

Abstrak

Oleh : Muhammad Al Hafiz

NIM : 05 860 0187

(89 Halaman, 8 Tabel, 1 Gambar, Daftar Bacaan 31, Tahun 1993-2009)

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, yang bertujuan untuk mengetahui manfaat hipnoterapi terhadap perilaku merokok, hal yang ingin diteliti adalah faktor penyebab perilaku merokok, bagaimana muncul kesadaran untuk berhenti merokok, bagaimana intensitas perilaku merokok sebelum dan sesudah mengikuti hipnoterapi, apa yang dirasakan ketika pertama kali merokok, dan bagaimana manfaat hipnoterapi bagi orang yang sudah pernah mencoba untuk mengurangi perilaku merokok.

Teknik pengumpulan data adalah dengan menggunakan metode wawancara. Responden penelitian berjumlah dua orang, keduanya adalah pria. Penelitian ini didukung oleh teori perilaku merokok dan teori hipnoterapi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang menyebabkan perilaku merokok pada responden I adalah karena rasa ingin coba-coba dan juga karena pengaruh dari teman, sedangkan pada responden II perilaku merokok disebabkan karena pengaruh teman serta karena melihat iklan di televisi. Kedua responden mempunyai kesadaran sendiri untuk berhenti merokok karena merasa takut akan bahaya merokok, Responden I mendapatkan kepuasan psikologis dengan merokok, dengan merokok ia menjadi lebih tenang dan merasakan kenyamanan, sedangkan pada responden II merasakan sakit di tenggorokan ketika mengkonsumsi rokok. Intensitas perilaku merokok kedua responden berkurang setelah mengikuti hipnoterapi. Kedua responden mengaku hipnoterapi bermanfaat untuk mengurangi intensitas perilaku merokok

Kata Kunci: Perilaku Merokok, Hipnoterapi