

# Jurnal Kesehatan SAMODRA ILMU

| ISSN (Print) 2086-2210 | ISSN (Online) 2827-8739 |

## *Hypnoparenting* untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam membentuk karakter anak

Kurniasari Pratiwi<sup>1</sup>, Isabella Rahmawati<sup>1\*</sup><sup>1</sup>STIKes Akbidyo, Yogyakarta, Indonesia

### ARTICLE INFORMATION

Received: Maret, 18, 2022

Revised: Mei, 16, 2022

Available online: Mei, 30, 2022

### KEYWORDS

Counseling, hypnoparenting, character, child.

### CORRESPONDENCE

E-mail: [isabellarahmawati15@gmail.com](mailto:isabellarahmawati15@gmail.com)

### A B S T R A C T

Phenomena that occur in society, most children's problems are caused by mistakes or ignorance of parents and the closest environment in how to communicate and convey good values to children. Shows deviations, does not follow parental advice or even fights, new parents panic and look for solutions. This should be avoided, children's character education should be carried out early before it is too late. The basic problem is that many parents do not understand when the time is right and how to educate children's character. One method that is expected to be a solution is the hypnoparenting technique.

Hypnoparenting is a hypnotherapy technique that is specifically applied by parents in raising children. Broadly speaking, this technique is useful in improving the quality of communication and spiritual intelligence of parents and children. This method works directly on the child's subconscious, so that parents can apply their child's character education without coercion.

This study aims to test the effectiveness of hypnoparenting counseling to increase parental knowledge in shaping children's character. This research was conducted in Al Wafa Kindergarten with the respondents being parents or guardians of Al Wafa Kindergarten students. This research is a pre-experimental study with a pretest-post test one group design. The interventions provided were in the form of counseling with interesting materials, video screenings, demonstrations, role plays, and sharing sessions.

The results showed that there was a difference in knowledge before and after being given hypnoparenting counseling. The results of the paired T test showed a t-value of 7.023 (p-value 0.000 less than 0.05). Thus, it can be concluded that there is a significant difference between knowledge about mother's knowledge in shaping the child's character before and after being given counseling.

### INTRODUCTION

Pendidikan karakter merupakan hal sangat esensial dalam berbangsa dan bernegara, sehingga hilangnya karakter dikhawatirkan akan menyebabkan hilangnya generasi penerus bangsa yang berkualitas. Karakter juga memiliki fungsi sebagai penggerak sehingga bangsa ini semakin kuat. Karakter tidak datang dengan sendirinya namun harus dibangun dan dibentuk untuk menjadikan suatu bangsa bermartabat dan berkarakter.

Pendidikan karakter merupakan hal sangat penting dan mendasar. Karakter adalah mustika hidup yang membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya. Orang-orang yang berkarakter kuat dan baik secara individual maupun sosial ialah mereka yang memiliki akhlak, moral, dan budi pekerti yang baik. Mengingat begitu urgennya pendidikan karakter, maka pemerintah memiliki tanggung jawab untuk menanamkannya melalui proses pembelajaran (Nasrullah, 2015).

Pada saat usia antara 0-6 tahun, otak berkembang sangat cepat hingga 80 persen. Pada usia tersebut otak menerima dan menyerap berbagai macam informasi, tidak melihat baik dan buruk. Itulah masa-masa yang dimana perkembangan fisik, mental maupun spiritual anak akan mulai terbentuk. Karena itu, banyak yang menyebut masa tersebut sebagai masa-masa emas anak (periode *Golden Age*) (Wibowo, 2015).

Fenomena yang terjadi saat ini menunjukkan penguatan pendidikan karakter yang semakin luntur, ditandai dengan banyaknya kasus kasus penyimpangan pada anak, semakin hilangnya sopan santun pada anak, ditambah dengan anak-anak yang sudah terpapar gadget dan media sosial membuat anak semakin sulit diarahkan sehingga hal ini dapat berdampak negatif terhadap masa depan anak.

Alternatif solusi untuk mengatasi permasalahan karakter pada anak harus dilakukan secara bersinergi antara orang tua, lembaga pendidikan serta masyarakat dan pemerintah, namun keluarga merupakan tempat utama anak-anak dapat menumbuhkan dan mengembangkan karakter positif. Pembentukan karakter positif dapat dikembangkan melalui pembiasaan nilai-nilai, baik nilai sosial

maupun agama yang diinternalisasikan melalui interaksi sosial. Karakter yang telah terbentuk diharapkan kelak dapat mengakar kuat dan menjadi prinsip hidup dalam kehidupan anak. Dalam konteks ini, orang tua sebagai penanggung jawab utama dalam proses pembentukan karakter anak. Orang tua hendaknya dapat menjadi contoh “teladan” yang baik pada anak karena sebagian besar waktu anak dihabiskan dalam keluarga. Teladan dan pembiasaan yang baik menjadi langkah fundamental dalam pendidikan karakter (Muthmainnah, 2012). Kendala dalam upaya pendidikan karakter yang diberikan orang tua terhadap anak salah satunya disebabkan oleh ketidaktahuan atau minimnya pengetahuan orang tua mengenai bagaimana cara menanamkan karakter yang baik terhadap anak.

Pentingnya pengetahuan orang tua merupakan tema utama dari berbagai upaya penelitian yang mendukung pola asuh. Rekomendasi berbasis bukti yang dikeluarkan oleh American Psychological Association Task Force on Evidence-Based Practice with Children and Adolescents dalam National Academy of Sciences (2016) menekankan perlunya inisiatif kebijakan dan program untuk mempromosikan pengetahuan parenting. Rendahnya pengetahuan orangtua berdampak pada berbagai hal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Wasmin, 2019), bahwa banyak orang tua yang mengeluhkan anaknya tidak patuh, tidak disiplin, pemalu dan kurang kepercayaan diri, korban perundungan, kinerja menurun, kecanduan game, putus sekolah, melarikan diri dari pesantren, cemas, takut, ceroboh, berbohong, mencuri, cengeng, mengompol, stres, fobia, agresif, negatif emosi, dan perilaku buruk lainnya. Hal ini perlu mendapatkan perhatian serius.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di TK Al Wafa terhadap 15 responden diketahui bahwa 67% orangtua siswa memiliki pengetahuan ibu dalam mendidik karakter anak yang cukup dan rendah. Berdasarkan wawancara permasalahan yang banyak dialami adalah orangtua merasa kesulitan mengajarkan perilaku baik pada anak misalnya agar anak bangun pagi dan semangat sekolah, anak-anak yang kurang mandiri (disekolah harus ditunggu), anak yang terlalu sering bermain gadget sehingga enggan bermain dengan teman-teman dan anak lebih mendengarkan nasehat guru daripada orangtua, padahal seharusnya figur terdekat bagi anak adalah orangtua. Orangtua adalah pihak yang paling bertanggungjawab terhadap Pendidikan karakter anak. Sejauh ini orang tua / wali murid maupun guru di TK Al Wafa belum pernah mendapatkan materi mengenai bagaimana strategi mendidik karakter anak, sehingga keluhan / permasalahan orangtua baru ditampung pihak sekolah dan belum diketahui solusinya.

Proses parenting bersifat multidimensi. Untuk menanggapi berbagai kebutuhan anak-anak, orang tua harus mengembangkan pengetahuan yang mendalam dan luas. Menurut (Winter L, 2012), basis penelitian mengenai hubungan antara pengetahuan orang tua dan hasil anak jauh lebih kecil dibandingkan dengan praktik pengasuhan anak dan hasil anak. Penelitian sebelumnya tentang pengetahuan orangtua sebagian besar didasarkan pada studi korelasional, bukan eksperimental. Dengan demikian penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen dengan rumusan masalah bagaimanakah efektivitas penyuluhan hypnoparenting untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam mendidik karakter anak?

**METHODE**

Populasi penelitian ini adalah orang tua atau wali murid TK Al Wafa. Metode penentuan responden dalam penelitian ini menggunakan metode total sampling, sehingga seluruh orang tua wali murid TK Al Wafa sebanyak 32 orang menjadi responden penelitian.

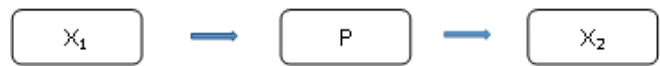
Instrumen penelitian untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu dalam membentuk karakter anak menggunakan kuisioner yang disusun oleh peneliti yang sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Berdasarkan hasil uji validitas terhadap 40 aitem, terdapat 26 aitem valid yang masing-masing telah mewakili aspek yang akan diukur. Hasil reliabilitas diketahui nilai *alpha cronbach* adalah sebesar 0,820 dengan demikian instrument tersebut reliabel / andal.

Terdapat lima aspek yang digunakan untuk mengukur pengetahuan ibu dalam mendidik karakter anak yaitu menunjukkan sikap persaingan, menghindari sikap ambivalensi, menekankan hubungan kausalitas, menghindari intervensi terlalu banyak, serta berkomunikasi dengan sehat.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif (*Pre Experiment*) dengan rancangan *pretest posttest one group design* untuk membandingkan hasil intervensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Variabel bebas adalah penyuluhan *hypnoparenting* dan variabel terganggunya adalah pengetahuan orangtua dalam menanamkan karakter anak. Intervensi pada variabel bebas dilakukan dengan cara penyuluhan yang dikemas menarik melalui media *powerpoint*, pemutaran video yang menginspirasi, demonstrasi mengenai bagaimana melakukan teknik *hypnoparenting*, *rolepay* dengan cara peserta berpasangan memainkan peran sebagai anak dan sebagai orangtua dengan mempraktekkan teknik *hypnoparenting* seperti yang telah diajarkan. Selanjutnya diakhiri dengan sesi diskusi atau *sharing*.

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan *paired test* untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu dalam membentuk karakter anak sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (intervensi).



Gambar 1.

Rancangan penelitian : (Pretest-posttest one group design)

Keterangan :

- X1 : Pre test
- P : Perlakuan / Intervensi
- X2 : Post test

**RESULTH**

Berdasarkan pengambilan data penelitian sebelum dilakukan intervensi diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup, dan terdapat dua orang yang memiliki pengetahuan tentang cara membentuk karakter anak kurang. Sedangkan setelah diberikan intervensi berupa penyuluhan *hypnoparenting* tingkat pengetahuan orangtua/ wali murid tentang cara mendidik karakter anak meningkat, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik.

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi berdasarkan tingkat pengetahuan orang tua murid TK Al Wafa. sebelum diberikan penyuluhan *hypnoparenting*.

Tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan	F	%
Baik	11	33
Cukup	19	61
Kurang	2	6
Jumlah	32	100

Tabel 2

Distribusi Frekuensi berdasarkan tingkat pengetahuan orang tua murid TK Al Wafa. setelah diberikan penyuluhan *hypnoparenting*.

Tingkat pengetahuan setelah penyuluhan	F	%
Baik	23	73
Cukup	9	27
Kurang	0	0
Jumlah	32	100

Tabel 3

Hasil pretest dan posttest pengetahuan responden tentang pendidikan karakter anak pada orang tua murid TK Al Wafa.

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pa	Pengetahuan sebelum - Pengetahuan Sesudah	.64706	.65798	.09214	.46200	.83212	7.023	.000	

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji t sampel berpasangan (*paired T test*) diketahui perbedaan pengetahuan tentang mendidik karakter anak sebelum dan sesudah penyuluhan. Dari hasil uji t sampel berpasangan (*paired T test*) menunjukkan nilai uji t sebesar 7,023 p-value 0,000 kurang dari 0,05. dengan demikian dapat disimpulkan ada perbedaan yang bermakna antara pengetahuan tentang pendidikan karakter anak sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis kerja dapat diterima dibuktikan dengan analisis yang menunjukkan perbedaan yang bermakna dari setiap variabel yang diuji. Pada penelitian ini terjadinya perubahan pengetahuan responden tentang cara membentuk karakter anak diantaranya dipengaruhi oleh efektivitas pemateri saat memberikan penyuluhan tentang hypnoparenting sehingga responden dapat konsentrasi dan tertarik dalam menerima materi, antusiasme responden pada saat diberikan penyuluhan ditunjukkan dengan perhatian responden pada materi yang diberikan oleh penyuluh, kemudian pada saat sesi diskusi tampak responden sangat aktif bertanya. Pada sesi sharing responden terlihat sangat antusias dibuktikan dengan banyaknya responden yang bertanya dan meminta penjelasan lebih detil mengenai materi pendidikan karakter anak.

**DISCUSSION**

Hasil penelitian ini mendukung penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Yanti, 2015), bahwa hypnoparenting dapat membuat karakter anak menjadi terdidik. Dalam mendidik karakter anak dengan menggunakan hypnoparenting ada beberapa hal yang harus diperhatikan oleh setiap orang tua yaitu menumbuhkan sikap persaingan pada anak, menghindari sikap ambivalensi pada anak, menekankan hubungan kausalitas pada anak, menghindari melakukan intervensi terlalu banyak pada anak, berkomunikasi dengan sehat pada anak serta menempatkan waktu-waktu efektif yang dilakukan orang tua diberbagai kesempatan aktifitas anak agar sugesti positif dapat menetap pada anak tersebut. Tahapan dalam menerapkan hypnoparenting yaitu melakukan komunikasi atau bercerita terlebih dulu, ketika berkomunikasi menggunakan kalimat positif dan sentuhan yang membuat anak nyaman, bila perlu berikan pujian terhadap anak, kemudian berikan sugesti positif yang membangun dan sebaiknya dilakukan berulang. Adanya penyuluhan hypnoparenting diharapkan dapat membawa dampak positif terhadap perubahan pola asuh responden sehingga secara tidak langsung akan meningkatkan kualitas pendidikan anak.

Menurut (Firdaningrum et al., 2019), Hypnoparenting sangatlah efektif, dengan syarat orangtua menyediakan lingkungan

yang kondusif bagi tumbuhnya program yang disugestikan. Hypnoparenting bekerja langsung pada alam bawah sadar anak. Teknik pengasuhan tersebut sangat sistematis dan sederhana. Orangtua dapat menerapkan pola pengasuhan, termasuk membangun sikap disiplin pada anak dengan mudah tanpa paksaan, selain itu penerapannya juga mudah, asalkan orangtua paham teknik yang tepat dan benar. Keberhasilan teknik ini dapat diukur dari pengamatan langsung mengenai perilaku yang berubah sesuai dengan yang disugestikan. Keberhasilan hypnoparenting juga ditentukan oleh dukungan keluarga, karena keluarga memainkan peran penting dalam mewujudkan anak yang memiliki karakter baik (Ulfa, 2019).

Hypnoparenting merupakan teknik hypnotherapy yang secara khusus diterapkan oleh orangtua dalam mengasuh anak. Teknik ini bermanfaat meningkatkan kualitas komunikasi dan kecerdasan spiritual orangtua dan anak. Bekerja langsung pada alam bawah sadar anak serta membuat orangtua dapat menerapkan pola asuh tanpa paksaan. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Astuti, Sofiyanti & Setyowati (2019) bahwa hypnoparenting berhasil dilakukan untuk mengatasi permasalahan pada anak usia dini, anak menjadi baik dan mudah diarahkan apabila orangtua menggunakan bahasa-bahasa cinta tanpa bentakan. Pembentukan kepribadian dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri seorang individu, sedangkan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan di sekitar individu. Proses pembentukan kepribadian seseorang dapat dibentuk oleh orangtua melalui metode hypnoparenting (Firdaningrum et al., 2019).

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Sudarsana, 2019)), tentang pemanfaatan gadget dalam menanamkan karakter anak dengan menggunakan hypnoparenting. Karakter anak sejak dini dengan teknik hypno parenting yang menekankan pada komunikasi antara orang tua dan anak untuk menciptakan pembiasaan yang dapat membentuk karakter anak.

Pengetahuan orangtua sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak, sesuai yang disampaikan September, Rich & Roman (2017), bahwa orang tua yang memahami perkembangan anak usia dini lebih tahu tentang bagaimana menanggapi kebutuhan anak. Orangtua juga berada dalam posisi yang lebih baik untuk mengidentifikasi keterlambatan perkembangan dibandingkan dengan orang tua yang kurang memiliki pengetahuan.

Berdasarkan analisis data penyuluhan hypnoparenting terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan orangtua dalam membentuk karakter anak. Keberhasilan intervensi tidak lepas dari dukungan berbagai pihak, namun kunci utama adalah orangtua. Jika orangtua menerapkan pola hypnoparenting dengan konsisten maka pembentukan karakter anak lebih mudah dilakukan.

**CONCLUSIONS**

Ada perbedaan yang bermakna pada pengetahuan tentang pendidikan karakter anak sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan hypnoparenting di TK Al Wafa. Dengan Demikian hal tersebut membuktikan bahwa penyuluhan hypnoparenting berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu dalam mendidik karakter anak.

**REFERENCES**

Firdaningrum, A., Muarifa, A., & Soimah, L. (2019). *Hypnoparenting as A Way for Parents to Build Positive Personality in Children* (Vol. 2, Issue 1). <https://jurnal.uns.ac.id/shes>

- Muthmainnah. (2012). Kontribusi Pola Asuh Orang Tua dalam Pendidikan Karakter. *Diklus - Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 16(2).
- Nasrullah, R. (2015). *Media Sosial Perspektif Komunikasi, Budaya dan Sosiologi*. Simbiosis Rekatama Media.
- Primi Astuti, F., Sofiyanti, I., Setyowati, H., Studi IV Kebidanan, P. D., Ilmu Kesehatan, F., Ngudi Waluyo, U., & Studi III Kebidanan, P. D. (2019). Penerapan Hypnoparenting Untuk Mengatasi Permasalahan Pada Anak Usia Dini Implementation Of Hypnoparenting To Solve The Problem In Early Childhood. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 1(2), 15–23.
- September, S. J., Rich, E., & Roman, N. (2017). Association Between Knowledge of Child Development and Parenting: A Systematic Review. *The Open Family Studies Journal*, 9(1), 1–14. <https://doi.org/10.2174/1874922401709010001>
- Sudarsana, J. P. P. & S. (2019). The Utilization Of Gadgets In Instilling Character of Children Using Hypno Parenting. *Journal of Physics*.
- Ulfa, R. A. (2019). *HYPNOPARENTING; SEBUAH METODE MENJINAKKAN ALLIGATOR'S BRAINS PADA ANAK USIA DINI* (Vol. 1, Issue 2).
- Wasmin, H. S. K. & L. (2019). Hypnoparenting Training in Improving Parent's Ability About Parenting. *International Journal of Recent Technology and Engineering (IJRTE)*, 8(2S9).
- Wibowo, T. (2015). *Rahasia Sukses Pendidikan Karakter: 7 Hari Membentuk Karakter Anak*. Grasindo.
- Winter L, M. A. S. M. (2012). The Knowledge of Effective Parenting Scale (KEPS): A tool for Public Health Approaches To Universal Parenting Programs. *The Journal of Primary Prevention*, 33(2–3), 85–97.
- Yanti, A. (2015). PEMANFAATAN HYPNOPARENTING DALAM MENANAMKAN KARAKTER ANAK DI LEMBAGA KONSELING DAN KONSULTASI PEKANBARU. In *Jurnal RISALAH* (Vol. 26, Issue 2).