

Gambaran Pelaksanaan Pelatihan Hypnoparenting untuk Mengatasi Masalah Perkembangan Anak Balita

Heny Noor Wijayanti¹, Yana Luthfiyati², Nabila Apriliani³

Email: henywijayanti@respati.ac.id

^{1,2}Dosen Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta
³Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta, Indonesia

Abstrak

Latar Belakang : Pada masa balita terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat baik pertumbuhan fisik, psikomotor, mental maupun social. Masa lima tahun pertama kehidupan merupakan periode masa emas terhadap lingkungan dan akan menjadi dasar kualitas generasi penerus bangsa. Permasalahan anak hampir 90% disebabkan oleh kesalahan atau ketidaktahuan orangtua akan cara komunikasi dan penyampaian nilai yang baik terhadap sang anak. Teknik *hypnoparenting* ini cara yang dapat orang tua lakukan dalam mengatasi berbagai macam masalah yang dialami anak. Tujuan : kegiatan ini adalah menerapkan pola asuh yang baik dengan hypnoparenting sehingga perkembangan anak menjadi lebih baik lagi. Metode : pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari 2 tahapan yaitu pelatihan tentang hypnoparenting, dan evaluasi penerapan praktik hypnoparenting oleh orang tua anak. Hasil Pengabdian : hasil awal saat diberikan kuesioner tentang hypnoparenting sebagian responden belum pernah tahu tentang hypnoparenting tersebut ada 7 orang (70%), orangtua antusias dalam pelatihan dan penerapan hypnoparenting. Kesimpulan : orang tua bisa mempraktekkan ke anaknya dalam pemberian sugesti yang positif sehingga perkembangan anak ada perubahan yang semakin baik.

Kata Kunci: *hypnoparenting*; anak balita.

Abstract

Background: During the toddler years, there is a very rapid growth and development process, both physical, psychomotor, mental and social growth. The first five years of life are a golden period for the environment and will be the basis for the nation's future generations. Almost 90% of children's problems are caused by parents' mistakes or ignorance of how to communicate and convey good values to the child. Hypnoparenting techniques are ways that parents can do in overcoming various kinds of problems that make children. Purpose: this activity is to apply good parenting with hypnoparenting so that children's development can be even better. Methods: the implementation of the activity consists of 2 stages of training on hypnoparenting, and evaluation of hypnoparenting practices by the child's parents. Results of Community Service: the initial results were given a questionnaire about hypnoparenting, some of the respondents who had never known about hypnoparenting were 7 people (70%), parents who were enthusiastic in the training and application of hypnoparenting. Conclusion: parents can practice giving their children positive suggestions so that children's development is getting better.

Keywords: *hypnoparenting*; kids under five.

1. Pendahuluan

Pada masa balita terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat baik pertumbuhan fisik, psikomotor, mental maupun social. Pola asuh menjadi faktor risiko yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Pola asuh dan sikap orang tua dapat mempengaruhi perkembangan anak usia 1–3 tahun. Peranan orang tua sangat penting terhadap asuhan kesehatan anak terutama ibu. Ibu adalah orang yang paling dekat dengan anak sekaligus sebagai pengatur ketersediaan makanan bagi keluarganya. Peran ibu dalam asupan makanan bagi anaknya berhubungan dengan tingkat pendidikan ibu, jenis pekerjaan ibu, tingkat pendapatan keluarga dan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi.¹

Para orangtua dapat memberikan pembinaan atau arahan kepada anak-anaknya tanpa menggunakan paksaan yang akan dilaksanakan oleh anak dengan kesadaran penuh. Karena dalam kehidupan sehari-hari sering orangtua dengan segala wewenangnya, memerintahkan anaknya dengan berbagai kata ancaman atau dengan umpatan yang akan menyebabkan rekaman buruk bagi diri anak. Sebagian orangtua mungkin ada yang menyerah dengan keadaan anak-anaknya dalam keadaan buruk.²

Kemampuan orang tua untuk mendeteksi tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan tingkat pendidikan. Namun, penelitian lain yang menganalisis pengaruh tingkat pendidikan terhadap perkembangan sosial anak balita menyatakan bahwa pengaruh tingkat pendidikan tidak signifikan mempengaruhi perkembangan sosial anak

balita.³ Untuk itu perlu upaya meningkatkan pemahaman orang tua dalam pola asuh anak, salah satunya yang dilakukan dengan meningkatkan peran orangtua dalam pemantauan pertumbuhan dan pemberian makanan bayi dan anak melalui pelatihan *hypnoparenting*.

Hypnoparenting merupakan salah satu pembinaan anak dengan memperhatikan pengaruh hipnosis dengan rekaman postifatau sugeti pada anak pada jiwa bawahsadarnya.⁴ Dengan *Hypnoparenting* orangtua akan lebih mudah berkomunikasi dengan anak. Menurut⁵ dengan *Hypnoparenting* bisa terjadi perubahan perilaku, perubahan kedisiplinan waktu, perubahan perilaku ketika bermain pada anak serta bertambahnya wawasan orangtua tentang pembelajaran *hypnoparenting*.

2. Metode

Metode yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan mitra yaitu dengan memberikan pelatihan tentang *Hypnoparenting*. Tahapan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut : yaitu pelatihan tentang *hypnoparenting*, dan evaluasi penerapan *hypnoparenting* oleh orang tua anak. Dilakukan secara online melalui *google meet* dengan responden ibu yang mempunyai balita dengan masalah perkembangan di wilayah Puskesmas Depok 2.

3. Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini berjumlah 10 anak balita mengalami gangguan perkembangan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Balita dan Ibu

| | Jumlah (N) | Persentase (%) |
|-------------------------------|---------------|-------------------|
| Jenis Kelamin | | |
| - Laki-laki | 5 | 50 |
| - Perempuan | 5 | 50 |
| Umur | | |
| - <1 sd 2 tahun | 5 | 50 |
| - 3 sd 5 tahun | 5 | 50 |
| Tingkat Pendidikan Ibu | | |
| - Pendidikan Tinggi | 3 | 30 |
| - Pendidikan Menengah | 5 | 50 |
| - Pendidikan Dasar | 2 | 20 |
| Status Pekerjaan | | |
| - Bekerja | 3 | 30 |
| - Tidak Bekerja | 7 | 70 |

Dari tabel di atas dapat dilihat karakteristik responden anak balita yang berjenis kelamin perempuan ada 5 (50%) dan laki-laki ada 5 (50%), umur balita diantara <1-2 tahun dan 3-5 tahun sama-sama banyak antara 5 (50%). Kemudian tingkat pendidikan ibu sebagian merupakan berpendidikan menengah 5 (50%), tingkat pendidikan tinggi ada 3 (30%) dan yang berpendidikan dasar ada 2 (20%). Dengan tingkat pendidikan tersebut status pekerjaan ibu sebagian besar tidak bekerja ada 7 (70%) dan yang bekerja 3 (30%).

Pola asuh berarti pendidikan, sedangkan pendidikan adalah bimbingan secara sadar oleh pendidik terhadap perkembangan jasmani dan rohani anak didik menuju terbentuknya kepribadian yang utama. Pola asuh adalah suatu keseluruhan interaksi orangtua dan anak, dimana orangtua memberikan dorongan, bagi anak untuk mengubah tingkah laku, pengetahuan dan nilai-nilai yang dianggap tepat bagi orang tua agar anak bisa mandiri tumbuh sehat serta berkembang secara optimal, memiliki rasa percaya diri, rasa ingin tahu, bersahabat dan berorientasi untuk sukses.⁷

Penyuluhan Hypnoparenting dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang hypnoparenting dalam pola asuh. Semakin tinggi pengetahuan orang tua tentang hal tersebut maka pola asuh untuk perkembangan anak akan semakin baik. Apalagi dilihat dari tingkat pendidikan orang tua yang sebagian berpendidikan menengah.⁸

4. Kesimpulan

Ketercapaian dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim sudah sesuai dengan yang direncanakan. Metode yang digunakan adalah pemberian pelatihan *Hypnoparenting*, pendampingan dan evaluasi penerapan *Hypnoparenting* dirasa tepat sebagai solusi untuk menyelesaikan permasalahan mitra. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah *Hypnoparenting* dapat diterapkan dan bias merubah sikap dan perilaku anak. Kegiatan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi para orangtua anak, sehingga kedepannya dapat berdampak positif bagi perkembangan anak

5. Daftar Pustaka

- [1]. Khomsan, *Pengantar Pangan dan Gizi*. Cetakan-1. Jakarta: Penebar Swadaya, 2015.
- [2]. Anshor, Ulfah Maria dan Abdullah Ghalib, *Parenting With Love: Panduan Islami Mendidik Anak Penuh Cinta dan Kasih Sayang*. Bandung: PT Mizan Pustaka, 2015.
- [3]. Sutiyono, A, *Dahsyatnya Hypnoparenting*. Jakarta: Penebar Plus, 2010.
- [4]. Santioso, Lucy, L. *5 Menit Menguasai Hypnoparenting*. Jakarta : Penebar Plus, 2012.
- [5]. Megawati, P. (2015). Perbedaan Perilaku Anak dengan pembelajaran HypnoParenting dan Non Hypnoparenting pada siswa TK Pertiwi bojonegoro Tahun Ajaran 2013/2014, Fakultas Ilmu Pendidikan UM (Skripsi).
- [6]. Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta, 2010.
- [7]. Tridonanto, Al. *Mengembangkan Pola Asuh Demokratis*. Jakarta: PT ElexMedia Kompotindo, 2014.
- [8]. Munjinah Annif, Hidayah Nur. *Optimalisasi Pola Asuh Dengan Menggunakan Hypnarenting di Wonokromo Surabaya*. Jurnal Unnusa 2018. [Online]. <https://journal2.unnusa.ac.id/index.php/CDJ/article/view/718>.