

MENGENAL HIPNOTIS MODERN

E-book ini akan membuka pintu pengetahuan Anda tentang hipnotis modern yang sepenuhnya ilmiah.

Oleh: Indra Majid
“Mind Technology Expert”

WWW.INDRAMAJID.COM

KATA PENGANTAR

Di Indonesia, masih banyak orang yang menganggap hipnotis sebagai hal mistis dan sering dihubungkan dengan kejahatan. Padahal sebenarnya hipnotis adalah pengetahuan ilmiah dan sudah diakui oleh World Health Organization (WHO) sebagai cara pengobatan yang aman. Di negara maju seperti Amerika dan Inggris, sudah banyak dokter, psikiater, psikolog, maupun hypnotherapist yang menggunakan hipnotis untuk mengatasi masalah fisik maupun psikologis.

E-book ini menjelaskan wajah hipnotis yang sebenarnya. Hipnotis bukan supranatural. Hipnotis tidak mungkin bisa digunakan untuk kejahatan karena hipnotis bukan ilmu untuk menguasai orang lain, meskipun saya tidak menyangkal bahwa sugesti yang diberikan dalam kondisi hipnotis bisa sangat kuat pengaruhnya. Seseorang yang dihipnotis sekalipun akan menolak sugesti yang merugikan dirinya. Begitu pula apabila seorang terhipnotis diberi sugesti yang melanggar keyakinan dan norma-norma yang dianutnya, maka semua sugesti itu akan diabaikan atau bahkan dia akan bangun dengan sendirinya.

Jika hipnotis bukan supranatural dan bukan kejahatan, lalu apakah hipnotis itu?

E-book ini dibuat untuk menjawab pertanyaan di atas. Setelah Anda mengenal hipnotis dengan benar, Anda akan punya kesempatan untuk merasakan banyaknya manfaat hipnotis atau bahkan Anda akan tertarik untuk mendalami ilmu ini.



Selamat mengenal hipnotis...!

Indra Majid

Pakar Teknologi Pikiran

Informasi tentang Indra Majid bisa Anda dapatkan di:

www.indramajid.com | www.masterhipnotis.com

www.hipnoterapi.asia | www.indohypnosis.com

DAFTAR ISI

E-BOOK MENGENAL HIPNOTIS MODERN

Kata Pengantar

Daftar Isi

BAB 1 - Mengenal Hipnotis

- Definisi Hipnotis
- Hipnotis Adalah Fenomena Alami
- Seperti Apa Rasanya Hipnotis?

BAB 2 - Sejarah Hipnotis

BAB 3 - Proses Formal Hipnotis

- Pre-Induction
- Suggestibility Test
- Induction
- Deepening
- Hypnotic Therapy / Suggestion
- Pengakhiran

BAB 4 - Prinsip Kerja Hipnotis

BAB 5 - Gelombang Otak Dan Hipnotis

BAB 6 - Jenis Hipnotis Menurut Manfaatnya

BAB 7 - Salah Paham Tentang Hipnotis

BAB 8 – Hipnotis Dan Kejahatan

- Apakah Hipnotis Bisa Digunakan Untuk Kejahatan ?
- Analisa Kasus “Kejahatan Hipnotis”

BAB 9 - Apa Saja Manfaat Hipnotis?

BAB 1 - Mengenal Hipnotis

Dalam bahasa Inggris, hipnotis disebut sebagai "hypnosis" atau "hypnotism". Istilah "hypnosis" pertama kali diperkenalkan oleh James Braid, seorang dokter ternama di Inggris yang hidup antara tahun 1795 - 1860. Sebelum masa James Braid, hipnotis dikenal dengan nama "Mesmerism" atau "Magnetism".

Hypnosis berasal dari kata "hypnos" yang merupakan nama dewa tidur orang Yunani. Namun perlu dipahami bahwa kondisi hipnotis tidaklah sama dengan tidur. Orang yang sedang tidur tidak menyadari dan tidak bisa mendengar suara-suara disekitarnya. Sedangkan orang dalam kondisi hipnotis, meskipun tubuhnya beristirahat (seperti tidur), ia masih bisa mendengar dengan jelas dan merespon informasi yang diterimanya.

Hipnotis telah dipelajari secara ilmiah lebih dari 200 tahun. Banyak studi klinis dan eksperimental mencoba menentukan apa yang paling unik dari hipnotis dibanding fenomena mental lainnya. Keunikan ini perlu dipahami untuk merumuskan sebuah definisi hipnotis yang akurat. Namun sampai sekarang, definisi hipnotis yang diungkapkan setiap tokoh masih berbeda-beda. Semua orang setuju adanya sesuatu yang dinamakan hipnotis, tapi berbeda pendapat mengenai apa itu hipnotis. Beberapa definisi tentang hipnotis yang pernah diungkapkannya diantaranya:

- Hipnotis adalah suatu kondisi yang menyerupai tidur yang dapat secara sengaja dilakukan kepada seseorang, di mana seseorang yang dihipnotis bisa menjawab pertanyaan yang diajukan, serta lebih mudah menerima sugesti.
- Hipnotis adalah praktek mempengaruhi orang lain agar mengikuti apa yang diperintahkan oleh ahli hipnotis.
- Hipnotis adalah suatu kondisi pikiran yang terpusat sehingga tingkat sugestibilitas (daya terima saran) meningkat sangat tinggi.
- Hipnotis adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadarannya, yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak dari Beta menjadi Alpha/Theta.
- Hipnotis adalah seni eksplorasi alam bawah sadar.

Semua definisi hipnotis di atas benar, karena menandakan salah satu atau beberapa gejala dari kondisi hipnotis. Akan tetapi apa yang diungkapkan di atas belum bisa mencerminkan keunikan hipnotis yang membedakan hipnotis dengan kondisi mental lainnya. Sebab itu, para pakar hipnotis yang terkumpul dalam U.S. Department of Education, Human Services Division, membuat definisi *“Hypnosis is the by-pass of the critical factor of the conscious mind followed by the establishment of acceptable selective thinking”* atau “hipnotis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar diikuti dengan diterimanya suatu pemikiran atau sugesti tertentu”.

Disadari maupun tidak, Anda mengalami hipnotis setiap hari. Ketika Anda sangat fokus membaca novel/buku, Anda terhipnotis oleh isi novel/buku yang Anda baca sampai-sampai tidak mendengar ketika seseorang memanggil Anda. Contoh lain fenomena hipnotis yaitu saat Anda menonton film atau sinetron yang seru. Anda merasakan ketegangan, terharu, cemas, sedih, bahkan mungkin ada yang menangis mengikuti jalan cerita, padahal Anda tahu bahwa yang Anda saksikan hanya cerita.

Kapanpun pikiran dan perasaan Anda terpengaruh oleh apa yang Anda lihat, dengar, atau rasakan, sebenarnya Anda telah terhipnotis. Hanya saja, level hipnotis yang Anda alami setiap hari adalah level hipnotis yang ringan, berbeda dengan level hipnotis yang digunakan dalam terapi.

Banyak orang bertanya seperti apakah kondisi hipnotis. Sulit untuk menjelaskan seperti apa rasanya hipnotis kalau Anda belum mencobanya sendiri. Namun sebagai gambaran umum, saya bisa jelaskan bahwa kondisi hipnotis tidak berbeda jauh dengan kondisi hampir tertidur yang Anda alami setiap hari. Ketika seluruh tubuh Anda sudah rileks, pikiran Anda tenang, hampir tertidur dan masih bisa mendengar suara di sekitar Anda, kurang lebih seperti itulah kondisi hipnotis. Ketika Anda dihipnotis, Anda akan merasakan seluruh tubuh rileks, pikiran fokus, perasaan damai, dan Anda tetap bisa mendengar suara di sekitar Anda. Bahkan Anda tetap bisa menolak sugesti yang melanggar keyakinan atau merugikan diri Anda.

NOTE: Hipnotis, Hipnosis, Hipnotisme, Hypnosis, Hypnotism = Artinya sama.

BAB 2 - Sejarah Hipnotis

Seperti bidang ilmu lainnya, ilmu hipnotis terus ber-evolusi untuk mencapai kesempurnaannya dalam teori dan praktek. Hipnotis yang ada sekarang sudah sangat maju dibanding hipnotis 200 tahun yang lalu. Para tokoh yang menggunakan hipnotis mencoba merumuskan hipnotis secara ilmiah dan juga menemukan berbagai teknik baru yang efektif. Kali ini kita akan mengulas sejarah hipnotis melalui peran para tokoh hipnotis yang terkenal dari masa ke masa.

Penggunaan hipnotis sudah ada sebelum sejarah itu sendiri tercatat. Tentu saja waktu itu hipnotis belum dikenal dengan nama hipnotis. Hipnotis pada masa dulu dipraktikkan dalam ritual agama maupun ritual penyembuhan.

Catatan sejarah tertua tentang hipnotis yang diketahui saat ini berasal dari Ebers Papyrus yang menjelaskan teori dan praktek pengobatan bangsa Mesir Kuno pada tahun 1552 SM. Dalam Ebers Papyrus diceritakan di sebuah kuil yang dinamai "Kuil Tidur", para pendeta mengobati pasiennya dengan cara menempelkan tangganya di kepala pasien sambil mengucapkan sugesti untuk penyembuhan. Para pendeta penyembuh tersebut dipercaya memiliki kekuatan magis oleh masyarakat.

Seorang Raja Mesir yang bernama Pyrrhus, Kaisar Vespasian, Francis I dari Prancis dan para bangsawan Prancis lainnya sampai Charles X ternyata juga mempraktekkan cara pengobatan yang intinya memberi sugesti kepada pasien untuk sembuh.

Pada sebuah dinding kuil di India juga digambarkan suatu proses pengobatan pada saat pasien dalam kondisi trance yang dicapai melalui suatu tarian atau gerakan-gerakan monoton dalam acara ritual penyembuhan.

Pada sekitar tahun 1500 Paracelsus memperkenalkan suatu istilah Magnetisme, yaitu dengan magnet seseorang dapat disembuhkan penyakitnya, seperti halnya yang dia lakukan kepada pasien-pasiennya. Cara pengobatan inilah yang kemudian diadopsi oleh Mesmer.

Abad 18 adalah abad munculnya hipnotis modern. Diawali oleh kisah seseorang pendeta Katolik bernama Gassner yang tinggal di Klosters sebelah timur Switzerland. Gassner punya teori "seseorang sakit adalah karena kemasukan setan". Untuk mencapai kesembuhan, setan itu harus dikeluarkan dari tubuh. Berbeda dengan para penyembuh waktu dulu yang menutup diri dari tinjauan medis, Gassner mempersilakan para dokter untuk mengobservasi cara pengobatannya.

Gassner mengobati pasiennya secara bersamaan. Pasien duduk berjajar secara memanjang seperti barisan kursi gereja. Sebelum Gassner keluar untuk menemui pasien, seseorang asisten Gassner memberi semacam ceramah yang salah satu isinya adalah ketika Gassner menyentuh tongkat salibnya ke badan pasien, maka pasien akan langsung tersungkur di lantai dan tidak sadarkan diri. Dan itulah yang benar-benar terjadi ketika Gassner menyentuh tongkat salibnya ke tubuh pasien satu per satu.

Pasien yang tidak sadarkan diri itu dianggap mati, dan ketika dibangunkan kembali, pasien dianggap lahir kembali dalam kondisi suci dan terbebas dari pengaruh setan. Dalam kondisi pasien tidak sadarkan diri, Gassner memberi sugesti bahwa setan telah diusir dari tubuh pasien. Pada tahun 1770-an, Mesmer termasuk salah satu dokter yang sering menyaksikan cara pengobatan Father Gassner.

Franz Anton Mesmer (1735-1815)

Mesmer lahir 23 Mei 1734, di Iznang, Lake Constance, Austria. Dia mendapatkan gelar Doctor pada tahun 1766 dengan makalahnya yang berjudul *De Planetarum Influx* (Dalam Pengaruh Planet-planet). Mesmer menyatakan bahwa dalam tubuh manusia terdapat cairan universal yang berfungsi untuk menjaga keseimbangan tubuh. Cairan yang tidak mengalir dengan lancar karena tersumbat bisa menyebabkan manusia menjadi tidak sehat secara mental maupun fisik. Untuk itu Mesmer menggunakan magnet untuk melepaskan sumbatan aliran cairan tadi. Istilah ini dinamakan Animal Magnetism.

Metoda terapi yang dilakukan Mesmer adalah dengan mengisi penuh sebuah bak dengan air lalu diisi besi magnet. Pasien yang ingin diobati diminta memegang besi dalam bak air itu. Jika

pasiennya lebih dari satu, mereka diminta memegang kabel yang menghubungkan satu sama lain dengan maksud agar energi magnet tersebut mengalir ke tiap tubuh pasien.

Kemudian pada saat pengobatan, Mesmer melakukan sebuah drama penyembuhan yang menimbulkan efek sugesti yang kuat. Hal ini membuat pasien yang ada menjadi terhanyut dalam imajinasi drama tersebut. Ada juga pasien yang mengalami halusinasi sehingga seolah-olah melihat tangan Mesmer mengeluarkan asap atau energi. Pada sesi terakhir proses penyembuhannya, Mesmer menyentuh pasien sambil memberi sugesti bahwa pasien sudah disembuhkan.

Mesmer mengklaim bahwa dirinya memiliki energi magnetis, semacam kesaktian yang bisa menyembuhkan. Mesmer juga mengaku bisa mengalirkan energi magnetis ke dalam gelas. Sehingga orang yang minum dari gelas itu dapat sembuh dari penyakitnya. Hal ini membuat Mesmer menjadi sangat terkenal dan kaya, tetapi di sisi lain ia mendapatkan perlawanan dari kalangan medis karena teorinya dinilai tidak ilmiah.

Kondisi ini membuat Mesmer tidak betah di Wina dan kemudian pindah ke Prancis. Nasib Mesmer ketika di Prancis pun tidak jauh beda. Meskipun beberapa dokter mendukung dan masyarakat merasa tertolong dengan kehadiran Mesmer, sebagian besar dokter Prancis tidak senang dengan Mesmer. Sebab itulah pada tahun 1781 Mesmer pindah ke Belgia.

Ternyata, kepergian Mesmer dari Prancis ke Belgia tidak membuat ajaran mesmerisme mati. Mesmerisme makin berkembang pesat di Prancis dan membentuk sebuah organisasi yang khusus mempelajari Mesmerisme. Kemudian atas permintaan penganut mesmerisme di Prancis, Mesmer kembali lagi Ke Prancis.

Kedatangan Mesmer ke Prancis yang kedua kalinya ini juga mendapatkan perlawanan dari kalangan medis. Mereka meminta Raja Louis XVI untuk membentuk komisi khusus yang menyelidiki metode penyembuhan Mesmer. Hasil penyelidikan ini mendiskreditkan Mesmer. Akhirnya Mesmer Pindah ke sebuah desa kecil di Swis dan menghabiskan masa tuanya untuk mengobati orang-orang miskin.

Marquis de Puysegur (1751 – 1825)

Puysegur adalah seorang mantan Militer Prancis yang mendalami Mesmerisme. Dia menyatakan perlunya eksperimen dalam pengembangan Mesmerisme. Puysegur memperkenalkan banyak konsep baru bagi Mesmerisme, seperti somnambulisme artifisial, otomatisisme motor, katalepsi, anestesia, amnesia, perbedaan individual dalam sugestibilitas, serta halusinasi positif dan negatif.

John Elliotson (1791 -1868)

John Elliotson adalah profesor dari University Hospital di London, Inggris. Dia mengenal hipnotis dari Richard Chenevix, seorang murid dari Faria, dan mendalami hipnotis dari Baron de Potet.

Elliotson memulai eksperimen hipnotisnya di tahun 1837. Dia menemukan bahwa pasiennya bisa menjalani pembedahan tanpa merasa nyeri. Dia melakukan hipnotis kepada pasiennya kapanpun itu memungkinkan. Namun apa yang dilakukan Elliotson bertentangan dengan keyakinan para dokter senior waktu itu. Main stream saat itu mempercayai bahwa rasa sakit dibutuhkan dalam proses penyembuhan. Konsekuensinya Elliotson pun di-diskreditkan oleh banyak dokter.

Tidak peduli dengan komentar orang lain, Elliotson terus maju memperkenalkan magnetisme kepada dokter-dokter muda yang diharapkan punya pemikiran baru. Dia mendapatkan banyak sekali pengikut dari dokter-dokter muda. Namun serangan dari kalangan dokter senior semakin kuat sampai pada titik Elliotson memutuskan untuk keluar dari Rumah Sakit dan Universitas, dan tidak pernah kembali lagi.

Elliotson memperjuangkan magnetisme agar diterima secara resmi oleh dunia medis selama 30 tahun. Dia juga menerbitkan sebuah jurnal bernama "Zoist" yang membuat James Esdaile tertarik.

James Esdaile (1808 - 1859)

Dia adalah dokter asal Skotlandia yang bertugas di sebuah rumah sakit di Calcutta, India. Esdaile mencatat rekor penggunaan Mesmerisme dalam pembedahan. Dilaporkan bahwa dia berhasil melakukan ribuan operasi kecil dan 300 operasi besar tanpa rasa sakit. Adanya Mesmerisme yang bisa menghilangkan rasa sakit ini sangat penting karena pada waktu itu belum ditemukan obat

bias. Semua dokter waktu itu, apabila tidak menggunakan Mesmerisme, maka harus melakukan pembedahan dengan mengandalkan kecepatan tangan sambil mendengarkan jeritan sakit dari pasien.

Sejak jaman Mesmer tahun 1735 sampai periode James Esdaile tahun 1859, Hipnotisme (yang waktu itu masih dikenal sebagai mesmerisme) banyak mendapatkan pertentangan dari kalangan medis, karena mereka menganggap Mesmerisme tidak ilmiah dan mengandung unsur mistik.

Pada tahun 1846, nitrous oxide dan ether telah ditemukan dan sangat berhasil digunakan dalam pembedahan dan menjadi pilihan dunia kedokteran saat itu. Apa yang dilakukan oleh Esdaile dan Elliotson dianggap menyimpang dari praktik kedokteran yang berlaku saat itu.

James Braid (1795 - 1860)

Dokter dan penulis terkenal di Inggris, James Braid merupakan orang pertama yang mencoba menjelaskan fenomena mesmerisme dari sudut pandang ilmu psikologi. Ia adalah seorang ahli bedah dan seorang penulis yang produktif dan andal. Ia juga sangat dihormati oleh British Medical Association.

Pada tahun 1841, ia melakukan pemeriksaan medis pertama terhadap seorang subjek yang berada dalam kondisi trance mesmerisme. Setelah pemeriksaan pertama, ia memulai eksperimen pribadi dan melibatkan rekan kerja yang ia percaya. Dari hasil penelitian yang ia lakukan, akhirnya hipnotis dapat dijelaskan dalam kerangka ilmiah dan diterima sebagai suatu teknik pengobatan oleh dunia kedokteran Inggris.

Dalam penelitiannya, Braid menemukan bahwa memfokuskan pandangan mata (eye fixation) mengakibatkan suatu kondisi kelelahan, misalnya kelopak mata menjadi sangat lelah sehingga tidak bisa dibuka oleh subjek. Ia beranggapan, itu adalah kunci mesmerisme. Setelah melakukan lebih banyak eksperimen, Braid akhirnya mengembangkan teori tentang perhatian mata. Ia meminta subjek untuk menatap berbagai objek dari berbagai posisi, termasuk memandangi matanya dan juga api lilin, dan berhasil membawa subjek masuk ke kondisi trance. James Braid

disebut sebagai Bapak Hipnotis, karena dia yang memperkenalkan nama hipnotis atau hypnotism untuk menggantikan mesmerisme dan magnetisme.

Ambroise Auguste Liebeault (1823 – 1904)

Dokter Prancis yang baik hati yang mengabdikan pada rakyat miskin, yang tidak pernah menuntut biaya pengobatan kepada pasiennya. Liebeault menyatakan bahwa yang membuat orang memasuki kondisi hipnotis adalah sugesti verbal (sugesti yang diucapkan). sugestibilitas dan kemampuan imajinasi klien dipandang sebagai kunci keberhasilan hipnoterapi.

Jean Martin Charcot (1825 – 1893)

Charcot adalah neurolog yang sangat terkenal di Prancis. Disamping nama besarnya dalam dunia medis, eksperimennya dalam bidang hipnotis tidak dilandasi oleh pengetahuan yang mendalam. Sehingga dia menyimpulkan bahwa hipnotis adalah kondisi tidak normal yang bisa melemahkan pikiran seseorang. Apa yang dikatakan Charcot tentang hipnotis telah membuat ilmu hipnotis mundur, sehingga hanya sedikit orang yang mempelajari hipnotis. Pendapat Charcot ini kemudian ditentang oleh Nancy School of Hypnosis.

Sigmund Freud (1856 – 1939)

Jasa terbesar Freud dalam bidang memahami pikiran manusia adalah menyusun teori yang sistematis tentang pikiran sadar, pikiran tak sadar, dan cara kerja pikiran. Dia juga menemukan teknik psikoterapi yang dinamakan psikoanalisa. Namun dalam bidang hipnotis, dia bukanlah tokoh yang ikut mengembangkannya, alih-alih menyebabkan kemunduran hipnotis. Sebagai tokoh yang disegani, pernyataannya yang negatif mengenai hipnotis telah membuat para pakar lain untuk berhenti atau tidak mau mempelajari hipnotis.

Freud menghabiskan waktu 19 Minggu untuk belajar hipnotis dari Charcot. Namun dalam praktek hipnotis, Freud sering gagal menghipnotis orang normal karena dia kurang terampil menjalin rapport dengan klien yang. Karena kegagalannya itu, Freud membuat pernyataan bahwa hipnotis hanya berhasil untuk orang yang sakit mental dan mengklaim bahwa hipnotis memiliki efek samping yang membahayakan. Apa yang dikatakan Freud tersebut serupa dengan pendahulunya, Charcot.

Freud meninggalkan hipnotis, dan kemudian menciptakan psikoanalisa. Ada yang belum banyak diketahui orang mengenai hubungan Freud dan hipnotis. Meskipun Freud tidak menggunakan hipnotis dalam menerapi pasiennya, sebenarnya dia tetap mempelajari dan mengamati perkembangan hipnotis. Freud ternyata sangat tertarik dengan hipnotis.

Diceritakan oleh Gerald F. Kein dalam pelatihannya, bahwa beberapa bulan sebelum Freud meninggal, dia merekam pernyataannya tentang hipnotis. Ada audio tape dari Freud yang dibawakan oleh seorang keponakan Freud di acara konferensi tahunan hipnotis. Isinya kurang lebih: *"kami telah mempelajari hipnotis selama 39 tahun, dan kami masih belum mengenal seluruhnya tentang hipnotis. Jika kami menyadari dari dulu bahwa hipnotis adalah alat yang paling efektif dalam transformasi pikiran manusia, kami tidak akan mengembangkan psikoanalisis yang sekarang masih dianggap orang sangat berguna....."*

Milton Hyland Erickson (1901-1980)

Erickson dipandang sebagai Hipnoterapis dan psikoterapis yang paling kreatif sepanjang sejarah hipnotis. Kehebatan Erickson di dunia psikoterapi mungkin bisa disetarakan dengan Freud dalam menjelaskan perilaku manusia. Erickson menjalani hidup yang unik dengan keterbatasan yang ia alami, mulai dari buta warna, agak tuli, dan dyslexia. Ia juga menderita sakit polio sebanyak dua kali, yaitu pada usia 17 dan 51 tahun.

Erickson sangat berbeda pendapat dengan pendahulunya mengenai hipnotis. Dia menyatakan bahwa dalam suatu proses hipnotis, yang paling berperan adalah pikiran klien sendiri. Erickson juga menyatakan bahwa hipnotis adalah kondisi yang wajar dan tidak bisa digunakan untuk membuat orang lain melakukan sesuatu yang bertentangan dengan keyakinan dan normal yang dianut seseorang.

Erickson mengubah pola sugesti hipnotis dari yang bersifat direct (langsung memerintahkan subjek untuk melakukan sesuatu) menjadi indirect (tidak langsung dengan cara menggunakan cerita atau perumpamaan). Dia juga mengembangkan teknik-teknik sugesti serta pendekatan ideodinamik (pola interaktif) dalam proses terapi. Selama enam puluh tahun, M. Erickson rata-rata

menghipnotis 14 orang per harinya! Dengan berbagai macam teknik yang dilakukan Erickson, prosentase orang yang dapat dihipnosis dalam suatu komunitas menjadi naik.

Orangnya sangat kocak, bahkan dengan non verbal pun dia dapat menghipnotis orang lain cukup hanya dengan bersalaman saja. Akibatnya banyak teman-teman dekat Erickson tidak mau bersalaman dengannya karena takut dihipnotis. Atas jasanya, maka hipnotis dapat diterima oleh Asosiasi Medis Amerika dan Asosiasi Psikiatris Amerika sebagai alat terapi sejak tahun 1958.

Dave Elman (1900-1967)

Tokoh lain yang mengembangkan hipnotis adalah Dave Elman yang mengembangkan teknik induksi cepat yang sangat berguna untuk dokter dan dokter gigi. Karir Elman dalam hipnotis melonjak sejak pertunjukan hipnotisnya yang disaksikan banyak dokter. Sejak saat itu, banyak sekali dokter yang belajar hipnotis dari Dave Elman. Dave Elman terkenal dengan teknik induksinya yang diberi nama "Elman Induction" dan bukunya yang berjudul Hypnotherapy.

Ormond McGill (1913-2005)

Ormond Mc Gill yang spesialisasinya sebagai seorang Stage Hypnotist dan dijuluki sebagai The Dean of American Hypnotist. Bukunya yang berjudul The New Encyclopedia of Stage Hypnotism menjadi semacam "kitab suci" bagi setiap orang yang ingin mendalami hipnotis.

Setelah melalui proses sejarah yang panjang, dengan perjuangan para tokoh-tokoh yang mengembangkan dan memperkenalkannya kepada umum, sekarang hipnotis sudah diterima sepenuhnya sebagai alat terapi yang berguna dan aman. hipnotis telah diakui sebagai salah satu dari metode terapi yang sah oleh berbagai lembaga negara, diantaranya:

- British Medical Association pada tahun 1955,
- American Medical Association pada tahun 1958, dan
- American Psychological Association pada tahun 1960.

BAB 3 - Proses Hipnotis dalam Hipnoterapi

Apabila Anda datang ke kantor saya untuk mengikuti hipnoterapi, maka Anda akan melalui beberapa proses hipnotis seperti di bawah ini.

1. INTERVIEW

Setiap proses hipnotis dan hipnoterapi selalu dimulai dengan percakapan antara hypnotist dan subyek. Tujuan dari interview antara lain menjalin keakraban antara terapis dan klien, memahami masalah klien, menentukan tujuan terapi, dan menjelaskan kepada klien tentang prosedur terapi yang akan dilakukan. Pada saat interview, pasien diharapkan tidak malu untuk bertanya tentang apa saja yang mengganjal di hatinya agar proses hipnotis atau hipnoterapi dapat berlangsung lancar.

2. INDUKSI

Induksi adalah cara yang digunakan oleh hypnotist/hypnotherapist untuk membimbing klien menuju kondisi hipnotis. Ada banyak cara yang bisa digunakan untuk induksi. Seorang hypnotist/hypnotherapist harus memahami tipe pikiran kliennya sehingga dia bisa menggunakan teknik induksi yang tepat. Seorang hypnotist/hypnotherapist tidak berhak memaksakan hipnotis kepada orang lain. Syarat utama agar seorang klien bisa sembuh/berubah melalui hipnotis yaitu klien harus punya keinginan untuk sembuh/berubah dari dirinya sendiri, bukan karena paksaan orang lain.

3. DEEPENING

Deepening merupakan kelanjutan dari induksi. Teknik deepening digunakan untuk memperdalam level hipnotis yang dialami klien. Secara sederhana kita bisa membagi level kondisi hipnotis menjadi light trance, medium trance, deep trance atau somnambulism. Level somnambulism merupakan kondisi ideal untuk terapi. Oleh karena itu, apabila setelah induksi klien ternyata belum mencapai kondisi somnambulism, hypnotist/hypnotherapist perlu melakukan deepening untuk membimbing klien menuju kondisi somnambulism.

4. TERAPI PIKIRAN

Setelah klien mencapai level kedalam hipnotis yang ideal, terapi pikiran akan dimulai. Bentuk terapinya bisa berupa pemberian sugesti yang sudah dirancang sedemikian rupa atau menggali akar masalah untuk dinetralisir pengaruhnya. Banyak hypnotist pemula yang kurang memahami bahwa dalam melakukan hipnoterapi, ada teknik-teknik tertentu yang harus dikuasai. Sering kali ada hypnotist pemula yang karena sudah bisa melakukan induksi dan bisa memberi sugesti secara langsung (direct suggestion), maka dia merasa sudah menguasai seluruh ilmu hipnotis. Padahal teknik induksi dan direct suggestion hanyalah bagian kecil dari keseluruhan ilmu terapi hipnotis. Dalam beberapa kasus, memberi sugesti secara langsung (direct suggestion) memang sangat efektif dan bisa membuat klien mengalami perubahan drastis. Namun apabila masalah yang dihadapi klien disebabkan oleh peristiwa traumatik di masa lalu, maka diperlukan teknik terapi khusus seperti Age Regression, Time Line Therapy, Hypnoanalysis, Forgiveness Therapy, Chair Therapy, atau teknik-teknik terapi lainnya.

5. TERMINASI

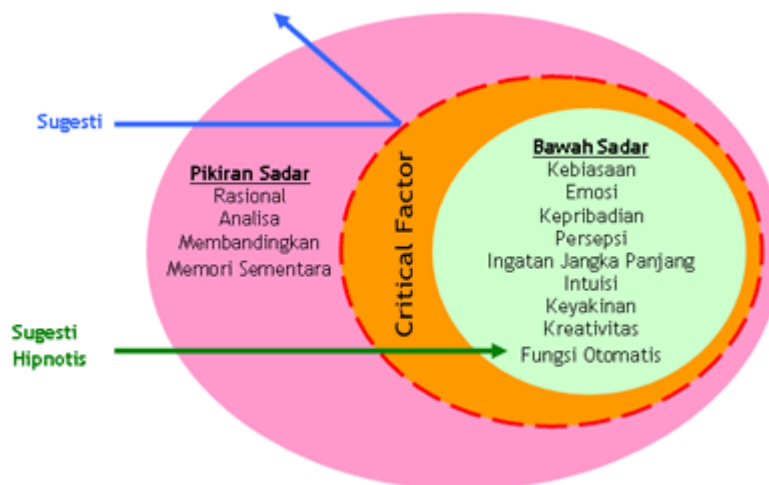
Inilah bagian yang saya sukai. Karena begitu klien membuka mata, saya sering melihat senyum yang ceria dan mata berbinar. Itulah mengapa saya selalu ketagihan melakukan hipnoterapi. Membangunkan klien dari hipnotis adalah hal yang paling mudah dan menyenangkan, lebih mudah dari membangunkan anak-anak di hari libur. Anda tidak perlu takut kalau-kalau tidak bisa bangun dari hipnotis. Sepanjang sejarah hipnotis, tidak satupun orang yang tidak bisa bangun dari kondisi hipnotis.

Proses hipnotis yang saya jelaskan di atas adalah proses hipnotis formal pada umumnya dilakukan dalam hipnoterapi. Perlu Anda catat bahwa proses hipnotis dalam kehidupan nyata tidak selalu sama seperti di atas. Tentu saja akan terlalu teknik jika dijelaskan disini. Cara-cara menghipnotis yang cepat dan mudah akan diajarkan dalam pelatihan hipnotis yang saya adakan. Anda bisa cek di www.masterhipnotis.com untuk informasi pelatihan hipnotis.

BAB 4 - Prinsip Kerja Hipnotis

Banyak orang bertanya, bagaimana cara kerja hipnotis? Bagaimana bisa orang disuruh melakukan ini itu tanpa perlawanan? Berikut ini adalah penjelasannya.

Pikiran atau kesadaran kita itu seperti bawang yang berlapis-lapis. Secara garis besar manusia punya satu pikiran/kesadaran yang terdiri dari dua bagian, yaitu pikiran sadar dan bawah sadar. Pikiran Sadar adalah proses mental yang bisa Anda kendalikan dengan sengaja. Pikiran Bawah Sadar adalah proses mental yang berfungsi secara otomatis sehingga Anda tidak menyadarinya dan sulit untuk dikendalikan secara sengaja.



Gambar Model Pikiran Manusia

Pikiran sadar mempunyai 4 fungsi utama, yaitu: mengenali informasi yang masuk dari pancar indra, membandingkan dengan memori kita, menganalisa, dan kemudian memutuskan respon spesifik terhadap informasi tersebut. Sedangkan pikiran bawah sadar berfungsi memproses kebiasaan, perasaan, memori permanen, kepribadian, intuisi, kreativitas, dan keyakinan.

Pengaruh pikiran bawah sadar terhadap diri kita adalah 9 kali lebih kuat dibandingkan pikiran sadar. Itulah mengapa banyak orang yang sulit berubah meskipun secara sadar mereka sangat

ingin berubah. Apabila terjadi pertentangan keinginan antara pikiran sadar dan bawah sadar, maka pikiran bawah sadar selalu menjadi pemenangnya.

Apabila kita ingin mengubah kebiasaan, kepribadian, keyakinan yang negatif, mengendalikan emosi, maka yang harus diubah adalah "program pikiran" yang ada di pikiran bawah sadar. Misalnya, sebagian besar perokok tahu bahwa merokok itu merugikan. Bahkan tidak sedikit yang ingin berhenti merokok. Namun mereka seolah tidak bisa lepas dari kebiasaan merokok, meskipun segala usaha telah dilakukan. Hal ini terjadi karena pikiran bawah sadarnya selalu menginginkan rokok. Tidak peduli sekuat apapun pikiran sadar berusaha menolak rokok, selama pikiran bawah sadarnya masih suka (baca: terbiasa) merokok, maka berhenti merokok adalah hal yang mustahil.

Garis putus-putus (pada gambar di atas) meng-ilustrasi-kan Critical Factor. Critical Factor adalah bagian dari pikiran yang selalu menganalisis segala informasi yang masuk dan menentukan tindakan rasional seseorang. Critical Factor ini melindungi pikiran bawah sadar dari ide, informasi, sugesti atau bentuk pikiran lain yang bisa mengubah program pikiran yang sudah tertanam di bawah sadar.

Seorang anak kecil usia 0-3 tahun dalam pikirannya belum terbentuk Critical Factor, sehingga anak kecil menerima perintah/informasi dari orang lain begitu saja tanpa berpikir panjang. Anak kecil tidak menyaring informasi/sugesti, apapun yang diterima dari lingkungannya dianggap sebagai sesuatu yang benar. Usia 0-3 tahun ini adalah fase kritis dalam pertumbuhan anak. Jika kita banyak memberikan perintah/informasi yang positif, maka anak akan tumbuh menjadi anak yang cerdas dan sukses, begitu sebaliknya. Seiring bertambahnya usia, Critical Factor akan membentuk dan semakin menguat hingga dewasa.

Ketika kita sudah dewasa dan dalam kondisi sadar seperti sekarang ini, Critical Factor akan menghalangi afirmasi atau sugesti yang ingin kita tanamkan ke pikiran bawah sadar. Sugesti yang diucapkan dalam kondisi sadar terhalang oleh Critical Factor, sehingga efeknya sangat kecil atau bahkan tidak ada sama sekali karena ditolak mentah-mentah oleh Critical Factor. Misalnya, seorang perokok yang sudah 20 tahun merokok mengatakan pada dirinya "Saya mau berhenti merokok sekarang", maka Critical Factornya mengkritik dengan kata-kata yang terdengar dalam

hati "Walah kamu mana bisa berhenti merokok, kamu sudah terlalu lama merokok, apa kamu mampu meninggalkan rokok?, omong kosong, kamu dulu juga sudah pernah mau berhenti merokok tapi nyatanya gagal." Hasilnya kemauan untuk berhenti merokok itu menjadi lemah dan kita tidak berdaya untuk berhenti merokok.

Saat saya melakukan hipnotis, yang terjadi adalah saya mem-by-pass Critical Factor subjek (orang yang dihipnotis) dan langsung berkomunikasi dengan pikiran bawah sadar subjek. Hasilnya saya bisa memprogram ulang pikiran subyek seperti berbicara pada anak usia 0-3 tahun. Hampir-hampir tidak ada perlawanan dalam diri subyek selama sugesti yang saya berikan tidak merugikan subyek. By-pass di sini jangan disalah artikan sebagai suatu bentuk manipulasi. Menembus Critical Factor ini dilakukan dengan suatu teknik induksi.

Induksi bisa dilakukan dengan cara membuat pikiran sadar subjek dibuat sibuk, lengah, bosan, bingung (tidak memahami) atau lelah sehingga pintu gerbang menuju pikiran bawah sadar, yaitu Critical Factor terbuka atau tidak berfungsi sebagaimana mestinya. Karena Critical Factor terbuka atau pengawasannya lemah maka sugesti akan langsung menjangkau pikiran bawah sadar.

Critical Factor menjadi tidak aktif ketika seseorang dalam kondisi hipnotis. Maka dari itu, semua sugesti - selama tidak bertentangan dengan sistem kepercayaan dan nilai-nilai dasar yang dianut seseorang - akan diterima oleh pikiran bawah sadar sebagai kebenaran, kemudian disimpan sebagai program pikiran. Program pikiran yang sudah ditanamkan melalui sugesti dalam kondisi hipnotis, akan menjadi pemicu perubahan yang permanen.

BAB 5 - Gelombang Otak dan Hipnotis

Jaringan otak manusia hidup menghasilkan gelombang listrik yang berfluktuasi. Gelombang listrik inilah disebut brainwave atau gelombang otak. Dalam satu waktu, otak manusia menghasilkan berbagai gelombang otak secara bersamaan. Empat gelombang otak yang diproduksi oleh otak umumnya manusia yaitu beta, alpha, tetha, delta. Akan tetapi selalu ada jenis gelombang otak yang paling dominan, yang menandakan aktivitas otak saat itu. Gelombang otak menandakan aktifitas pikiran seseorang.



Gelombang otak diukur dengan alat yang dinamakan Electro Encephalograph (EEG). EEG ditemukan pada tahun 1929 oleh psikiater Jerman, Hans Berger. Sampai saat ini, EEG adalah alat yang sering diandalkan para peneliti yang ingin mengetahui aktivitas pikiran seseorang.

Beta, frekuensi 12 - 25 Hz.

Dominan pada saat kita dalam kondisi terjaga, menjalani aktifitas sehari-hari yang menuntut logika atau analisa tinggi, misalnya mengerjakan soal matematika, berdebat, olah raga, dan memikirkan hal-hal yang rumit. Gelombang beta memungkinkan seseorang memikirkan sampai 9 obyek secara bersamaan.

Alpha, frekuensi 8 - 12 Hz.

Dominan pada saat tubuh dan pikiran rileks dan tetap waspada. Misalnya ketika kita sedang membaca, menulis, berdoa dan ketika kita fokus pada suatu obyek. Gelombang alpha berfungsi sebagai penghubung pikiran sadar dan bawah sadar. Alfa juga menandakan bahwa seseorang dalam kondisi hipnotis yang ringan.

Theta, frekuensi 4 - 8 Hz

Dominan saat kita mengalami kondisi hipnotis yang dalam, meditasi dalam, hampir tertidur, atau tidur yang disertai mimpi. Frekuensi ini menandakan aktivitas pikiran bawah sadar.

Delta, frekuensi 0,1 - 4 Hz.

Dominan saat tidur lelap tanpa mimpi.

Penemuan alat untuk mengukur gelombang otak berpengaruh positif terhadap perkembangan hipnotis. Hipnotis yang semula dianggap sebagai hal yang misterius, menakutkan, dan dianggap fenomena supranatural, sekarang sudah diterima secara ilmiah sebagai kondisi alami manusia.

Telah dilakukan penelitian pada sejumlah subjek dan diperoleh hasil bahwa subjek yang sedang dalam kondisi hipnotis, gelombang otaknya antara alpha dan theta. Dalam kondisi terjaga, gelombang otak subjek umumnya adalah beta. Begitu dilakukan induksi, maka gelombang otak subjek secara cepat turun ke alpha, dan setelah dilakukan teknik deepening, otak subjek menunjukkan gelombang theta. Diyakini oleh para ilmuwan bahwa apabila otak memproduksi gelombang otak theta yang dominan, maka sedang terjadi aktifitas pikiran bawah sadar.

Sekarang anda sudah tahu bahwa seorang dalam kondisi trance hipnotis gelombang otaknya adalah antara alpha dan theta. Pertanyaannya, apakah gelombang otak alpha dan theta hanya terjadi pada kondisi trance hipnotis saja?

Ternyata tidak. Secara alami anda memasuki kondisi alpha dan theta setiap akan tidur dan bangun tidur. Ketika anda sudah merasa sangat rileks, tenang, dan hampir tertidur, tapi anda masih menyadari keberadaan anda, maka seperti itulah kondisi hipnotis. Ketika anda terjaga dari tidur, dan masih malas untuk beranjak dari tempat tidur karena masih ingin melanjutkan tidur lagi, maka seperti itulah kondisi hipnotis.

Bedanya ketika anda akan tidur yaitu anda hanya mengalami kondisi alpha-theta dalam beberapa menit saja, kemudian gelombang otak anda turun ke delta (tanda bahwa tubuh dan pikiran anda beristirahat total). Sedangkan dalam kondisi hipnotis, anda bisa mengalami kondisi trance (gelombang otak alpha-theta) dalam waktu yang lama.

Orang yang bermeditasi, berdoa dengan khusyuk, terpana melihat sesuatu, terhanyut membaca novel atau suatu cerita, melamun dan semacamnya juga menghasilkan gelombang otak alpha sampai theta.

Dengan mengetahui bahwa kondisi hipnotis adalah kondisi yang alami bagi manusia, maka tidak perlu ada ketakutan lagi bahwa hipnotis itu berbahaya. Kecurigaan bahwa ada unsur magis, sihir atau paranormal dalam hipnotis sudah lenyap sejak diketahui bahwa hipnotis itu fenomena mental yang alami.

BAB 6 - Jenis Hipnotis Menurut Manfaatnya

Banyak sekali manfaat hipnotis. Karena terlalu banyak dan sangat bervariasi, tidak seorangpun yang bisa secara pasti menyebutkan apa saja manfaat yang bisa diperoleh dari hipnotis. Hipnotis bisa berperan hampir di semua bidang kehidupan yang melibatkan pikiran manusia. Jenis-jenis hipnotis berikut ini dibedakan berdasarkan bidang aplikasinya yang paling populer dalam dunia hipnotis.

HYPNOTHERAPY / CLINICAL HYPNOSIS

Hypnotherapy atau Clinical Hypnosis adalah aplikasi hipnotis dalam menyembuhkan gangguan mental dan meringankan gangguan fisik. Hipnotis telah terbukti secara medis bisa mengatasi berbagai macam gangguan psikologis maupun fisik. Hipnotis tidak seperti cara pengobatan lain yang mengobati gejala (simptom) atau akibat yang muncul. Hipnotis berurusan langsung dengan penyebab suatu masalah. Dengan menghilangkan penyebabnya maka secara otomatis akibat yang ditimbulkan akan lenyap atau tersembuhkan.

MEDICAL HYPNOSIS

Yaitu penggunaan hipnotis untuk dunia medis, terutama oleh dokter ahli bedah dan dokter gigi dalam menciptakan efek anesthesia tanpa menggunakan obat bius. Teknik hipnotis yang digunakan untuk anestesi sudah digunakan oleh John Elliotson (1791 -1868). Elliotson adalah dokter yang pertama kali menggunakan mesmerisme (nama kuno dari hypnotism) untuk melakukan pembedahan tanpa rasa sakit. Pada masa Elliotson hidup, belum ditemukan anestesi (obat bius) sehingga sebagian dokter menggunakan hipnotis.

COMEDY HYPNOSIS

Comedy Hypnosis adalah hipnotis yang digunakan untuk hiburan semata. Comedy Hypnosis juga sering disebut sebagai Stage Hypnosis. Dinamakan stage hypnosis atau hipnotis panggung karena pada awalnya hipnotis untuk hiburan hanya diperankan di atas panggung. Namun Comedy Hypnosis sekarang tidak terbatas dalam panggung. Di jalan, taman, mall, kampus atau dimana saja Anda bisa mempraktekkan Comedy Hypnosis.

FORENSIC HYPNOSIS

Dalam penyelidikan kepolisian, hipnotis bisa digunakan untuk menggali informasi dari saksi. Suatu kejadian traumatis seperti dalam kasus kejahatan yang menakutkan cenderung membuat pikiran bawah sadar menyembunyikan ingatan yang lengkap tentang kejadian tersebut agar tidak bisa diingat oleh pikiran sadar. Tujuan pikiran sadar menyembunyikan informasi itu sesungguhnya untuk kebaikan diri sendiri, karena apabila ingatan itu muncul, maka trauma dan rasa takut akan muncul tanpa sebab. Dengan bantuan hipnotis, korban atau saksi bisa mengingat kembali dengan jelas dalam kondisi pikiran yang tenang.

METAPHYSICAL HYPNOSIS

Metaphysical Hypnosis adalah aplikasi hipnotis dalam meneliti berbagai fenomena metafisik seperti Out of Body Travel, ESP, Clairvoyance, Clairaudience, Komunikasi dengan inner-self, meditasi, mengakses kekuatan superconscious dan eksperimen-eksperimen metafisika lainnya.

BAB 7 - Salah Paham Tentang Hipnotis

Pada masa kebebasan informasi seperti sekarang ini, salah paham tentang hipnotis masih banyak terjadi. Bukan hanya di Indonesia, persepsi bahwa **hipnotis adalah kejahatan plus sihir** juga terjadi Amerika dan negara-negara lainnya.

Cobalah tanyakan kepada 10 orang awam di sekitar Anda, "Apa itu hipnotis?". Kemungkinan besar mereka akan menjawab semacam ini: "**Hipnotis adalah ilmu hitam yang digunakan kejahatan dengan cara membuat korban tidak sadar dan menuruti perintah orang yang menghipnotis**".

Apakah definisi hipnotis di atas benar?

Mari kita melacak asal mula kesalahpahaman tentang hipnotis.



Tahun 1894, George du Maurier membuat novel yang bercerita tentang seorang tokoh jahat bernama Svengali. Svengali punya kekuatan mistis yang bisa menguasai pikiran orang lain. Novel ini sukses, dan kemudian dibuat film pada tahun 1933. Film ini pun ditonton jutaan orang. Sejak saat itu, Svengali seolah-olah menjadi ikon hipnotis. Masyarakat secara tidak sadar menjadi takut dengan hipnotis. Novel dan film Svengali berhasil menciptakan kesalahpahaman besar terhadap hipnotis.

Svengali hanyalah yang pertama. Setelah Svengali, ada puluhan film lain yang menimbulkan kesalahpahaman terhadap hipnotis. Di Indonesia sendiri ada beberapa sinetron yang menimbulkan kesan bahwa hipnotis adalah kejahatan atau ilmu hitam.

Pencitraan dan penggunaan kata yang salah pada berita yang dimuat di surat kabar, radio dan televisi juga sangat berpotensi memperbesar miskonsepsi dan ketakutan masyarakat terhadap hipnotis. Sampai hari ini, masih sering ditulis di Koran bahwa ada kejahatan menggunakan hipnotis. Cobalah Anda cari di Google dengan kata kunci "korban hipnotis" atau "kejahatan hipnotis", maka Anda akan menemukan ratusan artikel kasus kejahatan yang dikatakan menggunakan hipnotis. **Padahal sebenarnya hipnotis tidak bisa digunakan untuk kejahatan semacam itu.**

Menurut pengamatan saya, sebagian praktek kejahatan yang diberitakan sebagai kejahatan hipnotis sebenarnya adalah pembiusan atau penipuan belaka yang memanfaatkan kelemahan korban. Mungkin ada baiknya apabila rekan-rekan di media masa memahami apa itu hipnotis dan bedanya dengan penipuan supaya mereka bisa menggunakan kata "hipnotis" secara bijaksana dan pada tempatnya.

Di bawah ini coba sebutkan beberapa miskonsepsi hipnotis, disertai dengan penjelasan yang benar mengenai miskonsepsi tersebut.

Miskonsepsi: Hypnotist (orang yang menghipnotis) menggunakan kekuatan supranatural tertentu yang bisa mempengaruhi atau mengendalikan pikiran orang lain.

FAKTA: Hipnotis adalah ilmu pengetahuan yang ilmiah walaupun terlihat misterius bagi orang yang belum mengenalnya. Seorang ahli hipnotis tidak menggunakan kekuatan supranatural, gaib, mistik, bantuan jin dan sebagainya. Hipnotis menggunakan kekuatan sugesti atau pengaruh kata-kata yang disampaikan dengan teknik-teknik khusus. Satu-satunya kekuatan dalam hipnotis adalah kata-kata dan pemahaman bahasa. Anda hanya bisa terhipnotis jika Anda memahami bahasa orang yang menghipnotis Anda. Misalnya ada pakar hipnotis dari Amerika datang untuk menghipnotis orang Indonesia, maka yang bisa terhipnotis hanya orang yang memahami Bahasa Inggris saja. Sugesti disampaikan melalui kata-kata, dan kata-kata tersebut harus dipahami oleh orang yang dihipnotis.

Miskonsepsi: Hipnotis bisa digunakan untuk memaksa seseorang secara halus sehingga mau melakukan sesuatu yang merugikan atau berbahaya.

FAKTA: Anda hanya bisa dihipnotis apabila Anda bersedia mengikuti instruksi atau arahan ahli hipnotis sehingga Anda memasuki kondisi trance (pikiran bawah sadar terbuka). Dalam kondisi hipnotis, Anda tidak akan kehilangan kendali atas pikiran Anda. Kalau Anda tidak setuju atau tidak suka atau tidak mengerti maksud dari sugesti yang diberikan, pikiran bawah sadar Anda akan menolaknya. Sugesti yang bertentangan dengan keyakinan dan nilai dasar seseorang tidak akan berpengaruh sedikitpun. Misalnya Anda diberi sugesti untuk membenci nabi yang Anda yakini benar, maka sugesti ini tidak berpengaruh kepada Anda.

Miskonsepsi: *"Saya tidak mau dihipnotis karena takut dibuat malu. Saya tidak mau ditertawakan orang sebab melakukan kekonyolan ketika dihipnotis."*

FAKTA: Hal tersebut hanya terjadi dalam stage hipnotis atau hipnotis untuk hiburan. Dalam praktek hypnotherapy, Anda tidak akan diperintahkan untuk melakukan sesuatu yang tidak Anda inginkan. Orang yang bersedia dihipnotis untuk melakukan hal-hal lucu sebenarnya juga sudah mengizinkan dirinya untuk melakukan perilaku lucu tersebut. Seorang stage hypnotist selalu meminta izin dari sukarelawan yang akan hipnotis. Tanpa izin dan kesediaan orang yang bersangkutan, hipnotis tidak akan terjadi.

Miskonsepsi: Hipnotis berasal dari kekuatan supranatural.

FAKTA: Sejak abad 18, lembaga kedokteran Perancis yang dipimpin Benjamin Franklin telah membuktikan dan menyatakan bahwa Hipnotis (saat itu disebut sebagai Mesmerism) seperti yang dilakukan oleh Mesmer bukan karena adanya kekuatan gaib atau supranatural. Yang berperan dalam hipnotis adalah sugesti dan imajinasi subyek sendiri. Kondisi hipnotis adalah kondisi alami manusia yang dicapai dengan teknik induksi untuk membuat pikiran sadar ber-istirahat. Hypnotist (orang yang bisa menghipnotis) tidak perlu kekuatan supranatural agar bisa menghipnotis orang lain.

Miskonsepsi: Saya takut tidak bisa bangun dari kondisi hipnotis.

FAKTA: Hipnotis sangat aman untuk siapapun. Sepanjang sejarah hipnotis, tidak ada orang yang tidak bisa bangun dari kondisi hipnotis. Kadang memang orang yang sedang dalam trance hipnotis tidak bersedia dibangunkan karena dia menikmati kondisi hipnotis yang sangat nyaman dan damai. Kalaupun subjek tidak mau dibangunkan, maka dia akan bangun dengan sendirinya setelah puas merasakan pengalaman damai tersebut. Dalam kondisi hipnotis, Anda bisa bangun seketika apabila Anda terancam bahaya.

Miskonsepsi: Saya ini orang hebat, tidak mungkin bisa dihipnotis..!

FAKTA: Ada anggapan bahwa orang yang bisa dihipnotis adalah orang yang lemah pikirannya. Anggapan ini salah besar. Orang yang lemah pikirannya, kurang ilmu, kurang pengalaman, dan IQ-nya rendah memang mudah ditipu, tetapi orang seperti ini malah sulit dihipnotis. Orang dengan gangguan mental yang parah juga mustahil untuk dihipnotis. Untuk memasuki kondisi hipnotis, seseorang perlu konsentrasi dan menggunakan imajinasinya. Orang yang punya kemampuan konsentrasi tinggi lebih mudah dalam memasuki kondisi hipnotis. Jadi jangan berbangga diri jika Anda merasa tidak bisa dihipnotis. Perlu juga Anda ingat bahwa Anda hanya bisa dihipnotis jika Anda menginginkan.

Miskonsepsi: Dari seluruh populasi manusia, Hanya 20% orang yang bisa dihipnotis dengan cepat dan mudah, yaitu orang dengan sugestibilitas tinggi.

FAKTA: Pendapat ini sudah ketinggalan jaman. Dengan teknik hipnotis yang ada saat ini, semua orang yang bersedia dihipnotis bisa dihipnotis dalam waktu singkat. Ada juga kepercayaan bahwa orang yang kritis dan analitis sulit dihipnotis atau membutuhkan waktu lama untuk memasuki kondisi hipnotis. Namun dengan teknik yang ada sekarang, orang yang kritis dan analitis malah mudah dihipnotis dalam waktu sangat cepat. Prinsipnya: semua orang bisa memasuki kondisi hipnotis dengan cepat asalkan bersedia mengikuti instruksi orang yang menghipnotis.

Miskonsepsi: Seumur hidup, saya belum pernah mengalami hipnotis.

Hipnotis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar dan diterimanya pemikiran atau sugesti tertentu (tanpa melalui proses analisa terlebih dahulu). Apabila kita mengacu pada pengertian di atas, maka kapanpun Anda menerima suatu informasi dan meyakini informasi itu benar tanpa berpikir panjang, maka sebenarnya Anda sudah mengalami hipnotis. Peristiwa seperti ini dinamakan waking hipnotis, atau hipnotis dalam kondisi sadar.

Anda dihipnotis setiap hari oleh iklan, berita, film, sinetron dan sumber informasi lain di sekitar Anda. Ketika Anda membaca novel atau menonton film, mengapa Anda merasakan tegang, cemas, sedih, gelora cinta dan emosi lain padahal Anda tahu bahwa yang Anda saksikan hanyalah cerita belaka? Ketika menonton film atau membaca novel, sebenarnya Anda mengizinkan diri Anda untuk terpengaruh oleh film atau cerita novel. Bayangkan betapa hambarnya jika Anda menonton film atau membaca novel tanpa ikut merasakan ceritanya.

Iklan juga telah menghipnotis Anda untuk membeli produk yang diiklankan. Persepsi Anda tentang suatu produk dan keputusan Anda untuk membeli ditentukan apakah iklan itu "mengena" di pikiran Anda atau tidak. Film membentuk persepsi Anda tentang seseorang. Para aktor dan aktris yang memerankan tokoh jahat dalam film sering dibenci orang secara tidak sadar.

Miskonsepsi: Hipnotis adalah cara yang tepat agar seseorang mengatakan sesuatu dengan jujur. Dalam kondisi hipnotis seseorang tidak bisa berbohong.

FAKTA: Dalam kondisi hipnotis, Anda tetap bisa berbohong. Bahkan Anda akan lebih pandai berbohong, karena kemampuan Anda untuk imajinasi dan mengarang cerita semakin hebat ketika dalam kondisi hipnotis. Oleh karena itu dalam aplikasi forensik, hipnotis tidak digunakan untuk mendapatkan pengakuan pelaku kejahatan. Hipnotis berperan mengungkap kejahatan jika diterapkan kepada saksi atau korban. Dalam kondisi hipnotis, saksi atau korban kejahatan bisa menceritakan dengan sangat rinci tentang peristiwa yang dialaminya.

Miskonsepsi: Hipnotis adalah kondisi tidak sadar atau sama dengan tidur.

FAKTA: Hipnotis bukanlah tidur, bukan pula kondisi pingsan. Dalam kondisi hipnotis Anda tetap bisa mendengar semua suara di sekitar. Kemampuan Anda untuk mendengar pun jauh lebih sempurna dibanding dalam kondisi biasa, karena dalam kondisi hipnotis Anda tidak hanya mendengar dengan panca indera, tapi juga dengan pikiran bawah sadar Anda.

Miskonsepsi: Hipnotis menyebabkan lupa ingatan.

Hipnotis tidak menyebabkan lupa ingatan. Malah sebaliknya, dalam kondisi hipnotis orang bisa belajar atau menghafal dengan sangat cepat. Kita juga bisa meningkatkan kemampuan konsentrasi kita melalui hipnotis. Miskonsepsi tentang hipnotis bisa menyebabkan lupa ingatan mungkin berasal dari tontonan stage hipnotis (hipnotis untuk hiburan) dimana seseorang bisa melupakan nama sendiri atau lupa angka tiga. Namun kelupaan ini hanya sementara. Setelah beberapa jam ingatan akan kembali seperti semula.

Miskonsepsi: *"Saya tidak mau dihipnotis, karena tidak mau dikendalikan orang lain."*

Hipnotis tidak bisa digunakan untuk menguasai pikiran Anda. Dalam kondisi hipnotis, pikiran bawah sadar Anda hanya akan menuruti sugesti yang tidak berbahaya dan tidak bertentangan dengan keyakinan dan norma-norma yang Anda anut. Pikiran bawah sadar mungkin akan menerima sugesti untuk lupa nama sendiri dan tidak bisa bergerak. Namun apabila Anda disugesti atau diperintah untuk membenci orang yang Anda cintai atau diperintahkan untuk lompat dari gedung, sugesti ini akan Anda tolak dengan sempurna.

BAB 8 - Hipnotis dan Kejahatan

“Apakah Hipnotis Bisa Digunakan Untuk Kejahatan?”

Saya sering ditanya oleh siswa ataupun klien saya, apakah hipnotis bisa digunakan untuk kejahatan? Maka, jawaban singkat kami adalah "TIDAK". Kalau Anda ingin tahu mengapa di Indonesia hipnotis masih identik dengan kejahatan, uraian berikut pantas Anda baca.

Para pakar hipnotis sepakat bahwa seseorang hanya bisa dihipnotis jika dia bersedia mengikuti instruksi orang yang menghipnotisnya. Seorang ahli hipnotis juga tidak bisa memaksakan kehendaknya kepada orang lain.

Dalam kondisi hipnotis seseorang tidak bisa diperintah untuk melakukan sesuatu yang merugikan dirinya sendiri. Misalnya ketika seseorang dalam kondisi hipnotis diperintah menyerahkan harta benda atau membunuh ibu yang dicintainya, dia akan menolak sugesti itu.

Kalau benar hipnotis tidak bisa digunakan untuk kejahatan, lalu apa yang terjadi pada **“korban hipnotis”** yang sering diberitakan di media masa?

Artikel ini akan mengupas isu kejahatan hipnotis secara tuntas menurut sudut pandang dan analisa saya terhadap berbagai kasus kejahatan hipnotis yang dilaporkan media masa.

Jika Anda melakukan pencarian di Google dengan kata kunci **“korban hipnotis”** atau **“kejahatan hipnotis”**, Anda akan menemukan ribuan hasil pencarian seperti di halaman berikut ini.

- [Tiga Ibu Rumah Tangga Jadi Korban Hipnotis :: Berita :: Berita ...](#)
Liputan6.com merupakan situs berita aktual, tajam, terpercaya yang dimiliki SCTV .
[www.liputan6.com/news/?id=168630&c_id=2 - 15k - Tembolok - Halaman sejenis](#)
- [Tiga Ibu Rumah Tangga Jadi Korban Hipnotis :: Berita :: Berita ...](#)
23 Nov 2008 ... Tiga Ibu Rumah Tangga Jadi **Korban Hipnotis** Tiga warga Perumahan Taman Alamanda, Bekasi, Jabar, menjadi korban hitnotis. ...
[www.liputan6.com/video/?program=news&id=168630&m_id=765108&page=1 - 22k - Tembolok - Halaman sejenis](#)
[Hasil temuan lainnya dari www.liputan6.com >](#)
- [riau.go.id :: Berita :: Pegawai Kantor Gubernur Jadi Korban Hipnotis](#)
PEKANBARU (Riau Online): Ny Musliati, salah seorang karyawan Kantor Gubernur Riau Rabu (20/8) kemaren menjadi **korban hipnotis** 4 orang pria yang mengaku dari ...
[www.riau.go.id/index.php?module=articles&func=display&ptid=1&aid=7770 - 30k - Tembolok - Halaman sejenis](#)
- [Perantauan Malang Jadi Korban Hipnotis « eko sutriyanto dot com](#)
Uang Rp 1,3 juta dan handphone baru Nokia 1600 yang belum genap satu jam dibelinya hilang setelah menjadi **korban hipnotis** yang dilakukan komplotan pelaku ...
[esymetrobanjar.wordpress.com/2008/01/25/perantauan-malang-jadi-korban-hipnotis/ - 16k - Tembolok - Halaman sejenis](#)
- [<i>Hati-hati Jangan Jadi Korban Hipnotis ...</i> - KOMPAS CYBER MEDIA](#)
Hati-hati Jangan Jadi **Korban Hipnotis**... Kejahatan dengan cara menghipnotis korbannya makin merajalela. Penjahat yang biasanya bekerja secara berkelompok ...
[www2.kompas.com/ver1/Metropolitan/0708/19/052726.htm - 18k - Tembolok - Halaman sejenis](#)

Diambil pada 8 Desember 2008

Saya berpendapat bahwa apa yang sering dilaporkan orang sebagai kejahatan hipnotis seperti pada artikel berita di internet maupun media cetak, sebenarnya hanyalah kejahatan biasa yang umumnya berupa:

- Penipuan dengan cara persuasi (kepintaran berbicara atau membujuk) sehingga menimbulkan **rasa kasihan** atau **rasa tamak** dan memanfaatkan **kebodohan** korban.
- Pembiusan dengan menggunakan obat tertentu yang dicampur dengan makanan, minuman, atau asap rokok.
- Sebagian orang mengatakan adanya ilmu gendam, yaitu ilmu untuk memaksakan kehendak dengan kekuatan mistik tertentu. Apakah benar-benar ada? Saya tidak tahu, karena sampai sekarang saya belum pernah melihat bukti nyata mengenai hal ini.

Saya menegaskan, bahwa aksi kejahatan tersebut secara formal tidak bisa disebut hipnotis karena proses-nya tidak serupa dengan proses hipnotis yang sebenarnya.

Agar Anda lebih memahami apa maksud saya, berikut ini saya ulas beberapa berita "Kejahatan Hipnotis" yang saya dapatkan dari beberapa website berita.

Contoh kasus penipuan yang diklaim sebagai hipnotis

Kasus Penipuan 1

Pegawai Kantor Gubernur Jadi Korban Hipnotis

Sumber: www.riau.go.id

Dikirim Oleh: Adrizas Asdrizas pada 21 Agustus 2008 1:41:14 PM

PEKANBARU (**Riau Online**): Ny Musliati, salah seorang karyawan Kantor Gubernur Riau Rabu (20/8) kemarin menjadi korban hipnotis 4 orang pria yang mengaku dari Malaysia. Para penghipnotis sempat menggasak uang di ATM, perhiasan, arloji dan HP korban. Namun semuanya berhasil diselamatkan korban.

Menurut korban, waktu itu dirinya akan berkunjung ke rumah orangtuanya di Jalan Pangeran Hidayat, Pekanbaru. Baru saja turun dari mobil, empat orang pemuda yang mengendarai mobil Innova bernomor polisi BK mendatangnya.

Keempat pemuda yang berlogat Malaysia itu mulanya minta tolong diantarkan ke Mesjid Agung Annur karena mereka akan memberikan sumbangan. Karena niat keempat pemuda ini cukup mulia, Ny Mus bersedia saja menolong. Dan dengan menggunakan mobil mereka, Ny Mus dan keempat pria itu bertolaklah ke Mesjid Agung Annur.

Sesampai di Mesjid Agung Annur, mereka seolah-olah kaget melihat kemegahan mesjid tersebut. Melihat mesjidnya megah, mereka mengurungkan niatnya memberikan sumbangan dan mengajak Ny Mus berkeliling mencari mesjid yang akan dibantu.

Di dalam perjalanan itulah, Ny Mus ditawari sebuah jam tangan Rolex yang menurut mereka berharga Rp 70 juta. Khusus buat Ny Mus mereka cuma menjualnya dengan harga Rp 10 juta. Mungkin karena pengaruh hipnotis Ny Mus bersedia saja tawaran tersebut.

Karena tidak ada uang, Ny Mus kemudian mengambil uang di ATM Bank Riau dan ATM Bank Mandiri. Jumlah uang yang diambil di kedua ATM itu sebesar Rp 8.000.000. Untuk mencukupinya menjadi Rp 10 juta, maka perhiasan, arloji dan HP milik Ny Mus dipreteli dan diambil keempat pria itu.

Setelah mendapatkan barang-barang itu, keempat pria pun menurunkan Ny Mus di Jalan Sudirman. Begitu turun, Ny Mus baru tersadar bahwa dia sedang menjadi korban penipuan. Maka dengan secepat kilat Ny Mus langsung mengembalikan jam tangan rolex itu dan minta keempat pria mengembalikan uang dan barang-barangnya.

Setelah sempat bersitegang, akhirnya keempat pria mengembalikan seluruh uang dan barang-barang tadi. "Alhamdulillah barang-barang dan uang saya kembali. Tapi sampai sekarang saya masih shock dengan peristiwa itu," ujarnya kepada RiauInfo, Kamis

Kasus Penipuan 2

2 Warga MM Jadi Korban Hipnotis

Sabtu, 25-Oktober-2008, 06:27:41

Sumber: www.bengkuluexpress.com

MUKOMUKO, BE - Dua penjahat hipnotis beraksi di Kabupaten Mukomuko. Keduanya berhasil memperdayai Heri Yanto ST (30) pemilik toko bangunan dan kakak iparnya, Rustam (45) pemilik toko kelontongan, keduanya warga Kelurahan Bandar Ratu Kabupaten Mukomuko.

Kepada BE, Heri menuturkan, musibah yang dialaminya itu sekitar pukul 12.15 WIB kemarin sebelum shalat Jumat. Tiba-tiba di tokonya kedatangan 2 orang warga asing. Dilihat dari perawakan dan postur tubuhnya, kedua pelaku masih keturunan dari negara timur tengah atau India. Kedatangan mereka ke toko Heri menggunakan mobil Toyota Avanza warna hitam dengan maksud ingin berbelanja.

Ketika sudah masuk ke dalam toko, warga asing yang bisa berbahasa Indonesia itu menawarkan kepada korban penukaran uang Rp 100 ribu baru dengan uang milik korban Rp 100 ribu yang anti basah. Tiap lembar uang dengan bonus 5 dollar. Ketika itu semua orang yang ada di toko saya menuruti begitu saja permintaan laki-laki tersebut. Bahkan tanpa menaruh curiga sedikit pun, kami mencari yang diminta pelaku, ungkap Heri.

Uang Rp 100 ribu yang diminta pelaku akhirnya terkumpul sebesar Rp 2,8 juta. Selanjutnya, uang itu diberikan kepada kedua pelaku secara cuma-cuma. Tak hanya di toko Heri, pelaku juga beraksi di toko milik Rustam dengan modus yang sama. Dari Rustam ini, pelaku berhasil membawa uang sebesar Rp 1 juta.

Setelah selang beberapa menit ketika kedua pelaku itu pergi barulah semua korban tersadar. Menurut Heri, salah seorang pelaku dengan ciri-ciri tinggi besar, kulit warna hitam, hidung mancung, tinggi badan sekitar 180 cm. Sedangkan satu orang lagi dengan ciri-ciri bibir sumbing, di sebelah tangan kanannya nampak tato berwarna merah jambu bergambarkan buah apel dengan tinggi badan sekitar 160 cm. Kejadian tersebut sudah dilaporkan kedua korban ke pihak kepolisian. (**).

Kasus Penipuan 3

Saat Beraksi di Blok M, Dua Pelaku Hipnotis Ditangkap

Sumber: www.indosiar.com

indosiar.com, Jakarta - Dua pelaku penipuan dengan modus hipnotis Senin (07/07/08) kemarin, ditangkap polisi. Keduanya tertangkap setelah korbannya melapor ke polisi. Modusnya pelaku berpura-pura menjual sebuah buku biologi kuno seharga 50 juta rupiah lalu korban ditepuk lalu tak sadar dan dijarah hartanya.

Nasib sial menimpa dua pelaku hipnotis ini. Saiful dan Anton tidak bisa berlutik ketika polisi memergoki keduanya tengah mengambil sisa uang dari korbannya Sri Utami warga Wanasari Bekasi, Cibitung, Jawa Barat dikawasan Blok M Jakarta Selatan. Aksi kejahatan ini terbongkar saat korban sadar setelah dihipnotis pelaku. Menurut keterangan korban modus awal komplotan ini dengan berpura-pura menawarkan sebuah buku biologi kuno dari Kalimantan yang dipercayai berisi informasi obat awet muda dengan harga 50 juta rupiah.

Korban tak sadarkan diri setelah salah satu dari pelaku ini menepuk punggungnya. Setelah sadar, cincin kawin korban telah raib dibawa pelaku. Merasa ada keanehan korban akhirnya mendatangi orang pintar dan melaporkan kejahatan yang dialaminya ke pihak kepolisian.

Dari keterangan tersangka cincin kawin korban merupakan uang muka dari pembayaran buku biologi kuno itu dan sisanya akan dilunasi korban pada Senin siang dikawasan Blok M Jakarta Selatan. Dari tangan kedua tersangka ini polisi menyita sebuah kertas bertuliskan Arab yang diyakini sebagai buku biologi kuno. Polisi juga menyita dua buah telpon genggam serta uang tunai 700 ribu rupiah yang diduga hasil kejahatan komplotan ini. **(Dedi Irawan/Sup)**

ANALISA KASUS:

Selain 3 contoh kasus di atas, ada masih ada ribuan berita kejahatan hipnotis yang sebenarnya hanyalah penipuan. Saya yakin, tertipnya korban-korban itu bukan karena pengaruh hipnotis dari pelaku kejahatan. Pelaku kejahatan mungkin memang punya kemampuan bersandiwara serta pandai berbicara dan membujuk orang lain, tapi hanya sebatas kemampuan komunikasi persuasif belaka, tidak ada unsur hipnotis di dalamnya.

Kadang pelaku penipuan juga sengaja membingungkan korban dengan berbagai cara, misalnya menepuk bahu korban, menanyakan sesuatu yang tidak diketahui jawabannya oleh korban, dan memberikan kejutan yang tidak disangka-sangka misalnya hadiah undian yang sangat besar. Seorang yang bingung dan panik secara alamiah menjadi kurang rasional dalam membuat keputusan. Namun perlu digarisbawahi bahwa kebingungan dan kepanikan tidak termasuk fenomena hipnotis.

Sebenarnya, korban tertipu karena ketamakan dan kebodohnya sendiri. Coba Anda perhatikan berbagai kasus "kejahatan hipnotis". Para penipu memanfaatkan ketamakan dan kebodohan korban. Penipu biasanya menawarkan pertukaran antara uang atau benda berharga korban dengan sesuatu yang lebih besar nilainya. Dan pelaku penipuan pun selalu memilih korban yang terlihat lugu dan mudah ditipu. Maka saran saya agar Anda tidak mudah tertipu, jadilah pintar, jangan serakah (menginginkan sesuatu yang besar dalam waktu cepat atau dengan cara yang mudah) dan jangan gampang percaya pada orang yang baru Anda kenal.

Anda boleh saja mengkoleksi 1001 jimat yang Anda percayai bisa menangkal hipnotis. Namun selama Anda masih mempertahankan kebodohan (tidak belajar untuk menjadi kritis) dan masih memelihara sifat serakah, maka Anda tetap menjadi calon korban yang mudah diperdaya dengan iming-iming uang besar.

Saya yakin bahwa para pelaku penipuan tersebut sebenarnya tidak punya kekuatan mistik yang bisa mempengaruhi pikiran orang lain secara gaib. Kemampuan para pelaku penipuan tersebut tidak jauh berbeda dengan para "salesman nakal" yang dengan kepandaian bicara dan rayuannya membuat Anda membeli produk yang sebenarnya tidak Anda butuhkan.

Contoh Kasus Pembiusan Yang Diberitakan Sebagai Hipnotis

Kasus Pembiusan 1

Pria Pengendara Motor Dihipnotis

Sumber: www.indosiar.com

indosiar.com, Jakarta - Seorang pengendara sepeda motor Rabu (09/07/08) malam, terkapar tak sadarkan diri setelah ditawari teh kotak oleh pria tak dikenal di Jalan Batusari, Jakarta Barat. Sementara motor miliknya hilang, kemungkinan pria ini menjadi korban pelaku hipnotis.

Korban bernama Yeri ini baru pulang mengendarai motor dari rumah temannya di wilayah Jakarta Barat. Tiba-tiba ia dihentikan seorang yang menawarkan teh kotak, Sialnya Yeri warga Kebon Jeruk, Jakarta Barat ini langsung menegaknya dan Yeri akhirnya terkulai tak sadarkan diri. Seorang pengamen yang kebetulan lewat dikawasan Slipi langsung membawa korban ke Rumah Sakit Pelni untuk mendapat perawatan.

Petugas Polsek Palmerah yang dihubungi segera melakukan penyidikan. Akibat kejadian ini motor milik Yeri hilang diduga dibawa kabur pria yang memberinya minuman teh kotak tersebut. **(Tim Liputan/Sup)**

Kasus Pembiusan 2

Uang dan Perhiasan Raib, Pasien Rumah Sakit Dihipnotis

Sumber: www.indosiar.com

indosiar.com, Situbondo - Aksi kejahatan dengan cara hipnotis tidak hanya terjadi di pusat keramaian saja. Di Situbondo, Jawa Timur seorang pasien tengah dirawat pun menjadi sasaran penjahat dengan modus hipnotis. Uang dan perhiasan korban berhasil dibawa kabur seorang wanita yang menghipnotisnya.

Suhariyanto alias Toto, pasien Rumah Sakit Elizabeth asal warga Asem Bagus Situbondo ini menjadi korban kejahatan hipnotis yang dilakukan seorang perempuan tak dikenalnya. Pelaku berhasil membuat korban tak berdaya setelah diajak bicara dan diberi air untuk penyembuhan penyakit.

Namun begitu korban tak sadar uang dan perhiasan bernilai jutaan rupiah milik korban dibawa kabur perempuan itu. Dewi Astuti istri korban mengatakan, pelaku datang dengan berpura - pura bertanya - tanya soal penyakit hingga membuat suaminya tidak sadar.

Aparat Polsek Situbondo yang menangani kasus hipnotis ini kini tengah memintai keterangan sejumlah saksi kasus kejahatan yang menimpa pasien di rumah sakit tersebut. Kini masih ditangani intensif aparat kepolisian Polres Situbondo. **(Tim Liputan/Dv)**.

ANALISA KASUS:

Saya yakin Anda tidak membutuhkan banyak penjelasan mengenai kasus-kasus yang sudah jelas merupakan kasus pembiusan dengan obat tidur atau ramuan tertentu, tapi masih saja diberitakan sebagai kasus hipnotis. Sekarang, Anda sudah bisa membedakan apa itu hipnotis dan apa itu pembiusan, bukan?

* * * * *

Kalau kejahatan-kejahatan yang diberitakan tersebut bukanlah hipnotis, mengapa banyak orang yang mengatakan itu adalah praktek kejahatan hipnotis? - Nah, itulah yang ingin saya kritisi. Uraian di bawah ini akan membantu Anda memahami apa yang sesungguhnya terjadi.

Mengapa korban melaporkan dirinya telah dihipnotis, padahal kenyataannya dia ditipu, bukan dihipnotis?

Anda pasti memahami bahwa tidak ada satupun manusia normal yang mau dikatakan bodoh. Begitu juga para korban penipuan. Mereka memilih mengakui bahwa dirinya telah menjadi korban hipnotis daripada mengakui sebagai korban penipuan. Karena jika mengaku dirinya telah ditipu, secara tidak langsung dia menunjukkan kelemahannya atau kebodohnya kepada orang lain.

Dalam banyak kasus yang saya amati, pengakuan korban bahwa dirinya dihipnotis adalah bentuk penghindaran karena tidak mau dikatakan bodoh oleh orang lain (polisi, wartawan, keluarga atau masyarakat yang lebih luas). Dan dalam beberapa kasus lainnya, korban merasa benar-benar dihipnotis karena korban tidak menyadari kebodohnya.

Misalnya yang sering terjadi, yaitu kasus penipuan dengan modus menjual jam bermerek atau emas batangan dengan harga murah dan kasus penukaran uang dolar palsu yang katanya nilainya puluhan juta tapi boleh ditukar hanya dengan beberapa juta saja. Bagi korban yang tertipu menukarkan uangnya dengan uang palsu atau membeli barang palsu, akan sangat memalukan jika korban mengakui dirinya telah tertipu karena tidak bisa membedakan uang dan emas yang asli atau palsu. Akhirnya, agar tidak dianggap "kurang cerdas" oleh orang lain, dia mengaku telah dihipnotis atau dipengaruhi pikirannya. Dengan mengkambinghitamkan "hipnotis", dia berharap kebodohnya bisa tertutupi.

Memang benar, sebuah kejahatan apapun bentuknya adalah kesalahan. Kita dibenarkan untuk menyalahkan pelaku penipuan atas hilangnya harta benda kita. Namun kita juga harus berani mengakui, bahwa penipuan itu terjadi juga karena kita sendiri kurang waspada, tidak mengerti, atau terlalu serakah menginginkan harta yang besar dalam waktu cepat dan mudah. Keserakahan selalu membuat orang tidak rasional. Dan cara termudah untuk membujuk orang serakah adalah dengan menjanjikannya keuntungan yang sangat besar.

Mengapa wartawan atau penulis berita masih mengatakan penipuan dan perampasan itu sebagai "kejahatan hipnotis" padahal mereka adalah kalangan terpelajar yang seharusnya selalu mengungkap fakta?

Penulis berita menggunakan istilah hipnotis secara kurang tepat mungkin karena salah satu dari tiga sebab di bawah ini:

1. Tidak tahu hipnotis yang sebenarnya.
2. Menulis saja apa kata korban atau mengikuti pernyataan korban yang mengaku bahwa dirinya menjadi korban hipnotis.
3. Sebagian penulis berita mungkin sudah bisa membedakan hipnotis dengan penipuan dan perampasan, tapi dia menggunakan istilah "hipnotis" dalam judul beritanya agar terdengar dan terlihat lebih menarik. Coba bandingkan, dua judul ini: **Wanita Cantik Tertipu 200 Juta**, bandingkan dengan **Wanita Cantik Menjadi Korban Hipnotis, 200 Juta Melayang**. Lebih menarik yang ada kata hipnotisnya kan?

Betapa indahnya apabila rekan-rekan penulis berita bisa memahami apa itu hipnotis yang sebenarnya agar dapat menggunakan kata "hipnotis" pada tempatnya. Mari kita beri masyarakat kita informasi yang bermutu, membangun dan benar.

Pemahaman terhadap hipnotis secara benar sangat penting agar masyarakat kita bisa menerima hipnotis dan mendapatkan manfaat yang sangat-sangat besar dari aplikasi hipnotis dalam berbagai bidang kehidupan manusia.

Mengapa masyarakat menghubungkan hipnotis dengan kejahatan?

Persepsi masyarakat dipengaruhi oleh informasi yang diterimanya. Masyarakat awam umumnya mempercayai berita dari Koran, televisi dan internet. Apalagi media yang mengeluarkan berita itu adalah media masa yang terpercaya dan terkenal. Masyarakat awam kemudian ikut-ikutan menganggap bahwa hipnotis adalah kejahatan atau ilmu hitam seperti apa kata berita, tanpa menelusuri kebenarannya.

Jadi seolah-olah ada *lingkaran setan* antara Korban Penipuan, Pemberitaan, dan Persepsi Masyarakat, sehingga terciptalah kesan menakutkan jika kita mendengar kata "hipnotis". Adalah tugas kita untuk mengungkap fakta dibalik kesalahpahaman. Semoga e-book ini bisa - sedikit banyak – mencerahkan pemahaman kita tentang hipnotis.

BAB 9 - Hipnoterapi Untuk Berbagai Masalah



Saya tidak bisa membatasi apa saja yang bisa dan tidak bisa dibantu dengan hipnoterapi. Karena hipnoterapi adalah ilmu untuk mengeksplorasi pikiran, maka segala masalah yang berkaitan dengan pikiran dan perasaan bisa dibantu dengan hipnoterapi.

Hipnoterapi bisa berperan dalam bidang kecantikan, kedokteran, kebidanan, kesehatan tubuh dan pikiran, masalah psikologi, masalah anak dan remaja, pengembangan diri, masalah seksual, bahkan untuk sekedar hiburan dan rekreasi mental.

Hasil pembelajaran saya selama ini membuat saya paham bahwa kunci perubahan ada di Pikiran Bawah Sadar. Anda bisa mengubah diri Anda menjadi apapun yang Anda inginkan, asalkan Anda bisa mengubah “program pikiran” yang tertanam di Pikiran Bawah Sadar Anda. Saya belajar banyak metode terapi dan pengembangan diri, dan bagi saya tidak ada teknik yang lebih universal daripada hipnoterapi.

Hipnoterapi tidak hanya untuk orang yang punya masalah, orang normal dan sehat pun banyak yang mengikuti hipnoterapi untuk memaksimalkan kemampuannya dalam segala bidang

kehidupan. Sampai saat ini, saya telah menggunakan hipnoterapi untuk mengatasi berbagai masalah seperti di bawah ini:

- Minder, kurang percaya diri.
- Menurunkan berat badan tanpa diet dan tanpa olah raga.
- Fobia atau rasa takut yang tidak wajar.
- Melahirkan normal tanpa rasa sakit, mengatasi rasa takut melahirkan.
- Menghilangkan gagap dan grogi ketika bicara.
- Stress, terlalu banyak beban pikiran.
- Depresi, tidak bahagia padahal punya segalanya.
- Bangkit dari kesedihan.
- Trauma, selalu terbayang pengalaman buruk.
- Merasa cemas tanpa alasan.
- Melupakan masa lalu / pengalaman buruk.
- Menghilangkan pikiran negatif.
- Berhenti merokok selamanya.
- Kecanduan belanja, perjudian, seks, alkohol, coklat, dsb.
- Menghilangkan berbagai kebiasaan buruk.
- Menghilangkan latah (bicara ngawur ketika kaget).
- Panic Attack, Tiba-tiba merasa ketakutan, cemas dan panik tanpa sebab.
- Suka menggigit kuku atau mencabuti bulu dan rambut sendiri.
- Perilaku obsessive compulsive.
- Berlebihan dalam kebersihan atau bersuci dari najis.
- Bolak-balik memeriksa kunci pintu rumah, mobil atau sesuatu yang perlu dikunci.
- Takut terkena penyakit, selalu terbayang penyakit atau kematian.
- Schizophrenia, apapun gejalanya.
- Sering pingsan, berteriak-teriak tanpa sadar, dan pergi tanpa arah.
- Amnesia, tidak tahu jati dirinya, tidak mengenal anggota keluarga.
- Sering melihat, mendengar atau merasakan sesuatu yang tidak nyata.
- Kecemasan, tegang, grogi, atau tidak bisa konsentrasi saat ujian.
- Meningkatkan konsentrasi, daya ingat, dan kreativitas.
- Meningkatkan kemampuan menghafal.

- Mampu fokus dalam belajar atau pekerjaan.
- Bisa khusyuk (merasakan kedamaian) dalam ibadah.
- Motivasi untuk meningkatkan prestasi belajar atau kerja.
- Menghancurkan *mental block*, meningkatkan penghasilan.
- Selalu gagal walaupun sudah mencoba segala cara.
- Menghilangkan kebiasaan menunda-nunda.
- Meningkatkan kepercayaan diri dalam segala bidang.
- Meningkatkan kemampuan public speaking.
- Bisa mengendalikan diri dan mengontrol emosi.
- Membangun kepribadian seperti yang Anda inginkan.
- Menemukan barang hilang karena lupa atau terjatuh.
- Membongkar memori yang terlupakan.
- Mengobati Psikosomatis, yaitu penyakit fisik yang disebabkan oleh perasaan.
- Sakit maag karena sering banyak pikiran, kecemasan atau ketakutan.
- Sariawan (gusi dan bibir luka) yang sering kambuh atau sulit disembuhkan.
- Insomnia, sulit tidur, mimpi buruk, imajinasi menyeramkan.
- Menghilangkan sakit kepala dan migren yang sering kambuh.
- Kesulitan melupakan mantan kekasih.
- Takut jatuh cinta lagi karena takut disakiti.
- Kurang percaya diri dalam mendekati lawan jenis.
- Membangkitkan gairah cinta antar pasangan.
- Mengatasi rasa bosan dalam pernikahan.
- Menyembuhkan alergi dan asma untuk selamanya.
- Menambah nafsu makan tanpa obat, menambah berat badan.
- Mengatasi impotensi dan ejakulasi dini non-organik.
- Mengatasi frigiditas dan kesulitan orgasme.
- Menghilangkan nyeri menstruasi yang berlebihan.
- Lesbianism, perempuan menyukai perempuan.
- Dan masih banyak lagi.... Semua penyakit "aneh" yang berhubungan dengan pikiran bisa disembuhkan dengan hipnoterapi.

Syarat Klien Hipnoterapi:

- Klien harus punya keinginan dari diri sendiri untuk sembuh/berubah. Jika Anda punya teman/keluarga yang bermasalah tetapi dia menolak untuk mengikuti terapi, maka kami tidak berhak membantunya.
- Klien bisa diajak komunikasi dengan lancar. Hipnoterapi tidak bisa diterapkan kepada anak kecil yang belum bisa berbicara lancar atau orang dengan gangguan mental parah sehingga tidak nyambung kalau diajak bicara.
- Jika klien adalah anak-anak yang sulit diajak komunikasi oleh orang baru, misalnya oleh Pak Indra sebagai hypnotherapist, maka sebaiknya yang datang adalah orang tuanya saja. Bapak Indra akan mengajarkan cara menyembuhkan atau mengatasi masalah anak Anda sendiri di rumah.



INDONESIAN HYPNOSIS ASSOCIATION

Pusat Pelatihan Hipnosis dan Layanan Hipnoterapi
Phone: 085329990001 / 08539990002
Email: infopusat@gmail.com

Website: www.masterhipnotis.com atau www.hipnoterapi.asia