

Implementation Of Hypnotherapy In The Recovery Process Of Traumatic Behavior: A Qualitative Study At Manawiyah Counseling Center

Nur Hafifah¹

¹ Universitas Kh. Mukhtar Syafaat
Email: nurhafifah@iaida.ac.id

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diterima: 04-09-2025

Direvisi: 11-09-2025

Disetujui: 17-09-2025

Dipublikasikan: 29-09-2025

Keyword:

hypnotherapy,
psychological trauma,
behavioral recovery,
adaptive therapy

Abstract

This study examines the implementation of hypnotherapy in the recovery process of traumatic behavior at the Manawiyah Counseling Center. The problem raised is the need for effective therapy for victims of psychological trauma, with hypnotherapy as a promising alternative method. The study aims to understand the implementation process, therapy dynamics, and the impact of hypnotherapy on changes in client behavior and emotions. The method used is a qualitative research approach with a case study approach, involving in depth interviews, participant observation, and documentation. Data analysis uses the Strauss & Corbin technique to interpret patterns and themes from the qualitative data. The results show that hypnotherapy is effective in creating positive behavioral changes and emotional stability through adaptive trance induction and suggestion techniques, supported by warm interactions and a personal approach. Systematic documentation of the therapy strengthens the validity of the results and supports the development of culturally responsive trauma therapy in the Indonesian context.

Introduction

Trauma psikologis menjadi fenomena yang semakin banyak dialami oleh masyarakat di seluruh dunia. Menurut data WHO, sekitar 70% populasi global pernah mengalami setidaknya satu kejadian traumatis dalam hidupnya, yang berpotensi menyebabkan gangguan stres pascatrauma (PTSD) (Rosendahl, 2024). Di Indonesia, korban kekerasan dan pelecehan seksual serta bencana alam sering mengalami dampak trauma jangka panjang yang belum tertangani dengan optimal. Hipnoterapi, sebagai teknik yang mengakses pikiran bawah sadar, mulai banyak dipertimbangkan sebagai metode terapi alternatif yang efektif dalam membantu pemulihan trauma (Ihsan, 2023). Studi empiris menunjukkan penerapan hipnoterapi dapat menurunkan kecemasan serta gejala PTSD signifikan (Rusman, 2020). Fakta ini penting untuk dijadikan fokus, karena tingginya

prevalensi trauma serta kebutuhan perawatan psikologis yang inovatif dan efektif. Hipnoterapi membuka potensi pemulihan psikologis dengan pendekatan yang berbeda dari terapi konvensional, yang menjadi alasan utama pentingnya penelitian ini.

Meskipun hipnoterapi menjanjikan, namun terdapat kesenjangan signifikan antara teori dan praktik dalam pemulihan perilaku traumatis. Banyak penelitian berfokus pada aspek kuantitatif, namun kajian kualitatif tentang implementasi nyata hipnoterapi di Indonesia masih minim (Kharisma Nurul, 2019). Selain itu, beberapa pendekatan terapi konvensional seringkali belum maksimal dalam mengatasi trauma karena keterbatasan akses atau ketidaksesuaian budaya dan psikologis klien (Celebi, 2022). Praktisi juga menghadapi tantangan dalam standar prosedur hipnoterapi yang baku dan disesuaikan dengan kebutuhan korban trauma di tengah keragaman kasus. Hal ini menyebabkan ketidakefektifan terapi dan perlunya pendekatan yang terintegrasi serta komprehensif khususnya dalam konteks lokal. Kesimpulannya, meskipun hipnoterapi terbukti efektif dalam studi terbatas, praktiknya masih memerlukan pengembangan dan investigasi lebih mendalam di lapangan agar hasilnya optimal.

Teori hipnoterapi berlandaskan pada konsep *trance* terapeutik yang memungkinkan akses ke memori bawah sadar dengan kondisi relaksasi dalam (Maldonado & Spiegel, 2023). Teori neuroplastisitas juga relevan, karena hipnoterapi memfasilitasi perubahan sinaptik yang mendukung rekonsolidasi memori traumatis menjadi narasi yang lebih adaptif (Rossi, 2024). Perspektif psikodinamik mengatakan bahwa trauma sering tersimpan dalam bentuk disosiasi yang dapat diakses dan direstrukturisasi dengan teknik hipnoterapi (Spiegel, 1990). Pendekatan ini memberikan landasan teoritis kuat bahwa melalui hipnoterapi klien dapat mengalami pemulihan perilaku traumatis secara lebih menyeluruh dan holistik. Oleh karena itu, konsep-konsep ini sangat penting untuk menggambarkan bagaimana proses hipnoterapi dapat diintegrasikan dalam upaya penyembuhan trauma yang dialami klien secara efektif dan berkelanjutan.

Meskipun banyak penelitian kuantitatif terkait efektivitas hipnoterapi untuk PTSD, studi kualitatif mendalam yang menggali praktik nyata terapi ini, terutama di pusat konseling Indonesia seperti Manawiyah Counseling Center, masih sangat terbatas (Ihsan, 2023). Fokus penelitian selama ini lebih banyak pada hasil klinis dan pengukuran kuantitatif tanpa menggali narasi klien dan pengalaman terapis secara holistik. Selain itu,

belum ada eksplorasi rinci terkait tahapan pelaksanaan, hambatan, dan adaptasi metode hipnoterapi yang sesuai dengan konteks budaya dan sosial di Indonesia. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya penelitian kualitatif yang mengkaji secara mendalam proses implementasi hipnoterapi, dinamika interaksi klien-terapis, serta faktor pendukung dan penghambat dalam pemulihan perilaku traumatis. Penelitian ini akan menutup kekosongan tersebut dengan pendekatan studi kualitatif yang komprehensif.

Penelitian ini sangat penting dilakukan saat ini karena meningkatnya kebutuhan layanan kesehatan mental yang efektif terhadap trauma di Indonesia, terutama pasca-pandemi dan berbagai bencana alam yang meningkat (Klissourov, 2018). Hipnoterapi sebagai metode yang terjangkau dan berdampak cepat potensial menjadi solusi alternatif dari keterbatasan terapi konvensional. Selain itu, riset ini dapat memberikan kontribusi signifikan dalam bidang psikologi klinis dan konseling untuk mengembangkan protokol hipnoterapi yang sesuai dengan budaya dan praktik lokal (Jannah, 2024). Urgensi lainnya adalah peningkatan pemahaman praktisi dan masyarakat terhadap terapi ini sehingga dapat memperluas akses dan kebermanfaatannya. Dengan demikian, penelitian ini memiliki nilai praktis dan teoritis tinggi dalam mendukung transformasi penanganan trauma di Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam proses implementasi hipnoterapi dalam pemulihan perilaku traumatis di Manawiyah Counseling Center melalui pendekatan kualitatif. Penelitian ini menegaskan pentingnya eksplorasi praktik nyata, dinamika terapi, dan dampak psikologis hipnoterapi bagi pemulihan klien trauma. Hasilnya diharapkan mampu menjadi dasar pengembangan metode terapi yang lebih efektif, adaptif, dan sesuai budaya untuk mendukung kualitas layanan kesehatan mental di Indonesia.

Methods

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif studi kasus untuk menggali secara mendalam proses implementasi hipnoterapi dalam pemulihan perilaku traumatis di Manawiyah Counseling Center. Studi kasus dipilih karena memungkinkan peneliti melakukan eksplorasi kontekstual secara menyeluruh terhadap fenomena yang kompleks dan unik dalam setting nyata (Yin, 2018). Pendekatan kualitatif juga memberikan ruang

bagi peneliti untuk memahami perspektif klien dan terapis melalui narasi dan pengalaman langsung.

Dalam pengambilan data, penelitian ini menggunakan metode wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan kepada terapis dan klien yang terlibat dalam proses hipnoterapi untuk memperoleh data kualitatif tentang pengalaman, persepsi, dan dinamika terapi (Miles, Huberman, & Saldaña, 2019). Observasi partisipatif dilakukan untuk merekam proses terapi dan interaksi secara langsung, sementara dokumentasi berupa catatan, rekaman sesi, dan laporan terapi juga dianalisis.

Untuk menjaga keabsahan data, peneliti menerapkan beberapa teknik triangulasi, yakni triangulasi sumber (memadukan data dari klien dan terapis), triangulasi metode (wawancara, observasi, dokumentasi), serta pemeriksaan anggota (member checking) untuk memastikan interpretasi data sesuai dengan makna yang dimaksud informan (Creswell & Poth, 2018). Selain itu, teknik audit trail dan deskripsi konteks secara rinci digunakan untuk meningkatkan kredibilitas dan transferabilitas hasil penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik menurut Strauss dan Corbin yang merupakan bagian dari grounded theory. Tahapan analisis meliputi: (1) open coding, yaitu mengidentifikasi dan mengkategorikan informasi penting dari data mentah; (2) axial coding, menghubungkan kategori dan subkategori untuk menemukan hubungan antar konsep; (3) selective coding, menentukan kategori inti yang merepresentasikan fenomena utama penelitian (Strauss & Corbin, 1998). Teknik ini memungkinkan pengembangan teori yang berakar pada data dan menggambarkan proses hipnoterapi secara mendalam dan sistematis.

Results and Discussion

Hasil temuan berdasarkan hasil wawancara, data utama yang diperoleh terkait implementasi hipnoterapi ditampilkan dalam tabel berikut. Aspek yang muncul meliputi respons klien yang menunjukkan perubahan positif, teknik terapi berupa induksi trance dan sugesti yang adaptif, durasi sesi rata-rata 45-60 menit dengan frekuensi mingguan, serta evaluasi perkembangan yang dilakukan secara berkelanjutan dengan umpan balik dari klien dan terapis. Informasi ini memudahkan pembaca untuk memahami proses terapi

secara sistematis dan menyeluruh sesuai pengalaman langsung dari pelaku terapi dan klien.

Hasil temuan menunjukkan bahwa *respons klien terhadap proses hipnoterapi* secara umum bersifat positif. Klien memperlihatkan adanya perubahan perilaku ke arah yang lebih konstruktif, diiringi dengan peningkatan stabilitas emosional. Hal ini mengindikasikan bahwa proses terapi memberikan dampak signifikan terhadap kemampuan klien dalam mengelola respons emosional dan menyesuaikan diri terhadap situasi psikologis yang dihadapi. Dalam aspek teknik terapi, pendekatan yang digunakan adalah *hipnoterapi* dengan penerapan *teknik induksi trance* dan *sugesti adaptif*. Teknik induksi trance berfungsi membawa klien pada kondisi relaksasi mendalam yang memungkinkan penerimaan sugesti secara lebih efektif. Sementara itu, sugesti adaptif diberikan untuk menanamkan pola pikir positif dan memperkuat regulasi diri klien. Kombinasi kedua teknik ini menunjukkan efektivitas dalam memfasilitasi perubahan kognitif dan emosional.

Dari segi durasi dan frekuensi sesi, proses terapi dilaksanakan selama 45–60 menit setiap pertemuan dengan frekuensi mingguan. Pola pelaksanaan ini memungkinkan terjadinya kontinuitas proses terapeutik serta memberikan ruang bagi klien untuk beradaptasi dengan perubahan internal yang terjadi antara satu sesi dengan sesi berikutnya. Adapun evaluasi perkembangan terapi dilakukan secara berkelanjutan, melalui pemantauan langsung terhadap dinamika psikologis klien serta umpan balik dua arah antara terapis dan klien. Proses evaluatif ini berfungsi untuk memastikan efektivitas intervensi dan memungkinkan adanya penyesuaian strategi terapeutik sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan klien dari waktu ke waktu.

Melihat data hasil penelitian, pola yang dominan terlihat adalah perubahan positif klien baik secara perilaku maupun emosional selama proses hipnoterapi berlangsung. Teknik hipnoterapi yang diterapkan mengedepankan adaptasi terhadap kondisi klien dengan induksi trance sebagai kunci utama, dan durasi sesi yang cukup untuk memungkinkan proses relaksasi dan pemulihan. Evaluasi berkelanjutan menunjukkan pentingnya monitoring yang kontinu agar metode terapi dapat disesuaikan berdasarkan

respons klien. Pola ini menggambarkan implementasi hipnoterapi sebagai proses dinamis yang melibatkan interaksi aktif antara terapis dan klien.

Pola perubahan perilaku dan emosi ini dapat diinterpretasikan sebagai hasil efektif dari metode hipnoterapi yang memungkinkan akses ke pikiran bawah sadar dan pemrosesan ulang memori traumatik. Teknik adaptif memungkinkan terapi lebih personal dan responsif terhadap kebutuhan klien, sementara durasi sesi dan evaluasi yang kontinyu memberikan ruang bagi pemantauan kemajuan secara bertahap. Hal ini sejalan dengan teori neuroplastisitas dan psikodinamik yang menekankan perubahan struktural dan emosional melalui terapi trance (Rossi, 2024; Spiegel, 1990). Oleh karena itu, pola ini menunjukkan bagaimana hipnoterapi mampu menciptakan iklim keamanan psikologis sehingga klien dapat pulih secara efektif.

Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya oleh Rusman (2020) dan Ihsan (2023) yang menunjukkan hipnoterapi efektif untuk mengurangi gejala PTSD dan meningkatkan stabilitas emosional. Studi dari Maldonado & Spiegel (2023) juga mengungkapkan bahwa teknik trance terapeutik memudahkan rekonsolidasi ingatan traumatik, memperkuat temuan ini. Klissourov (2018) menegaskan pentingnya evaluasi berkelanjutan untuk efektivitas terapi, serta Jannah (2024) menunjukkan adaptasi teknik terhadap konteks lokal meningkatkan hasil terapi. Dengan demikian, hasil wawancara ini memperkuat argumen bahwa hipnoterapi adalah pendekatan yang valid dan berkembang dalam terapi trauma, khususnya di konteks Indonesia.

Hasil pengamatan selama proses hipnoterapi di Manawiyah Counseling Center menunjukkan adanya pola relaksasi mendalam pada klien, interaksi hangat dan suportif dari terapis, kehadiran klien yang konsisten, serta metode pendekatan yang fleksibel dan personal. Data berikut memudahkan pembaca memahami dinamika terapi secara nyata.

Tabel. 1. Tabel Hasil Pengamatan

Aspek	Temuan
Kondisi Emosi Klien	Klien mengalami relaksasi mendalam selama sesi
Interaksi Terapis-Klien	Interaksi hangat dan suportif membangun kepercayaan

Kehadiran Klien	Konsisten selama proses terapi
Metode Pendekatan	Bersifat personal dan fleksibel sesuai kebutuhan

Pola dominan yang tergambar dari observasi adalah kondisi emosional klien yang menunjukkan penurunan ketegangan dan peningkatan rasa aman dalam sesi hipnoterapi. Interaksi suportif terapis memperkuat kepercayaan klien, yang berkontribusi pada konsistensi kehadiran. Metode pendekatan yang bersifat personal menunjukkan fleksibilitas terapis dalam menyesuaikan teknik dengan kebutuhan individu klien, mendukung pemulihan perilaku traumatis secara efektif.

Pola ini menunjukkan bahwa mekanisme utama keberhasilan hipnoterapi berasal dari iklim terapi yang aman, kondusif untuk membuka memori trauma tanpa rasa takut atau cemas berlebih. Interaksi hangat berperan pada pembentukan hubungan terapeutik yang kuat, esensial dalam terapi psikologis (Bordin, 1979). Fleksibilitas pendekatan mengindikasikan pentingnya personalisasi terapi yang didasarkan pada kebutuhan dan kondisi unik tiap klien, hal yang sejalan dengan prinsip trauma-informed care (Maldonado & Spiegel, 2023).

Data observasi ini menguatkan hasil penelitian Miller et al. (2022) yang menekankan hubungan terapeutik sebagai faktor utama efektivitas hipnoterapi. Hasil ini sesuai dengan teori Bordin (1979) dan penelitian Klissourov (2018) yang menyoroti iklim aman dan suportif sebagai fondasi keberhasilan terapi trauma. Studi Jannah (2024) juga menekankan adaptasi teknik terhadap klien, mendukung hasil observasi tentang pendekatan personal. Rosalind & Spiegel (2023) menunjukkan efek relaksasi mendalam sebagai indikator kesiapan klien menerima terapi, konsisten dengan pola yang ditemukan. Oleh karena itu, observasi memperkuat pentingnya interaksi dan adaptasi dalam praktik hipnoterapi trauma.

Selanjutnya data hasil dokumen pelaksanaan terapi berupa laporan progres, catatan sesi, rekaman audio, dan dokumentasi visual mengonfirmasi adanya peningkatan stabilitas emosi dan perilaku klien. Laporan dan catatan sesi merekam respons klien dan teknik terapi secara rinci, sedangkan rekaman audio dan visual memperjelas dinamika terapi. Data dokumen penelitian menunjukkan bahwa **laporan progres** memainkan peran

penting dalam memantau perubahan psikologis klien sepanjang proses hipnoterapi. Laporan ini menegaskan adanya peningkatan pada aspek *stabilitas emosi dan perilaku*, yang merefleksikan efektivitas intervensi terapeutik dalam membantu klien mencapai regulasi diri yang lebih baik. Peningkatan ini tidak hanya tampak pada ekspresi emosional yang lebih terkendali, tetapi juga pada kemampuan klien dalam merespons situasi secara lebih rasional dan adaptif.

Sementara itu, catatan sesi disusun secara mendetail dan terstruktur, mencakup deskripsi prosedural mengenai teknik yang digunakan, tahapan pelaksanaan, serta respons verbal dan nonverbal dari klien. Catatan ini berfungsi sebagai dasar analisis terhadap dinamika proses terapi dan menjadi sumber data primer untuk mengevaluasi konsistensi serta relevansi teknik hipnoterapi yang diterapkan.

Selain itu, rekaman audio digunakan sebagai alat bantu untuk analisis proses terapi secara mendalam. Melalui rekaman ini, peneliti dapat mengidentifikasi nuansa komunikasi terapeutik seperti intonasi, ritme suara, serta waktu pemberian sugesti yang berpengaruh terhadap tingkat penerimaan klien. Analisis terhadap data audio memungkinkan interpretasi yang lebih akurat mengenai efektivitas strategi komunikasi dalam mendukung proses trance dan internalisasi sugesti positif.

Komponen dokumentasi terakhir berupa *dokumentasi visual*, yang meliputi foto dan diagram, berfungsi untuk *memperjelas proses implementasi hipnoterapi*. Dokumentasi ini menggambarkan tata ruang terapi, ekspresi tubuh klien, serta tahapan teknik induksi dan sugesti yang dilakukan oleh terapis. Visualisasi tersebut tidak hanya memperkaya pemahaman terhadap konteks terapi, tetapi juga memperkuat validitas data melalui bukti empiris yang bersifat observasional.

Secara keseluruhan, keempat aspek dokumen berupa laporan progres, catatan sesi, rekaman audio, dan dokumentasi visual membangun suatu kerangka analisis yang komprehensif. Pendekatan ini memberikan gambaran utuh mengenai efektivitas hipnoterapi, baik dari segi perubahan perilaku dan emosi klien, maupun dari aspek teknis pelaksanaan dan evaluasi proses terapeutik.

Pola dokumen menunjukkan proses profesional dan sistematis dalam pelaksanaan hipnoterapi serta transparansi dalam pencatatan kemajuan klien. Laporan progres dan catatan sesi menyediakan data objektif yang mendukung evaluasi hasil terapi, sementara

rekaman audio dan dokumentasi visual memperkaya data kualitatif dengan bukti nyata proses terapi. Pola ini mencerminkan praktik terapi yang terdokumentasi dengan baik sebagai indikator kredibilitas dan akuntabilitas.

Dokumentasi yang sistematis memungkinkan evaluasi objektif dan valid terhadap efektivitas hipnoterapi serta memperkuat keabsahan data penelitian. Pendokumentasian rinci juga berfungsi sebagai alat refleksi bagi terapis untuk meningkatkan metode yang diterapkan, sekaligus memudahkan pengawasan dan pembelajaran berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan prinsip evidence-based practice di bidang psikologi klinis (Haynes et al., 2019). Dokumen visual dan audio menjadi sumber data triangulasi yang meningkatkan validitas temuan penelitian.

Hasil dokumentasi ini mendukung temuan Sayyidah et al. (2021) yang menulis pentingnya pencatatan rinci dalam hipnoterapi untuk trauma. Studi Silva et al. (2022) menegaskan rekaman audio sebagai alat tambahan analisis kualitas terapi. Haynes et al. (2019) dan Ihsan (2023) menekankan evidence-based practice yang didukung dokumentasi. Jannah (2024) menambahkan bahwa visualisasi terapi memperkuat pemahaman proses oleh klien dan terapis. Dengan demikian, dokumentasi yang komprehensif adalah fondasi penting dalam pengembangan dan validasi terapi hipnoterapi trauma.

Conclusion

Dari hasil penelitian kualitatif di Manawiyah Counseling Center, dapat disimpulkan bahwa implementasi hipnoterapi dalam pemulihan perilaku traumatis menunjukkan efektivitas signifikan melalui perubahan perilaku positif dan stabilitas emosi klien. Proses terapi yang menggunakan teknik induksi trance dan sugesti adaptif berjalan dalam sesi durasi 45-60 menit dengan evaluasi yang berkelanjutan. Pola interaksi terapi yang hangat dan suportif serta pendekatan fleksibel dan personal mampu menciptakan iklim terapi yang aman, yang mendukung keterbukaan dan penyembuhan klien. Dokumentasi rinci berupa laporan, catatan sesi, dan rekaman mendukung proses evaluasi dan refleksi keberhasilan terapi secara sistematis.

Kesimpulan ini sejalan dengan kajian dan hasil penelitian terdahulu yang menegaskan hipnoterapi sebagai metode yang efektif dalam penanganan trauma

psikologis, khususnya PTSD, dengan memberikan ruang bagi rekonsolidasi memori traumatis dan pengurangan kecemasan yang mendalam (Rusman, 2020; Maldonado & Spiegel, 2023; Ihsan, 2023). Penelitian ini menegaskan pentingnya adaptasi teknik yang memerhatikan konteks budaya dan kebutuhan individual serta evaluasi berkelanjutan untuk mencapai hasil optimal dalam pemulihan trauma melalui hipnoterapi. Pendekatan holistik dan dokumentasi yang baik menjadi dasar pengembangan terapi yang kredibel dan responsif di setting lokal Indonesia.

References

- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 16(3), 252-260.
- Celebi, B. N. (2022). Psychotherapy of post-traumatic stress disorder in the contemporary era. *Journal of Traumatic Stress Studies*, 18(4), 320-335.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Haynes, R., McDonald, H., & Garg, A. (2019). Evidence-based psychological treatments. *Clinical Psychology Review*, 45, 82-92.
- Ihsan, D. K. (2023). Metode hipnoterapi dalam mengobati trauma. *Global Development Conference Series*, 4(1), 89-98.
- Jannah, R. (2024). Analysis of hypnotherapy method in changing fighting behavior of children. *Journal of Learning and Counseling Action*, 5(2), 112-125.
- Kharisma Nurul, F. R. (2019). The effect of hypnotherapy on post traumatic stress disorder in women victims of sexual abuse. *Poltekkes Tasikmalaya Repository*, 1-24.
- Klissourov, G. K. (2018). Meta-analysis of the effectiveness magnitude of hypnosis on posttraumatic stress disorder treatment. *Walden University Dissertation*, 1-150.
- Maldonado, J., & Spiegel, D. (2023). Trauma-informed hypnotic approaches for complex trauma survivors. *Journal of Clinical Hypnosis*, 14(3), 147-160.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2019). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). Sage Publications.
- Miller, S., Taylor, R., & Parker, L. (2022). The therapeutic alliance in hypnosis therapy for PTSD. *Journal of Clinical Psychology*, 78(4), 850-861.

Rosalind, M., & Spiegel, D. (2023). Psychophysiological responses during hypnosis: Therapeutic implications. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 65(2), 100-115.

Rosendahl, J. (2024). Meta-analytic evidence on the efficacy of hypnosis for mental and somatic disorders. *American Psychological Association Monitor*, 55(2), 23-29.

Rossi, E. (2024). Psychobiological research on hypnosis and neuroplasticity. *Neuroscience Today*, 29(1), 35-52.

Rusman, K. N. (2020). The effect of hypnotherapy on post traumatic stress disorder decrease in women victims of sexual abuse in Tasikmalaya. *JNKI Journal*, 8(2), 114-124.

Sayyidah, P., Utami, R., & Nugroho, H. (2021). Pencatatan rinci sebagai bagian dari hipnoterapi bagi korban trauma. *Jurnal Psikologi Klinis*, 12(1), 33-41.

Silva, A., Lim, V., & Torres, M. (2022). Audio recordings in psychotherapy research: Enhancing data accuracy. *Journal of Mental Health Research*, 15(3), 200-213.

Spiegel, D. (1990). New uses of hypnosis in the treatment of posttraumatic stress disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 51(Suppl), 39-44.

Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (2nd ed.). Sage Publications.

Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). Sage Publications.