GERVASI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
Vol. 09, No. 01, April 2025
ISSN 2598-6147 (Cetak)
ISSN 2598-6155 (Online)

PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN *HYPNOLEARNING* BAGI GURU SEKOLAH DASAR UNTUK MENGATASI KESULITAN BELAJAR MATEMATIKA SISWA

Nurjannah[1], Anggy Heriyanti[2], Fetti Fatricia Amdar[3]
[1,2,3]Tadris Matematika, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Ahmad Dahlan, Jl. Sultan Hasanuddin No. 20 Sinjai
[1]e-mail Nurjannah310807@gmail.com

Abstrak

Banyak siswa di SD Gugus II Sinjai Utara mengalami kesulitan belajar matematika, ditandai dengan rendahnya hasil belajar, motivasi, dan konsentrasi. Guru pun menghadapi tantangan dalam menyampaikan materi secara efektif. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan kompetensi guru dalam menerapkan teknik *hypnolearning* untuk mengatasi masalah tersebut. Melalui pendekatan *Participatory Action Research (PAR), program mencakup perencanaan, pelatihan, praktik, monitoring, dan* evaluasi. Guru dibekali konsep dasar *hypnolearning* seperti relaksasi, visualisasi, dan sugesti positif. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman guru dengan nilai *post-test* lebih tinggi dari *pre-test*, dan 83,16% peserta menilai pelatihan sangat relevan. Kendala yang dihadapi berupa keterbatasan waktu dan variasi pemahaman, sementara faktor pendukungnya adalah komitmen guru dan fasilitas yang memadai. Program ini berdampak positif pada peningkatan konsentrasi, motivasi, dan pemahaman siswa dalam belajar matematika.

Kata Kunci: *hypnolearning*, kesulitan belajar, matematika, pelatihan dan pendampingan

Abstract

Many students at SD Gugus II in Sinjai Utara struggle with learning mathematics, as indicated by low academic performance, motivation, and concentration. Teachers also face challenges in delivering material effectively. This community service program aims to enhance teachers' competence in applying hypnolearning techniques to address these issues. Using a Participatory Action Research (PAR) approach, the program includes planning, training, practice, monitoring, and evaluation. Teachers were equipped with basic hypnolearning concepts such as relaxation, visualization, and positive suggestion. Evaluation results showed improved teacher understanding, with post-test scores higher than pre-test scores, and 83.16% of participants rated the training as highly relevant. Challenges included limited time and varying levels of participant understanding, while supporting factors were teacher commitment and adequate facilities. The program positively impacted students' concentration, motivation, and understanding in learning mathematics.

Keywords: *hypnolearning, dificulty in learning, mathematics, training and mentoring*

PENDAHULUAN

Kesulitan belajar merupakan permasalahan nyata yang dihadapi oleh banyak siswa di jenjang sekolah dasar, termasuk di SD Gugus II Kecamatan Sinjai Utara.

Permasalahan ini menjadi perhatian utama karena sebagian besar siswa mengalami hambatan dalam memahami materi pelajaran, khususnya pada mata pelajaran matematika. Gejala yang muncul meliputi rendahnya hasil belajar, kurangnya motivasi, dan lemahnya konsentrasi siswa selama proses pembelajaran berlangsung (Amdar & Nurjannah, 2024; Fariana et al., 2022). Guru pun menghadapi tantangan dalam menyampaikan materi secara efektif dan membangun suasana kelas yang mendukung proses belajar.

Kesulitan belajar, atau yang sering disebut ketidakmampuan belajar, adalah kondisi yang memengaruhi cara unik siswa dalam menyerap pembelajaran. Kondisi ini dapat berdampak pada berbagai aspek akademik, seperti membaca, menulis, dan matematika (Amallia & Unaenah, 2018; Andri et al., 2020; Darimi, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa hambatan dalam belajar dapat memengaruhi pemahaman materi, pengolahan informasi, hingga penyelesaian tugas-tugas sekolah (Dita & Hasmiati, 2024; Jatisunda & Nahdi, 2019). Kesulitan ini tidak hanya terbatas pada satu bidang, tetapi bisa terjadi dalam berbagai aspek akademik secara keseluruhan. Misalnya, siswa bisa kesulitan dalam memahami konsep matematika, membaca dengan lancar, atau menyusun tulisan dengan baik.

Faktor penyebab kesulitan belajar juga sangat beragam, mulai dari karakteristik kognitif, kondisi sosial ekonomi, hingga pengaruh lingkungan (Derek et al., 2022). Bahkan, kecemasan atau tekanan psikologis yang dialami siswa juga dapat memperburuk kemampuan mereka dalam berkonsentrasi dan memahami Pelajaran (Clark et al., 2019; Tellier & Roehr-Brackin, 2013). Hal ini menjadi semakin penting untuk diperhatikan, mengingat pendidikan dasar adalah fondasi utama bagi keberhasilan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi (Wicaksono & Witoelar, 2019).

Beberapa riset yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kesulitan belajar banyak terjadi di Kabupaten Sinjai. Salah satunya adalah riset yang dilakukan oleh Nurjannah yang telah melakukan beberapa penelitian terkait kesulitan belajar siswa SD. Pada tahun 2023, telah dilakukan penelitian untuk mendiagnosis kesulitan belajar matematika pada SDN 108 Banoa di Kabupaten Sinjai (Triana & Nurjannah, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan belajar yang dialami

disebabkan oleh dua faktor utama yaitu kurangnya pemahaman ide mencari bilangan bulat negative dan lemahnya hafalan perkalian dan pembagian. Dimana, salah satu factor penyebabnya adalah motivasi belajar yang rendah. Selanjutnya pada tahun 2022, telah dilakukan penelitian tentang diagnostik kesulitan belajar matematika siswa SD Negeri 2 Balangnipa Sinjai (Fariana et al., 2022). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan belajar dialami oleh siswa karena kurangnya pemahaman konsep yang diakibatkan oleh motivasi belajar yang rendah. Selanjutnya pada tahun 2023, telah dilakukan penelitian tentang diagnostic kesulitan belajar di SD Negeri 156 Kaloling Sinjai (Mutmainna & Nurjannah, 2023). Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa siswa mengalami kesulitan dalam memahami konsep, menghitung, dan memecahkan masalah. Terakhir, telah dilakukan penelitian pada tahun 2024 tentang diagnostik kesulitan belajar di SD 108 Banoa Sinjai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa mengalami kesulitan belajar dalam hal pemahaman konsep dan penyelesaian soal. Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat diketahui bahwa di kota Sinjai, terdapat permasalahan kesulitan belajar siswa pada Tingkat sekkolah dasar. Jika dibiarkan maka hal ini akan berdampak buruk, tidak hanya bagi diri siswa itu sendiri namun melainkan juga kepada orang lain karena kehadirannya ditengah lingkungan sosial Masyarakat.

Salah satu solusi yang dapat ditawarkan untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan memberikan pelatihan hypnosis pada guru-guru sekolah dasar. Hal ini dapat dilakukan karena berdasarkan beberapa hasil pengabdian yang telah dilakukan, diantaranya oleh (Halim et al., 2023) yang menyatakan bahwa Penggunaan *hypnolearning* atau *hypnoteaching* sangat efektif untuk mengajarkan tata bahasa Inggris kepada siswa yang menganggapnya membosankan. Sejalan dengan hal tersebut, (Susiana et al., 2020) yang menyatakan bahwa pelatihan hypnosis dalam hal ini *hypnolearning* dapat meningkatkan kualitas pembelajaran di SMP Negeri 4 Tanjung Morawa. Selain itu, peserta menyatakan bahwa materi pelatihan yang diterima sudah dapat diterapkan dalam pembelajaran.

Oleh karena itu pada kegiatan pengabdian pada masayarakat ini diusulkan Pelatihan dan pendampingan *hypnolearning* bagi Guru untuk mengatasi kesulitan

belajar Matematika Siswa SD di Gugus II Sinjai Utara. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan kompetensi guru dalam menerapkan teknik *hypnolearning* untuk mengatasi masalah tersebut. Kegiatan yang menyasar guru SD di Gugus II Kecamatan Sinjai Utara Kabupaten Sinjai ini diharapkan dapat menjadi bekal tambahan untuk mengatasi kesulitan belajar yang dihadapi oleh siswanya di sekolah. Sehingga dapat dihasilkan sumber daya manusia yang berkualitas agar bisa berkontribusi kepada Pembangunan daerah.

METODE

Dalam pendampingan ini, pengabdi menggunakan metode yang digunakan adalah *Participatory Action Research*. Sasaran pendampingan adalah guru-guru Sekolah Dasar yang mengajarkan mata pelajaran matematika yakni guru dari kelas I-VI di Gugus II Sinjai Utara. Gugus II terdiri dari 7 sekolah dimana kegiatan ini diikuti oleh 6-7 orang guru matematika tiap sekolah dengan total peserta sebanyak 52 orang. Kegiatan ini dilaksanakan selama 3 hari pada bulan November 2024. Adapun tahapan pengabdian ini yaitu perencanaan, pelaksanaan serta *monitoring* dan evaluasi.

Tahap perencanaan dimulai dengan identifikasi kebutuhan melalui survei, wawancara, atau diskusi, pelatihan ini bertujuan membantu guru mengatasi kesulitan siswa menggunakan teknik *hypnolearning*. Adapun tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian *pretest* yang bertujuan untuk mengukur pemahaman awal peserta sebelum materi pelatihan disampaikan, memperoleh wawasan tentang area-area di mana peserta memerlukan bantuan lebih lanjut, mendorong keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran, dan mengukur efektivitas pelatihan dengan membandingkan hasil pretest dengan hasil evaluasi pasca-pelatihan. Pretest berupa kuis tertulis yang kemudian digunakan sebagai dasar untuk menyesuaikan konten pelatihan agar sesuai dengan kebutuhan dan tingkat pemahaman peserta. Setelah itu, dilakukan presentasi yang tujuannya adalah memperkenalkan konsep dasar *hypnolearning* dan bagaimana penerapannya dalam mengatasi kesulitan belajar matematika siswa. Setelah itu dilakukan diskusi dan diakhiri dengan Latihan

yaitu mempraktikkan teknik-teknik dasar *hypnolearning* agar guru dapat menerapkannya dalam situasi kelas nyata.

Tahap terakhir adalah *monitoring* dan evaluasi yang dilakukan untuk memastikan pelatihan berjalan sesuai rencana dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. *Monitoring* dilakukan secara terus-menerus selama pelatihan berlangsung, dimulai dengan penentuan indikator kunci keberhasilan seperti kehadiran peserta, partisipasi aktif, dan pemahaman materi. Sedangkan evaluasi pelatihan dilakukan dengan memberikan *posttest. Posttest* bertujuan untuk mengukur pemahaman dan penerapan peserta terhadap materi pelatihan setelah mereka menerima semua informasi dan keterampilan yang disampaikan. Melalui *posttest*, tim pengabdi dan pemateri pelatihan dapat mengevaluasi sejauh mana peserta telah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam mengatasi kesulitan belajar matematika dengan menggunakan teknik *hypnolearning*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pelatihan dan pendampingan hypnolearning bagi guru di Gugus II Kecamatan Sinjai Utara telah terlaksana dengan baik. Kegiatan ini meliputi tahapan perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi yang disusun secara sistematis untuk meningkatkan kompetensi guru dalam mengatasi kesulitan belajar matematika siswa melalui pendekatan psikologis yang inovatif. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pelatihan ini memberikan dampak yang signifikan, baik terhadap peningkatan pemahaman guru maupun terhadap motivasi dan konsentrasi siswa dalam belajar. Bagian ini akan memaparkan hasil-hasil yang diperoleh dari kegiatan tersebut serta membahas temuan penting yang muncul selama proses pelaksanaan program. Pembahasan ini menjadi dasar untuk menilai keberhasilan kegiatan dan memberikan arah pengembangan ke depan.

Perencanaan pelatihan dan pendampingan *hypnolearning* bagi guru untuk mengatasi kesulitan belajar matematika siswa adalah langkah krusial untuk memastikan keberhasilan program. Dimulai dengan identifikasi kebutuhan melalui survei, wawancara, atau diskusi, pelatihan ini bertujuan membantu guru mengatasi

kesulitan siswa menggunakan teknik *hypnolearning*. Konten pelatihan mencakup teori dasar, teknik praktis, dan studi kasus, disampaikan melalui presentasi, diskusi, dan latihan praktik. Jadwal dan logistik disusun matang, termasuk fasilitas seperti ruang pelatihan dan perangkat pendukung. Evaluasi dilakukan dengan *pre-test*, *post-test*, observasi, dan tes untuk mengukur efektivitas pelatihan. Dengan perencanaan terstruktur, pelatihan ini diharapkan meningkatkan kompetensi guru dalam membantu siswa belajar matematika secara efektif dan menyenangkan.

Tahapan perencanaan pelatihan dan pendampingan hypnolearning bagi guru di SD Gugus II Kecamatan Sinjai Utara menghasilkan beberapa capaian penting yang menjadi fondasi keberhasilan program. Identifikasi kebutuhan yang dilakukan melalui survei, wawancara, dan diskusi berhasil mengungkap kendala utama dalam pembelajaran matematika, yaitu rendahnya motivasi dan konsentrasi siswa serta tantangan guru dalam menciptakan suasana belajar yang efektif. Hal ini sejalan dengan temuan yang dikemukakan oleh siswa Amdar & Nurjannah (2024) serta Nursalam (2016) yang menyatakan bahwa kesulitan belajar yang banyak dialami siswa disebabkan oleh rendahnya motivasi siswa. Berdasarkan temuan tersebut, tim pelaksana menyusun modul pelatihan yang mencakup teori dasar *hypnolearning*, teknik praktis seperti relaksasi, visualisasi, dan sugesti positif, serta studi kasus kontekstual.

Pada tahap pelaksanaan, dilakukan beberapa langkah yaitu pemberian *pretest* yang bertujuan untuk mengukur pemahaman awal peserta sebelum materi pelatihan disampaikan, memperoleh wawasan tentang area-area di mana peserta memerlukan bantuan lebih lanjut, mendorong keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran, dan mengukur efektivitas pelatihan dengan membandingkan hasil pretest dengan hasil evaluasi pasca-pelatihan. *Pretest* berupa kuis tertulis yang kemudian digunakan sebagai dasar untuk menyesuaikan konten pelatihan agar sesuai dengan kebutuhan dan tingkat pemahaman peserta (Sari & Heriyawati, 2020).

Langkah kedua pada tahap pelaksanaan adalah presentasi yang tujuannya adalah memperkenalkan konsep dasar *hypnolearning* dan bagaimana penerapannya dalam mengatasi kesulitan belajar matematika siswa. Tahap pertama adalah pembawa acara memperkenalkan diri dan menyampaikan tujuan pelatihan. Peserta

diperkenalkan satu per satu untuk menciptakan suasana akrab. Selanjutnya pemateri menjelaskan definisi *hypnolearning*, prinsip-prinsip dasar hipnosis, dan bagaimana hipnosis dapat digunakan untuk mendukung proses belajar mengajar. Setelah itu, diberikan penjelasan tentang manfaat *hypnolearning* khususnya dalam membantu siswa mengatasi kesulitan belajar matematika, termasuk peningkatan konsentrasi, motivasi belajar, dan pengurangan kecemasan. Pemateri membagikan contoh kasus nyata atau simulasi bagaimana *hypnolearning* berhasil membantu siswa dengan kesulitan belajar matematika. Adapun gambaran tentang pemberian contoh penerapan *hypnolearning* dapat dilihat pada Gambar 1 berikut.

Gambar 1 Pemateri Memberikan Contoh Penerapan *Hypnolearning*

Langkah ketiga adalah diskusi yang bertujuan untuk memberikan ruang bagi peserta untuk berbagi pengalaman, bertanya, dan mendapatkan klarifikasi terkait materi yang disampaikan. Adapun Langkah-langkahnya adalah sebagai berikut: Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok kecil (3-4 orang per kelompok) untuk memudahkan interaksi dan diskusi. Setiap kelompok mendiskusikan pengalaman mereka dengan kesulitan belajar matematika di kelas, bagaimana mereka mengatasi masalah tersebut, dan pendapat mereka tentang penerapan *hypnolearning*. Selanjutnya, setiap kelompok mengajukan pertanyaan kepada pemateri dan berbagi hasil diskusi kelompok dengan peserta lain. Pemateri memberikan tanggapan dan klarifikasi.

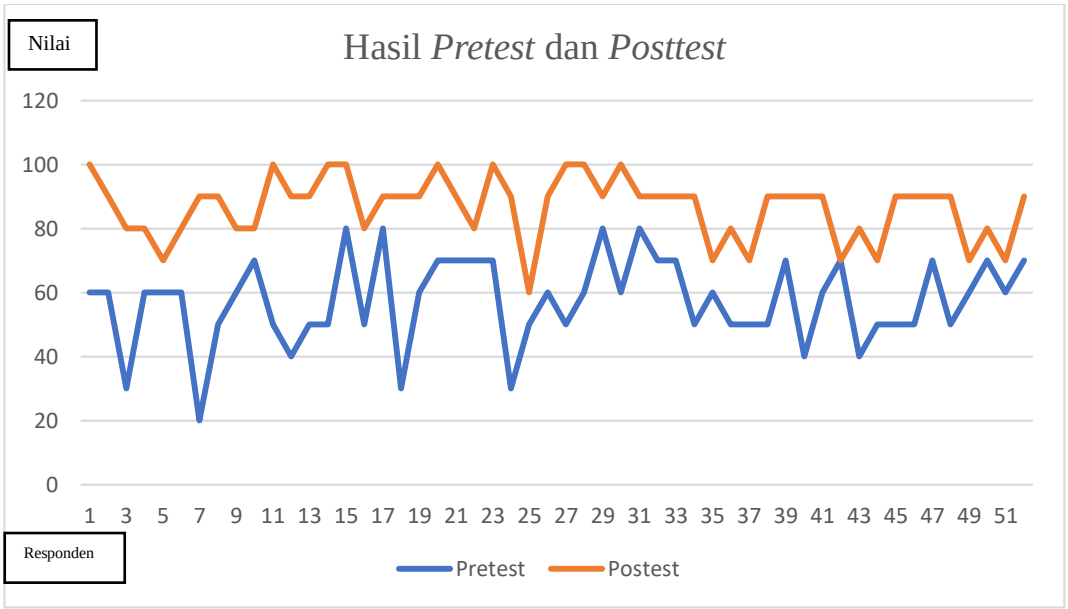
Langkah selanjutnya adalah latihan yang bertujuan untuk mempraktikkan teknik-teknik dasar *hypnolearning* agar guru dapat menerapkannya dalam situasi kelas nyata. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut: Pemateri mendemonstrasikan beberapa teknik *hypnolearning* yang bisa digunakan oleh guru, seperti teknik relaksasi, visualisasi, dan sugesti positif. Demonstrasi dilakukan dengan contoh-contoh yang relevan dengan pengajaran matematika. Selanjutnya, peserta dibagi kembali ke dalam kelompok yang sama untuk mencoba mempraktikkan teknik-teknik yang telah didemonstrasikan. Setiap kelompok diberikan skenario atau masalah spesifik yang harus diatasi dengan teknik *hypnolearning*. Setelah latihan, setiap kelompok berbagi pengalaman mereka dalam mencoba teknik-teknik *hypnolearning*, tantangan yang dihadapi, dan hasil yang dicapai. Pemateri memberikan masukan dan tips tambahan. Berikut adalah gambar saat peserta melakukan diskusi terkait materi yang dipelajari.

Gambar 2 Peserta Melakukan Diskusi

Adapun langkah terakhir pada tahap pelaksanaan adalah penutupan yang bertujuan untuk menyimpulkan kegiatan pelatihan dan memberikan dorongan kepada guru untuk menerapkan *hypnolearning* di kelas. Adapun Langkah-langkahnya adalah sebagai berikut: Pemateri menyampaikan rangkuman singkat tentang poin-poin penting yang telah dipelajari selama pelatihan. Kata penutup dari pemateri dan ucapan terima kasih kepada peserta. Materi pelatihan berupa modul

atau panduan praktis *hypnolearning* dibagikan kepada peserta sebagai referensi. Selanjutnya, peserta diminta mengisi kuesioner evaluasi untuk menilai efektivitas pelatihan dan memberikan masukan untuk perbaikan di masa depan.

Setelah pelaksanaan, dilakukan *monitoring* dan evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan setelah pelatihan. Hasilnya menunjukkan peningkatan rata-rata skor *post-test* yang signifikan dibandingkan dengan *pre-test*, mengindikasikan bahwa pelatihan berhasil meningkatkan pemahaman guru terhadap teknik hypnolearning. Sebagai contoh, peserta dengan skor *pre-test* 60 meningkat menjadi 100 pada *post-test*. Secara keseluruhan, lebih dari 83% peserta memberikan tanggapan "sangat setuju" bahwa pelatihan ini relevan, efektif, dan memberikan solusi nyata terhadap masalah kesulitan belajar siswa. Adapun hasil *pretest* dan *posttest* kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 3 berikut.



Gambar 3 Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Gambar 3 menunjukkan perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* dari peserta pelatihan, yang terdiri dari 52 responden. Garis berwarna biru menggambarkan nilai *pretest* (sebelum pelatihan), sedangkan garis berwarna oranye menggambarkan nilai *posttest* (setelah pelatihan *hypnolearning*). Dari grafik ini terlihat bahwa secara umum nilai *posttest* lebih tinggi dibandingkan *pretest*, yang mengindikasikan

adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti pelatihan. Nilai *pretest* banyak yang berada di bawah angka 60, bahkan ada yang mendekati 20, sedangkan nilai *posttest* cenderung konsisten di atas angka 70, dengan beberapa peserta mencapai nilai 100.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa pelatihan memberikan dampak positif terhadap pemahaman guru mengenai materi yang disampaikan, khususnya tentang teknik *hypnolearning* sebagai strategi untuk mengatasi kesulitan belajar siswa. Grafik ini sekaligus menjadi indikator bahwa pelatihan tidak hanya diterima dengan baik, tetapi juga efektif meningkatkan kompetensi peserta. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Halim et al., (2023) yang menyatakan bahwa teknik *hypnolearning* mampu meningkatkan kesiapan mental dan motivasi belajar siswa melalui pemberian sugesti positif dalam kondisi rileks.

Selain itu, studi oleh Kurnia et al., (2023) juga mendukung bahwa pelatihan berbasis *experiential learning*, seperti praktik langsung teknik hypnolearning, efektif meningkatkan kompetensi guru dalam mengelola kelas dan menerapkan strategi pembelajaran yang berorientasi pada kebutuhan siswa. Grafik ini sekaligus menjadi indikator bahwa pelatihan tidak hanya diterima dengan baik, tetapi juga efektif meningkatkan kompetensi peserta dalam aspek teoritis dan praktis.

Selain pemberian *pretest* dan *postest*, dilakukan juga evaluasi terkait kegiatan *Hypnolearning* yang telah dilakukan. Adapun hasilnya dapat dilihat pada table berikut ini.

Tabel 1 Hasil Evaluasi Kegiatan *Hypnolearning*

No	Item	Persentase Skor			
		4	3	2	1
1	Materi pelatihan yang disampaikan relevan untuk membantu mengatasi kesulitan belajar matematika siswa.	91,84	8,16	0,00	0,00
2	Narasumber mampu menjelaskan konsep *hypnolearning* dengan baik dan mudah dipahami.	89,80	10,20	0,00	0,00
3	Pelatihan dilengkapi dengan contoh dan aplikasi praktis yang dapat langsung digunakan di kelas.	81,63	18,37	0,00	0,00

No	Item	Persentase Skor			
		4	3	2	1
4	Waktu pelaksanaan pelatihan cukup untuk memahami materi dan praktik *hypnolearning*.	75,51	18,37	6,12	0,00
5	Pendampingan membantu saya lebih percaya diri dalam menerapkan *hypnolearning* di kelas.	83,67	14,29	0,00	0,00
6	Saya mendapatkan solusi yang tepat untuk masalah kesulitan belajar matematika siswa selama pendampingan.	83,67	16,33	0,00	0,00
7	Pendampingan dilakukan secara sistematis dan terorganisir.	87,76	12,24	0,00	0,00
8	Pendampingan memberikan panduan langkah-langkah penerapan *hypnolearning* yang jelas.	85,71	14,29	0,00	0,00
9	Pelatihan ini membantu saya memahami kesulitan belajar matematika siswa lebih mendalam.	87,76	12,24	0,00	0,00
10	Saya dapat mengintegrasikan teknik *hypnolearning* dengan metode pembelajaran matematika lainnya.	79,59	20,41	0,00	0,00
11	Teknik *hypnolearning* yang diajarkan meningkatkan motivasi belajar siswa di kelas.	81,63	18,37	0,00	0,00
12	Program ini memiliki dampak positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa.	85,71	14,29	0,00	0,00
13	Saya merasa perlu adanya pelatihan lanjutan untuk mendalami teknik *hypnolearning*.	79,59	20,41	0,00	0,00
14	Pendampingan secara rutin akan sangat membantu dalam implementasi *hypnolearning*.	79,59	20,41	0,00	0,00
15	Fasilitator sebaiknya memberikan contoh kasus nyata dari pengalaman di sekolah lain.	75,51	24,49	0,00	0,00
16	Pelatihan dan pendampingan ini perlu diperluas ke gugus atau wilayah lain.	81,63	18,37	0,00	0,00
	Rata-rata	**83,16**	**16,33**	**0,38**	**0,00**

Secara keseluruhan, rata-rata skor menunjukkan mayoritas peserta sangat setuju (83,16%) dan setuju (16,33%) terhadap semua aspek pelatihan. Tidak ada responden yang memberikan skor "tidak setuju" atau "sangat tidak setuju" secara

signifikan, hanya 0,38% yang memberikan tanggapan "tidak setuju" pada aspek waktu pelatihan.

Program pelatihan dan pendampingan *hypnolearning* bagi guru di Gugus II Kecamatan Sinjai Utara berhasil dilaksanakan dengan hasil yang terbilang sukses. Berdasarkan hasil evaluasi, pelatihan ini memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman guru serta motivasi dan konsentrasi belajar siswa. Para peserta merasa mendapatkan wawasan baru yang bermanfaat dalam menghadapi tantangan pembelajaran di kelas. Hal ini sejalan dengan pendapat Elvinawanty et al., (2018) yang menyatakan bahwa *hypnolearning* efektif meningkatkan fokus dan keterlibatan siswa melalui pendekatan sugesti positif dan teknik relaksasi. Hal ini juga didukung oleh teori pembelajaran konstruktivis yang menekankan pentingnya peran guru dalam menciptakan kondisi psikologis yang nyaman dan mendukung agar siswa mampu membangun pemahamannya sendiri (Ningsih, 2019). Dengan perencanaan yang terstruktur dan pendekatan berbasis teori yang kuat, program ini diharapkan mampu menjadi model pelatihan yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan kebutuhan serupa.

Namun, terdapat beberapa aspek yang dapat ditingkatkan, seperti durasi pelatihan yang dirasa masih terbatas. Selain itu, peserta mengusulkan adanya pemberian contoh kasus nyata yang lebih bervariasi dan kontekstual. Program ini dinilai memiliki potensi besar untuk diperluas ke wilayah lain guna meningkatkan kualitas pembelajaran secara lebih luas.

Pelaksanaan pelatihan *hypnolearning* menghadapi beberapa kendala, di antaranya keterbatasan waktu yang menyebabkan praktik teknik belum dapat dilakukan secara maksimal. Selain itu, perbedaan pemahaman peserta juga menjadi tantangan, mengingat tidak semua guru memiliki latar belakang atau pemahaman yang sama terhadap konsep *hypnolearning*. Meski demikian, keberhasilan program tetap dapat dicapai berkat tingginya komitmen para guru serta dukungan fasilitas sekolah yang memadai. Untuk memastikan dampak positif program ini berkelanjutan, diperlukan beberapa tindak lanjut, seperti pelatihan lanjutan yang lebih fokus pada praktik, pendampingan rutin di kelas, penyusunan modul panduan sederhana, serta evaluasi dampak penerapan teknik terhadap perilaku dan prestasi

siswa. Selain itu, penting juga membangun kolaborasi antarsekolah agar guru dapat saling berbagi pengalaman dan praktik baik dalam menerapkan *hypnolearning* secara efektif.

SIMPULAN

Pelatihan dan pendampingan teknik *hypnolearning* bagi guru-guru di Gugus II Sinjai Utara telah memberikan dampak positif yang signifikan dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran matematika. Program ini berhasil memperkenalkan teknik *hypnolearning* sebagai metode inovatif untuk mengatasi kesulitan belajar siswa, khususnya dalam meningkatkan konsentrasi, motivasi, dan pemahaman konsep matematika. Guru-guru menunjukkan antusiasme yang tinggi selama pelatihan, dengan hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pemahaman mereka terhadap materi yang diajarkan. Selain itu, sesi praktik langsung memberikan pengalaman berharga bagi peserta untuk mengaplikasikan teknik ini di kelas. Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kompetensi guru dalam menerapkan teknik *hypnolearning*, tetapi juga membuka peluang perbaikan jangka panjang terhadap pembelajaran matematika di tingkat Sekolah Dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Kementerian Agama Republik Indonesia telah memberikan bantuan berupa pendanaan kepada kegiatan Pengabdian kepada Masyaarakat ini, serta semua pihak yang membantu berlangsungnya kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Amallia, N., & Unaenah, E. (2018). Analisis Kesulitan Belajar Matematika Pada Siswa. *Attadib Journal of Elemetary Education*, *3*(2), 123–133.

Amdar, F. F., & Nurjannah, N. (2024). Diagnostik Kesulitan Belajar Matematika Siswa Kelas V Pada Materi Penjumlahan Pecahan di Sekolah Dasar. *PEDAGOGY: Journal of Multidisciplinary Education*, *1*(1), 33–40.

Andri, A., Dores, O. J., & Lina, A. H. (2020). Analisis Faktor Penyebab Kesulitan Belajar Matematika Pada Siswa Sdn 01 Nanga Kantuk. *J-PiMat : Jurnal Pendidikan Matematika*, *2*(1), 158–167.

Clark, J. R., Goodwin, P. C., & Yeowell, G. (2019). Exploring the pre-morbid contexts in which central sensitisation developed in individuals with non-specific chronic low back pain. A qualitative study. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, *23*(6), 516–526.

Darimi, I. (2016). Diagnosis Kesulitan Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Aktif Di Sekolah. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, *2*(1), 30.

Derek, D. A. F., Maqfirah, Z., Afyan, N., & Nurjannah, N. (2022). Diagnostik Kesulitan Belajar Siswa Pada Materi Trigonometri Kelas XI Multimedia SMKN 2 Sinjai. *JTMT: Journal Tadris Matematika*, *3*(1), 1–9.

Dita, D., & Hasmiati, H. (2024). Pembinaan Sadar Baca dengan Metode AISM di SDN 112 Sattulu Desa Pattongko. *Mosaic: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *1*(2), 47–55.

Elvinawanty, R., Sarinah, S., & Mailani, L. (2018). Hypnolearning Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Pada Siswa/I SMK di Kecamatan Stabat Kabupaten Langkat. *Majalah Ilmiah Politeknik Mandiri Bina Prestasi*, *7*(2), 99–104.

Fariana, A. N., Nahli, N. M., Herdiawal, H., Fuadi, A., & Nurjannah, N. (2022). Diagnostik Kesulitan Belajar Matematika Siswa Pada Materi FPB & KPK Kelas V SD Negeri. *Pendidikan Dasar Dan Keguruan*, *7*(2), 1–7.

Halim, A., Halim, N. M., Pratiwi, D. F., & Bahasa, T. (2023). Hypnolearning As a Way for First-Year Students in Vocational High-School To Learn English Grammar. *Journal, Communnity Development*, *4*(4), 9013–9017.

Jatisunda, M. G., & Nahdi, D. S. (2019). Kesulitan Siswa Dalam Memahami Learning Obstacles. *Didactical Mathematics*, *2*(1), 9–16.

Kurnia, S., Andrizal, A., & Alhairi, A. (2023). Penerapan Metode Hypnoteaching untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di Kelas VIII SMPN 3 Kec. Hulu Kuantan. *JOM FTK UNIKS*, *4*(1), 438–444.

Mutmainna, S. N., & Nurjannah. (2023). Diagnostik Kesulitan Belajar Matematika Siswa Kelas VI pada Operasi Hitung Perkalian di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Keguruan*, *8*(2), 53–62.

Ningsih, N. (2019). Aplikasi Teori Belajar Konstruktivisme Dalam Pembelajaran Bahasa Asing. *Foundasia*, *9*(1), 43–54.

Nursalam, N. (2016). Diagnostik Kesulitan Belajar Matematika: Studi Pada Siswa Sd/Mi Di Kota Makassar. *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, *19*(1), 1–15.

Sari, I. N., & Heriyawati, D. F. (2020). Pendampingan Penulisan Artikel Ilmiah bagi Komunitas Guru Sekolah Dasar Melalui Service Learning Approach di Kecamatan Sukun Kota Malang. *Engagement : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *04*(02), 563–573.

Susiana, S., Djulia, E., Rahmulyani, R., Purwati, K., & Juniar, E. (2020). PkM Peningkatan Kualitas Pembelajaran Melalui Keterampilan Hypnoteaching Bagi Guru-Guru SMP Negeri 4 Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang. *Prosiding 4th Seminar Nasional Penelitian & Pengabdian Kepada MAsyarakat 2020*, 284–289.

Tellier, A., & Roehr-Brackin, K. (2013). Metalinguistic awareness in children with differing language learning experience. *EuroSLA Yearbook*, *13*(1), 81–108.

Triana, S., & Nurjannah. (2023). Diagnosis Kesulitan belajar Matematika pada Pokok Bahasan Bilangan Bulat Negatif pada Siswa Kelas V di SDN 108 Banoa. *Mega: Jurnal Pendidikan Matematika*, *4*(2), 599–607.

Wicaksono, T. Y., & Witoelar, F. (2019). Early experience and later outcomes of education: schooling transition evidence from indonesia. *Bulletin of Indonesian Economic Studies*, *55*(1), 29–60.