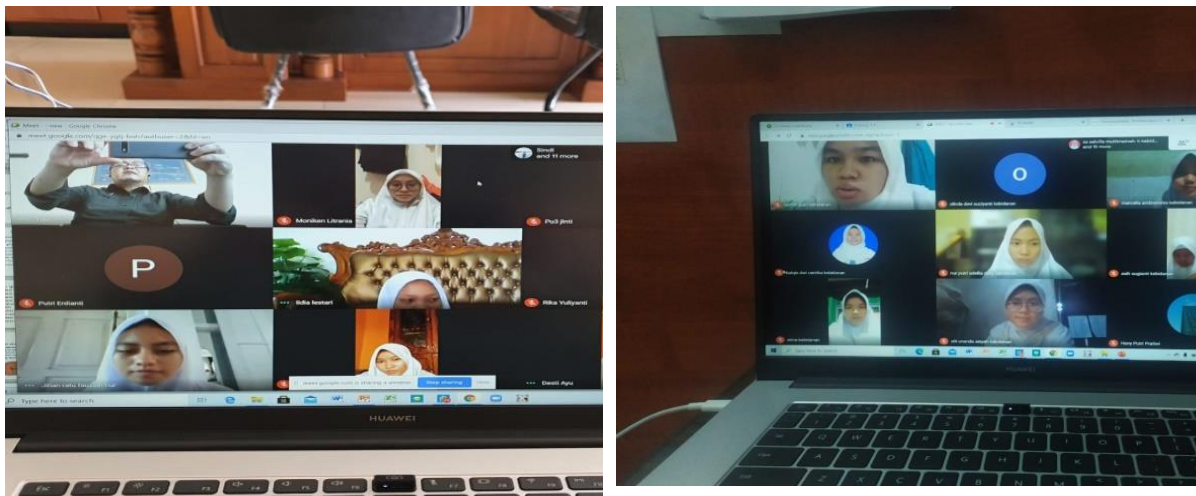
## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat adalah suatu kegiatan institusi yang dilaksanakan oleh dosen sebagai salah satu bentuk dharma atau tugas pokok perguruan tinggi, disamping dharma Pendidikan dan dharma penelitian sebagaimana tertuang dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi. Pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan dalam bentuk Pendidikan kesehatan, pelatihan, pelayanan/ penerapan hasil penelitian atau dalam bentuk lain sesuai perkembangan zaman. Dengan diadakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat diharapkan adanya kesatuan emisi dan rasa saling membutuhkan antara perguruan

tinggi dan masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh kelompok dosen adalah pelatihan di kelas pembelajaran daring.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 3 hari pada tanggal 10-12 November 2020, dimulai dengan kegiatan persiapan, dimana dosen sebagai pelaksana kegiatan berkoordinasi dengan ketua tingkat menentukan waktu dan tempat pelaksanaan, yang dilaksanakan pada tanggal selanjutnya mempersiapkan tempat pelaksanaan, sarana dan prasarana pelatihan *hypnomotivation*, jumlah mahasiswa yang akan mengikuti kegiatan. Penyelenggaraan kegiatan pelatihan *Hypnomotivation* menggunakan media pembelajaran *google meet*.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada mahasiswa tingkat I semester I, program studi S1 Farmasi terhadap pemanfaatan *hypnomotivation*, untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa pada pembelajaran daring di masa pandemic COVID-19.



Gambar 1. Kegiatan Pelatihan

Tabel 1. Karakteristik Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Jenis Kelamin Peserta

<b>Umur (tahun)</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Laki-laki	4	9.52
Perempuan	38	90.48
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100</b>

Tabel 1. menunjukkan bahwa dari 42 peserta didapatkan yang berjenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebanyak 38 orang (90.48).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Motivasi Belajar Peserta Berdasarkan Hasil Pretest

<b>Tingkat Motivasi</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Rendah	19	45.24
Sedang	23	54.76
Tinggi	0	0.00
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100</b>

Tabel 2. menunjukkan bahwa dari 42 peserta yang mengikuti pelatihan yang memiliki motivasi sedang sebanyak 23 orang (54.76%) dan memiliki motivasi rendah sebanyak 19 orang (45.24%)

Tabel 3. Distribusi Tingkat Motivasi Belajar Peserta Berdasarkan Hasil Posttest

Tingkat Motivasi	n	%
Rendah	0	0.00
Sedang	15	35.71
Tinggi	27	64.29
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100</b>

Tabel 3. menunjukkan bahwa dari 42 peserta yang mengikuti pelatihan terdapat peningkatan motivasi belajar yang cukup signifikan, peserta memiliki motivasi belajar yang tinggi sebanyak 27 orang (64.29%) dan memiliki motivasi sedang sebanyak 15 orang (35.71%). Dari hasil di atas dapat diketahui bahwa ada perbedaan tingkat motivasi belajar mahasiswa antara sebelum dan setelah dilakukan pelatihan *hypnomotivation*. Kepada semua peserta dikonseling dan dimotivasi untuk rutin mengaplikasikan *hypnomotivation* setiap malam sebelum tidur minimal 21 hari kedepan. Istilah motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung, tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya, berupa rangsangan, dorongan, atau pembangkit tenaga munculnya suatu tingkah laku tertentu. Menurut Mc. Donald seperti dikutip oleh Oemar Hamalik : *motivation is an energy change within the person characterized by affective arousal and anticipatory goal reaction*. Motivasi adalah perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Motivasi adalah pendorong suatu usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar tergerak untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai hasil atau tujuan tertentu.

Menurut W.S. Winkel motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri peserta yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar itu. Motivasi belajar menurut Frederick J. Mc Donald dalam H. Nashar berpendapat bahwa suatu perubahan pada diri ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Menurut Clayton Alde rfer dalam H. Nashar menjelaskan bahwa Motivasi belajar adalah kecenderungan peserta didik dalam melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar adalah tenaga pendorong atau penarik yang menyebabkan adanya perilaku seseorang ke arah suatu tujuan tertentu agar memiliki kemauan untuk bertindak dalam belajar. Motivasi belajar juga dapat diartikan sebagai kondisi psikologis yang mendorong peserta didik untuk belajar dengan senang dan belajar secara sungguh-sungguh, yang pada gilirannya akan terbentuk cara belajar peserta didik yang sistematis, penuh konsentrasi dan dapat menyeleksi kegiatan-kegiatannya. Fungsi motivasi belajar ada tiga yakni sebagai berikut: a. mendorong manusia untuk berbuat. Sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan, b. menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan tujuannya dan terakhir adalah c. menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan yang tidak bermanfaat dengan tujuan tersebut.

Berdasarkan hal pendapat tersebut dapat dipahami bahwa fungsi motivasi secara umum adalah sebagai daya penggerak yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu perbuatan tertentu untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Motivasi sangatlah dikaitkan dengan dorongan, perhatian, kecerdasan, dan umpan balik/penguatan. Misalnya, seseorang harus cukup dimotivasi untuk memperhatikan diri ketika pembelajaran berlangsung; kecemasan bisa menurunkan motivasi kita untuk belajar. Menerima sebuah imbalan atau umpan balik untuk satu aksi biasanya meningkatkan kemungkinan bahwa aksi tersebut akan diulang lagi.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh kelompok dosen engunakan metode ceramah dan simulasi/ peragaan tehnik *hypnomotivasi* dengan jumlah peserta sebanyak 42 orang mahasiswa berjalan dengan lancar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan selama 3 hari yang dipergunakan

untuk persiapan pelatihan, pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, mempersiapkan tempat, sarana dan alat pelatihan. Dari 42 peserta, semuanya dapat mengikuti proses pelatihan sampai selesai yaitu dari pukul 09.00 WIB sampai dengan pukul 11.00 WIB. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan tehnik *hypnomotivasi* dengan peningkatan motivasi belajar peserta pelatihan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, berdampak cukup besar kepada masyarakat sekitar. Karena kegiatan seperti ini dapat dirasakan langsung manfaatnya, Disarankan agar kegiatan pelatihan ini dapat diteruskan pada semua mahasiswa, sehingga dapat berefek pada prestasi belajar mahasiswa.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Dalam kegiatan penelitian ini, kami mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ketua Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Siti Khadijah Palembang dan Kaprodi S1 Farmasi yang banyak membantu hingga terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Asmalinda, W., Franciska, Y. and Sapada, E. (2023). The Results of Evaluation online Learning Using Hypnoteaching Method and Self-hypnosis. *Jurnal Aisyah: Jurnal Kesehatan*, 8(1), 289-296.
- Asteria, P.V., Rohmah, S.K., dan Renhoran, F.Z. (2017) Penerapan Metode Hypnoteaching dalam Pembelajaran Bermain peran Siswa Kelas V SDN Lidah Kulon IV Surabaya. *urnal Pendidikan*, 2(2), 150 – 155. Doi:<http://dx.doi.org/10.26740/jp.v2n2.p150-155>. Retrieve from: <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jp/article/view/1396/1372>.
- Banyan, D., and Calvin. 2005. *Book Self hypnosis-get on The Path and Program Yourself for Succes. Study Guide for The 7<sup>th</sup> Path (TM) Self-Hypnosis*.
- Budianto, A. dan Wiratama, NS. 2017. *Hypnoteaching* dalam Pembelajaran Sejarah. *Jurnal Edutama*. 4(2); 1-10. Retrieve from: <https://ejurnal.ikipgribojonegoro.ac.id/index.php/JPE/article/view/50>
- Darindo, H. 2013. Penerapan Strategi Pembelajaran Resiprokal disertai dengan Metode *Hypnoteaching* pada Pembelajaran Matematika Siswa Kelas VII SMPN 7 Padang, *Jurnal Pendidikan Universitas Bung Hatta*.
- Diantari, Putu. 2014. Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning Berbasis Hypnoteaching Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas V SD, *Jurnal Mimbar PGSD Universitas Pendidikan Ganesha*, 2(1), DOI: <http://dx.doi.org/10.23887/jjpgsd.v2i1.3103> Retrieve from: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPGSD/article/view/3103>
- Dinigrat, SWM., Nindya. MN., dan Salwa. 2020. Emergency Online Teaching: Early Childhood Education Lecturer's Perseption of Barrier and Pedagogical Competency. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Cakrawala Pendidikan*, 39(3), 705-719. Doi. 10.21832/cp.v/39i3.32304. Retrieve from: <https://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/32304>
- Dimiyati dan Mudjiono. 2010. *Belajar dan Pembelajaran*. Edisi ke-1. Rineka Cipta. Jakarta.
- Djaali. 2009. *Psikologi Pendidikan*, Cetakan ke-4. Bumi Aksara, Jakarta.
- Fatma, A.N., Damopolii, M., dan Afiif, A. 2017. Pengaruh pengkondisian Gelombang Otak Zona Alfa pada Apersepsi Pembelajaran terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPA MAN 3 Makasar. *Jurnal lentera pendidikan*, 2(2), 134-149. Retrieve from: [http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/lentera\\_pendidikan/article/download/3960/3841](http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/lentera_pendidikan/article/download/3960/3841).

- 
- Fuadi, T.M., Musriandi, R., dan Suryani, L. (2020). COVID-19 : Penerapan Pembelajaran Daring di Perguruan Tinggi. *Jurnal Dedikasi Pendidikan*. 4(4), 193-200. Retrieve from: <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/dedikasi/article/download/1022/pdf>
- Jazariyah. 2017. Signifikansi Brain Based Learning Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Nadwa. Jurnal Pendidikan Islam*, 11(1), 1-24. Retrieve from: <http://journal.walisongo.ac.id/index.php/nadwa>
- Godefroy and Vittoz, R. 2008. *Revolusi Otak-Ledakan Kemampuan Berfikir dengan Senam Otak*. (Terjemahan oleh Imadewi N). Yogyakarta. Pararaton
- Hajar, I. 2011. *Hypnoteaching: Memaksimalkan Hasil Proses Belajar Mengajar dengan Hipnoterapi*. Diva Press. Yogyakarta.
- Hakim. 2010. *Hypnosos in Teaching; Cara Dasyat Mendidik dan Mengajar*. Visimedia. Jakarta.
- Halim, N., Hasyim, A., and Yanzi, H. 2014. Influence of Habit in Home with Behavior of Student Class X in School. *Jurnal FKIP. Unila*. Retrieve from: <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/JKD/article/download/6655/4088>
- Hamidah, N. dan Komarayanti, S. 2016. Penggunaan Hypnoteaching untuk Meningkatkan Motivasi dan Keaktifan Siswa, *Jurnal Biologi dan Pembelajaran Biologi*. 1(1), *FKIP Universitas Muhammadiyah Jember*.
- Hasbullah dan Rahmawati. 2015. Pengaruh Penerapan Metode Hypnoteaching terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Universitas Indraprasta PGRI, *Jurnal Formatif* 5(1): 83-90, Retrieve from: <https://media.neliti.com/media/publications/234881-pengaruh-penerapan-metode-hypnoteaching-6e265818.pdf>
- Irwandy. 2015. Proses Pebelajaran dengan Metode *Hypnoteaching*. *Jurnal Al-Irsyad*. 5(1);124-133.
- Jayawardana HBA dan Djukri. 2015. Pengembangan Model Pembelajaran Hynoteaching untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil belajar Biologi Siswa SMA/MA. *Jurnal Inovasi Pendidikan IPA*. 1(2); 167-177.
- Julianti, M. 2018. Pengaruh Penerapan Metode Hypnoteaching terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Agama Islam di Kelas VII SMP Kartika II-2 Bandar Lampung. *Skripsi pada Universitas Islam negeri Raden Intan Lampung*.
- Kusuma, D.A. (2019). Penerapan *Ethnomathematics* dan *Hypnoteaching* pada Mata Kuliah Matematika Kimia Dianne Amor Kusuma. *Jurnal Nasional Pendidikan Matematika*, 3(2), 165-176. Doi. <http://dx.doi.org/10.33603/jnpm.v3i2.2279>. Retrieve from: [https://scholar.google.co.id/scholar?q=hypnoteaching+hasil+belajar+journal&hl=en&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholar](https://scholar.google.co.id/scholar?q=hypnoteaching+hasil+belajar+journal&hl=en&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar).
- Lepper, MR., Iyengar, Sheena, S., and Corpus *et al*. 2005. Intrinsic ang Extrinsic Mativational Orientation in Classroom; Age Differences and Academic Correlates. *Journal of Educational Psychology*. 97(2): 184-196.
- Lismalinda, Moriyanti. (2019). The Influence of Hypnoteaching Method on Student's reading Motivation and Achievement in Secondary School. *Indonesian Journal of English Language Teaching and Applied Linguistics*. 4(1), 35 – 45. Retrieve from <http://ijeltal.org/index.php/ijeltal/article/view/286>.
- Mustakim. 2020. Efektifitas pembelajaran Daring menggunakan Media Online Selama pandemi COVID-19 pada Mata pelajaran Matematika. *Journal Al.asma. Journal of Islamic Education*, 2(1), 1-12. Retrieve from: <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/alasma/article/view/13646>
-

Navis, A. dan Akbar.2013, *Hypnoteaching Revolusi Gaya Mengajar untuk Melejitkan Prestasi Siswa*, Yogyakarta: Ar-ruzz Media.

Noer, M. 2010. *Hypnoteaching For Succes Learning*, Yogyakarta: Pendagogia.

Pintrich and Paul. 2005. *Motivation and Classroom Learning*. New Jersey; John Wiley and Sons. Inc.

Taufik, A., Suryanti. (2018). Efektivitas penerapan metode pembelajaran *Hypnoteaching* terhadap hasil belajar matematika. *Histogram: Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(2), 183-194. doi: <http://dx.doi.org/10.31100/histogram.v2i2.206>. Retrieve from: <http://journal.stkip-andi-matappa.ac.id/index.php/histogram/index>.

Sadikin, A., dan Hmidah, A. 2020. Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Biodik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*. 6(2), 214-224. Doi. <https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759> Retrieve from: <https://online-journal.unja.ac.id/biodik/article/view/9759>

Salma, DC. 2013. An Overview of The Reasons for The Changing Habits of “Nyirih” to Cigarette Smoking in WayKanan. *Jurnal kultur Demokrasi*, 2(2), 1-14. Retrieve from: <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/JKD/article/view/1944>

Sanjaya. W. 2010. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Edisi ke-1. Kharisma Putra Utama. Jakarta.

Schunk and Dale *et al.* 2013. *Motivation in Education; Theooory and Research and Education (8<sup>th</sup> ed)*. New Jersey; Person Education.

Segatto. BL., and Lafreniere, K. 2013. Motivation ang Personalty Predictors of Body Esteem in High ang Low Frequency Exercisers. *Journal of Motivation. Emotion and Personality*. 1(1);27-35.

Soetopo, S. dan Sudartati, Y, 2010. *Bekal Menjadi Guru Profesional*. Simetri. Palembang.

Susilowati, U. 2017. *Hypnosis dalam Kebidanan Hipnopenatal*. HCI; IBH.

Syaifulallah. 2015. Basic Hypnotherapi The Indonesian Board of hypnotherapi. diakses, Juni 2019.

Syukur, Freddy,F. 2010. *Menjadi Guru Dahsyat Yang Memikat: Melalui Pendekatan Teknologi Pikiran Bawah Sadar Hypnoteaching dan NLP*. Bandung:Simbiosis Rekatama Media.

Tim Redaksi Transmedia, Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional & Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen, Cet. Ke-2, Jakarta: Transmedia Pustaka, 2008.

Yustisia, N. 2012. *Hypnoteaching: Seni Ajar Mengeksplorasi Otak Peserta Didik*. Yogyakarta. Ar-Ruzz Media.

ZA. Tabrani, Kurdi, M., dan Zahradi. (2018). Model Pembelajaran Team Assisted Individualization (TAI) dengan Menggunakan Metode Hypnoteaching. *Jurnal Pencerahan*, 12(1), 52 - 86. Retrieve from: [https://scholar.google.co.id/scholar?q=hypnoteaching+hasil+belajar+jurnal&hl=en&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholar](https://scholar.google.co.id/scholar?q=hypnoteaching+hasil+belajar+jurnal&hl=en&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar). Retrieve from: <http://jurnal.pencerahan.org/index.php/jp/article/download/19/18>.

Direktorat Jendral PP & PL Departemen Kesehatan RI 2009. *Buku Saku Pencegahan Kanker Leher Rahim dan Kanker Payudara*. Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular

- Hutapea M. 2017. Pengaruh Pelaksanaan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Terhadap Pengetahuan Dan Kemampuan Siswi Dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Sma Swakarya Tahun 2017. *J Ris Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*. 2(2):105. doi:10.34008/jurhesti.v2i2.77
- Husna A, Fahlevi MI. 2020. Implementation of SADARI in the Early Detection of Breast Cancer in Young Women High School of West Aceh Regency. *J-Kesmas J Fak Kesehat Masy (The Indones J Public Heal*. 7(1):51. doi:10.35308/j-kesmas.v7i1.1919
- Indiasari, D. 2009. *100% Sebulh Tanpa Dokter : A-Z Deteksi, Obati dan Cegah Penyakit*. Yogyakarta : Pustaka Grahatama
- Indrawati, M. 2009. *Bahaya Kanker Bagi Wanita dan Pria*. Jakarta: Buku Pendidikan untuk Kehidupan
- Juwita L, Prabasari N. 2018. Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Terhadap Sikap dan Perilaku pada Remaja Putri. *Adi Husada Nurs J*. 4(2):11-17.
- Kemenkes RI. 2015. Infodatin. Situasi Penyakit Kanker. Jakarta. Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumawaty J, Noviati E, Sukmawati I, Srinayanti Y, Rahayu Y. 2021. Efektivitas Edukasi SADARI (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara. *ABDIMAS J Pengabd Masy*. 4(1):496-501. doi:10.35568/abdimas.v4i1.1177
- Manuaba IAC, dkk. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC
- Marfianti E. 2021. Peningkatan Pengetahuan Kanker Payudara dan Ketrampilan Periksa Payudara Sendiri (SADARI) untuk Deteksi Dini Kanker Payudara di Semutan Jatimulyo Dlingo. *J Abdimas Madani dan Lestari*. 3(1):25-31. doi:10.20885/jamali.vol3.iss1.art4
- Nisman, W. A. 2011. *Lima Menit Kenali Payudara*. Yogyakarta : CV Andi Offset
- Nugroho, T. 2011. *ASI dan Tumor Payudara*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Olfah. Y. 2013. *Kanker Payudara dan SADARI*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Otto, S. E. 2010. *Buku Saku Keperawatan Onkologi*. Jakarta : EGC
- Pamungkas, Z. 2011. *Deteksi Dini Kanker Payudara*. Yogyakarta : Buku Biru
- Prawirohardjo, S. 2011. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Pulungan RM, HARDY FR. 2020. Edukasi “Sadari” (Periksa Payudara Sendiri) Untuk Deteksi Dini Kanker Payudara Di Kelurahan Cipayung Kota Depok. *Disem J Pengabd Kpd Masy*. 2(1):47-52. doi:10.33830/diseinasiabdimas.v2i1.756
- Seniorita D. 2017. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Sadari Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Upaya Deteksi Dini Kanker Payudara Di Sma Yaspeng Paba Tahun 2017. *J Ris Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*. 2(2):93. doi:10.34008/jurhesti.v2i2.76
- Smeltzer, C.S., & Bare, G.B. 2013. *Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth Edisi 8*. Jakarta: EGC
- Suryaningsih, E. K. & Sukaca, B.E. 2009. *Cara Penvegahan Kanker Payudara*. Yogyakarta : Paradigma Indonesia
- Widyastuti, Yulianti.dkk. 2012. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya