

PEMANFAATAN HYPNOPARENTING DALAM MENANAMKAN KARAKTER ANAK DI LEMBAGA KONSELING DAN KONSULTASI PEKANBARU

Silawati¹⁾, Afrida Yanti²⁾

¹⁾ Dosen Jurusan Ilmu Komunikasi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Suska Riau, Jl. HR Soebrantas Km 15 Simpangbaru, Tampan, Pekanbaru 28293

²⁾ Alumni Bimbingan Konseling Islam UIN Suska Riau,

Abstrak

Mendidik anak yang dilakukan orang tua di lingkungan masyarakat yang cenderung menggunakan perkataan yang kasar dan melalui hukuman fisik yang tidak mendidik. Hal ini yang menyebabkan tumbuhnya karakter anak yang kurang baik dan tidak sesuai dengan pendidikan karakter yang sedang dilaksanakan di sekolah. Penelitian ini dilaksanakan di lembaga psikologi Lembaga Konseling dan Konsultasi Pekanbaru Pekanbaru yang terletak di Jalan Cipta Karya Pekanbaru. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pendidikan karakter anak dengan menggunakan hypnoparenting di Lembaga Konseling dan Konsultasi Pekanbaru Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa hal yang perlu diketahui orang tua dalam mendidik anak yaitu (1) menumbuhkan sifat persaingan, (2) menghindari sikap ambivalensi, (3) menekankan hubungan sebab akibat, (4) menghindari melakukan intervensi terlalu banyak, (5) berkomunikasi dengan sehat. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa karakter anak menjadi terdidik dengan menggunakan hypnoparenting.

Kata Kunci: Pendidikan karakter anak; hypnoparenting

1. Pendahuluan

Menurut Hadari Nawawi (1993:149) bahwa orang tua sejak dini sudah harus mengajarkan kandungan isi Al-Qur'an kepada anak. Yang dilaksanakan secara bertahap sesuai dengan masa perkembangannya dan terus-menerus di tingkatkan isinya. Misalnya pada tahap pertama anak hanya cukup melihat orang tuanya melakukan sholat, kemudian pada tahap berikutnya mulai mengajarkan gerakan sholat. Dan pada selanjutnya ketika anak mulai memahami maka akan mampu sholat secara mandiri. Maka dari itu perlu peran orangtua dalam mendidik tidak sekedar memberikan nasihat saja tetapi perlu memberikan teladan

yang baik. Seperti yang telah difirmankan Allah dalam Surat An Nahl ayat 125 :

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ
وَجِدْلِهِمْ بِالتِّي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ
عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ١٢٥

Artinya : "Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat

petunjuk (Q.S An-nahl 125). (Departemen Agama RI,1999: 421)

Menurut Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah* menafsirkan surat An-nahl ayat 125 diatas dengan “Wahai nabi Muhammad, *serulah*, yakni lanjutkan usahamu untuk menyeru semua yang engkau sanggup seru, *kepada jalan* yang ditunjukkan *Tuhanmu*, yakni ajaran Islam, *dengan hikmah dan pengajaran yang baik dan bantahlah mereka*, yakni siapa pun yang menolak atau meragukan ajaran Islam, *dengan cara yang terbaik*. Itulah tiga cara berdakwah yang hendaknya engkau tempuh menghadapi manusia yang beraneka ragam peringkat dan kecenderungannya; jangan hiraukan cemoohan, atau tuduhan-tuduhan tidak berdasar kaum musyrikin, dan serahkan urusanmu dan urusan mereka pada Allah karena *sesungguhnya Tuhanmu* yang selalu membimbing dan berbuat baik kepadamu *Dialah* sendiri yang lebih mengetahui dari siapa pun yang menduga tahu *tentang siapa yang* bejat jiwanya sehingga *tersesat dari jalan-Nya dan Dialah* saja juga yang lebih mengetahui orang-orang yang sehat jiwanya sehingga *mendapatkan petunjuk*. (M. Quraish Shihab, 2009 :774)

Jika mengingat itu semua, maka semakin disadari betapa pentingnya pendidikan karakter dalam berbagai aspek kehidupan manusia, baik secara individu maupun kolektif (sosial). Pembangunan kembali terhadap karakter bangsa sekarang ini dirasa penting mulai dari dalam sebuah keluarga. Untuk itu perlu peran orang tua dalam menanamkan nilai-nilai karakter dengan menggunakan metode atau cara yang tepat. Untuk itu saat ini ada sebuah metode dalam mendidik anak dengan memberikan sugesti positif yang dikenal dengan *hypnoparenting*. *Hypnoparenting* adalah cara mendidik anak dengan memberikan sugesti-sugesti positif sesuai dengan yang diharapkan para orang tua.

Bianda Nadia (2010:120) mengatakan *hypnoparenting* berasal dari kata *hypnosis* dan *parenting* (mendidik anak). *Hypnoparenting* merupakan salah satu aplikasi hipnosis untuk

tujuan merawat dan mendidik anak (*parenting*). Aplikasi hipnosis untuk *parenting* ini dilakukan tanpa harus membuat seorang anak tertidur, seperti hipnosis yang sering dilihat di televisi. *Hypnoparenting* dilakukan dengan menyugesti anak dengan kalimat-kalimat yang mampu membuat anak percaya diri dan dengan kata-kata yang bernilai positif .

Adi W Gunawan (2007:9) mengatakan James Braid adalah orang pertama yang dapat menjelaskan kerangka ilmiah tentang fenomena hipnosis, dan hipnosis kemudian dapat diterima menjadi suatu teknik pengobatan oleh dunia kedokteran Inggris. Hipnosis pada awalnya bernama *neurypnology* yang berasal dari bahasa Yunani. Kemudian hari, Braid menggunakan kata *neuro-hypnotism* yang berasal dari kata *hypnos* yaitu dewa tidur dalam mitologi Yunani. Selanjutnya demi mempermudah ucapan, Braid menghilangkan kata *neuro*. Penemuan tersebut diberi nama *hypnotism* atau hipnosis. Sehingga Braid dipandang sebagai “Bapak Hipnosis”.

Tokoh selanjutnya adalah Milton H. Erickson seorang psikiater dari Amerika Serikat yang mengkhususkan praktiknya pada hipnosis medis dan terapi keluarga. Hipnosis sebagai metode efektif yang terbukti secara klinis dalam mengatasi berbagai gangguan atau permasalahan pada anak-anak. Hingga 1960, kontribusi hipnosis untuk anak-anak telah membawa seorang ahli seperti Dr. Franz Baumann yang menjadi “dokter anak-anak pertama” sekaligus menjadi presiden dari *Association Society Clinical Hypnosis (ASCH)*. Selain itu, Ariesandi Setyono (dalam Rudi Cahyono, 2015:10) merupakan seorang pakar *hypnoparenting* di Indonesia, memberikan pengertian bahwa *hypnoparenting* adalah suatu program pembelajaran dan pendidikan secara sistematis bagi orang tua dengan harapan para orang tua bisa mendidik anak dan membesarkannya dengan profesional.

Menurut Enni Khairuddin (2014:7) bahwa keberhasilan orang tua dalam menanamkan nilai-nilai kebajikan (karakter) sangat tergantung dengan cara mendidik yang

diterapkan orang tua kepada anaknya. Karakter itu sama dengan akhlak dalam pandangan Islam adalah kepribadian. Kepribadian itu komponennya tiga yaitu tahu (pengetahuan), sikap dan perilaku. Yang dimaksud dengan kepribadian yang utuh dalam Islam adalah ketika ilmu dibarengi dengan sikap dan juga perilaku. Oleh karena itu karena pentingnya pendidikan karakter maka orang tua harus dengan sungguh-sungguh mendidik anaknya agar menjadi penerus bangsa. Salah satu tujuh dosa fatal, yaitu "*education without character*" (pendidikan tanpa karakter). Juga Theodore Roosevelt yang mengatakan: "*To educate a person in mind and not in morals is to educate a menace to society*" (Mendidik seseorang dalam aspek kecerdasan otak dan bukan aspek moral adalah ancaman mara-bahaya kepada masyarakat).

Untuk itu dalam penelitian ini penulis mengkaji tentang cara mendidik anak agar berkarakter menggunakan *hypnoparenting*. Dan diharapkan dengan *hypnoparenting* ini dapat dijadikan sebuah solusi atau metode untuk orang tua dalam mendidik putra-putrinya. Serta dengan metode *hypnoparenting* ini orang tua dapat menanamkan karakter pada anak .

Rumusan Masalah Berkaitan dengan pembahasan masalah diatas, dan agar hasil yang diperoleh maksimal, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut Bagaimana Pemanfaatan *hypnoparenting* dalam menanamkan karakter anak di lembaga konseling dan konsultasi pekanbaru?

2. Metode

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian deskriptif yaitu usaha mengungkap suatu masalah atau keadaan atau peristiwa sebagaimana adanya sehingga bersifat sekedar untuk mengungkapkan fakta. Jadi gambaran dipaparkan secara obyektif tentang keadaan sebenarnya dari objek yang diselidiki pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak. Oleh karena itu dibutuhkan data-data yang sebagai penguat dalam penelitian tersebut .data

yang terkumpul berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka-angka.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan yang dilaksanakan di Lembaga Konseling dan Konsultasi Pekanbaru Jalan Ciptakarya Pekanbaru.

C. Sumber Data

1. Sumber Primer

Data Primer dari penelitian ini adalah data yang diambil langsung ke lapangan melalui observasi dan wawancara.

2. Sumber Sekunder

Data Sekunder dalam penelitian ini adalah data yang diambil melalui bahan bacaan seperti buku-buku teks, serta data yang diperoleh dari perpustakaan, dokumentasi dan internet melalui web, blog, dan media masa yang berhubungan dengan masalah penelitian.

D. Informan Penelitian

Adapun yang menjadi informan dalam penelitian ini adalah terapis di Lembaga Konseling dan Konsultasi Pekanbaru Jalan Ciptakarya Pekanbaru sebanyak 3 orang, orang tua sebanyak 2 orang dan anak sebanyak 2 orang.

E. Teknik Pengumpulan data

Untuk data yang diperlukan dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yaitu :

1. Observasi

Yaitu mengadakan pengamatan langsung ke lokasi penelitian dan penulis membuat catatan kecil, mendengarkan, melihat kemudian dikaji dan dinilai secara baik untuk memperoleh data.

2. Wawancara

Ialah percakapan yang dilakukan dengan maksud tertentu, percakapan dilakukan oleh 2 orang pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu (Moleong,2004:286). Penulis telah mewawancarai secara langsung pihak tertentu yang bias membantu dalam proses penulisan skripsi ini.

3. Dokumentasi

Penulis memperoleh data dari dokumen-dokumen atau arsip-arsip yang dimiliki oleh tempat penelitian.

F. Validitas Data

Validitas data adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat ketepatan dan kesahihan suatu penelitian. Penelitian harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur, jadi validitas menekankan pada alat pengukuran atau pengamatan. (Suharsimi Arikunto, 1997:153)

Berdasarkan dari informan yang peneliti jadikan sebagai subjek penelitian dikatakan valid dapat dilihat dari kategori, yaitu:

1. Informan yang peneliti ambil adalah informan yang punya kredibilitas tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan sertifikat dan pengalaman terapis yang lakukan.
2. Orang tua yaitu orang yang merasakan perubahan anak, dikatakan valid karena orang tua yang melihat perubahan pada anak.
3. Anak yaitu orang yang mendapatkan perlakuan atau yang pernah diberikan perlakuan.

G. Teknik Analisa Data

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif, yaitu setelah data terkumpul langkah selanjutnya adalah dengan memberikan penganalisaan data yang telah ada yang digambarkan melalui kata-kata yang didukung dengan hasil wawancara, observasi dan dokumentasi.

3. Hasil dan Pembahasan

A. Menumbuhkan sifat persaingan pada anak

Bapak Ade mengatakan bahwa sejak dini anak sudah harus ditumbuhkan sifat kompetitif. Ini penting karena sifat kompetitif akan mengarah pada kedisiplinan, konsep mejadi yang terbaik, konsep unggul, pengembangan diri yang optimal, dan

berprestasi. Secara intuitif, anak selalu berusaha mencari perhatian dari orang tuanya. Dengan adanya persaingan, anak akan terdorong untuk berbuat lebih baik, memenuhi ekspektasi orang tua, dan pada akhirnya mengembangkan kualitas dirinya.

Menurut bapak Ade, beliau menegaskan di dalam persaingan konsep *reward-and-punishment* sangatlah penting. Dalam setiap hal diberikan reward (hadiah) yang sepadan jika anak berhasil melakukan sesuatu. Sementara itu, berikan dia punishment (hukuman) jika dia melanggar sesuatu. Tidak perlu berpikir untuk memukul anak. Contohnya, ada dua orang anak. Saat waktunya sholat, sang ibu dan ayah bertanya, “Ayo... siapa yang sholat duluan?”. Kedua anaknya berebut menjawab, “Aku ! Aku !”. si adik langsung berlari ke kamar dan menyiapkan sejadah. Kakaknya tertawa tenang. “Ah, dia kan sholatnya cuma dua menit. Aku tidak lihat adik ambil wudhu”.

Melihat itu, ibu dan ayah hanya tersenyum, lalu berkata, “Ayo... ambil wudhu yang benar. Nanti ibu dan ayah beri uang untuk ditabung”. Komentar itu memberikan perasaan menang atas persaingan pada sang kakak. Sementara si adik akan berusaha melakukan hal yang diminta oleh ibu karena dia juga menginginkan hadiah dan persetujuan dari ibu dan ayahnya. Pada akhirnya, kakak mendapat hadiah dan adik pun mendapat hadiah. Dalam benak mereka, itu hanyalah permainan, sementara sesungguhnya ibu dan ayah telah mendidik kedua anaknya untuk bersaing dan mengembangkan diri. *Punishment*-nya hanyalah hadiah kakak diberikan lebih dahulu untuk menunjukkan siapa yang menang.

Satu hal penting lain yang terlihat dari contoh diatas adalah tidak

boleh membandingkan. Tidak boleh mengatakan, “Adik bagaimana sih, kok seperti itu. Malas ambil wudhu. Ayo ambil wudhu seperti kakak”. Komentar demikian adalah membandingkan. Persaingan tidaklah sama dengan membandingkan. Sikap membandingkan hanya akan menciptakan perasaan dendam dan ketersinggungan pada anak. Persaingan adalah melakukan sesuatu yang sesuai dengan standar yang telah ditetapkan orang tualah yang harus menjadi standar. Standar adik bukanlah kakak. Demikian pula, standar kakak bukanlah adik. Akan tetapi, standar anak adalah orang tua.

Menurut bapak Ade, ini merupakan kesalahan klasik yang sering terjadi dan dilakukan dengan tidak sadar. Ingin hati adalah untuk memotivasi anak agar menjadi lebih baik, berprestasi, dan menjadi kepribadian yang lebih baik. Membandingkan antara dua anak, kakak dan adik dapat menimbulkan permusuhan dan dendam. Intuisi dasar anak adalah mencari perhatian orang tuanya. Akan tetapi, setelah ia menyadari bahwa saudaranya mendapatkan perhatian lebih dari dirinya, dalam hati anak bisa muncul perasaan minder, kesal dan bahkan dengki. (Wawancara Bapak Ade pada hari Senin 23 Juni 2015)

B. Menghindari sikap ambivalensi

Ibu Ola mengatakan bahwa idealnya orang tua adalah dua orang, ayah dan ibu. Ambivalensi atau ambiguitas adalah sifat mendua antara orang tua. Ibu bilang A, sementara ayah bilang B. itu akan membuat anak bingung, kehilangan orientasi, dan mengeksploitasi celah. Menurut ibu Ola, pada dasarnya setiap anak manipulatif. Dia akan mampu membaca celah kelemahan dari orang-orang

sekitarnya untuk bisa mendapatkan keinginannya. Dia akan selalu menguji hingga batas terakhir, semua cara yang mungkin untuk bisa meraih apa yang dia mau. (Wawancara Ibu Yola pada hari Senin 23 Juli 2015)

Contohnya, anak ingin jajan bakso, Ibu melarang karena jika jajan bakso, dia akan kenyang dan nanti malas makan. Sementara ayah beranggapan, tidak apa sekali-sekali. Besok atau lusa, anak akan selalu memanfaatkan perbedaan tersebut untuk hal yang lain juga, seperti membeli mainan, bolos sekolah, tidak mandi dan sebagainya. Terkadang anak tidak benar-benar ingin melakukan apa yang dia minta, tetapi dia hanya ingin menguji seberapa besar kesempatannya untuk bisa mendapatkan keinginannya.

Permasalahannya, jika anak berhasil mendapatkannya, dia akan memiliki toleransi uji yang sangat tinggi sehingga tidak aneh jika melihat ada anak yang menjerit-jerit atau tantrum dipusat perbelanjaan karena ingin meminta sesuatu. Dia pernah merasakan menang dari orang tuanya dan dia ingin selalu menang. Apapun yang terjadi, selalu tampil solid didepan anak. Jika ayah dan ibu berbeda pendapat dan bertengkar, lakukan itu diluar jangkauan anak. Tekankan konsep satu pendapat dalam rumah dan cara mendidik anak.

C. Menekankan hubungan kausalitas

Ibu Oki mengatakan bahwa hukum sebab akibat atau kausalitas merupakan hal mendasar yang harus diajarkan pada anak. Ini merupakan konsep konsekuensi tindakan. Anak harus memahami bahwa setiap tindakan yang dia lakukan akan memiliki akibat, baik atau buruk. Menurut ibu Oki, konsep ini akan membantu anak untuk berinteraksi dengan dunia di luar rumahnya, yang wajib disiapkan orang

tua sejak dini. Untuk menerapkannya, orang tua harus memiliki peraturan didalam rumah. Semua orang didalam rumah harus patuh pada peraturan tersebut. (Wawancara Ibu Oki pada hari Senin 02 Agustus 2015)

Akan ada saatnya anak akan menguji penerapan peraturan tersebut. Disinilah sikap asertif orang tua dibutuhkan. Orang tua harus tegas, tidak memiliki *double-standar*, dan tidak membedakan. Saat anak melakukan kesalahan atau pelanggaran, berikan dia hukuman yang sesuai. Misalnya, anak bermain *game* terlalu lama sehingga tidur larut malam dan besoknya terlambat bangun dan pergi sekolah. Terapkan hukuman yang sudah disepakati, seperti tidak boleh bermain *game* lagi selama beberapa minggu.

Selain itu, menurut ibu Oki peraturan tidak hanya berhubungan dengan hukuman, tetapi juga *reward*. Anak yang berhasil mencapai sesuatu harus diberi penghargaan yang setimpal. Contohnya, saat standar nilai rapor tujuh, dan anak mendapat nilai delapan, reward merupakan suatu hal yang wajib diberikan. Setelah reward diberikan, katakan kepada anak, “Nah, kamu ternyata bisa kan dapat nilai delapan kalau belajar dengan giat. Rapor besok ibu mau ada lebih banyak nilai delapannya, dan delapan yang sekarang jangan sampai turun”.

Jangan katakan, “Nah, awas ya kalau nilai delapannya turun jadi tujuh lagi, apalagi enam. Pokoknya ibu mau rapor kamu banyak delapannya”. Kalimat bernada mengancam seperti ini akan membuat hati anak mengecil dan kontra produktif. Pertama anak senang karena dia telah berhasil melakukan sesuatu yang diluar harapan, dan itu pencapaian yang luar biasa. “Akan tetapi mengapa ini kemudian menjadi

beban pada anak. Lebih baik saya tidak usah dapat delapan, tujuh saja sudah bagus. Kalau begini hanya menyulitkan saya saja, pikir si anak”. Dengan demikian anak akan enggan untuk maju lagi dan hanya melakukan sesuai standar saja sehingga tidak akan pernah berkembang.

D. Menghindari melakukan intervensi terlalu banyak

Ibu Oki mengatakan bahwa semua orang tua pasti ingin memberikan yang terbaik buat buah hatinya. Akan tetapi, terkadang yang terbaik bukanlah yang paling indah. Demikian juga dengan mendidik anak. Menurut ibu Oki, orang tua sering kali membesarkan anak dengan kekhawatiran tinggi. Kalau dia begini, bagaimana dan kalau nanti ada itu, apa yang terjadi. Kekhawatiran-kekhawatiran tersebut akan membuat orang tua membatasi ruang gerak anak, ruang gerak yang seharusnya dia eksplorasi. Kecenderungan orang tua untuk selalu melindungi anaknya, menjadi bumper, menyiapkan solusi, selalu menyediakan kenyamanan, sehingga anak tidak lagi memiliki pertahanan diri.

Selain itu, menurut bapak Ade orang tua yang memiliki kekhawatiran berlebih akan cenderung menjadi *over-protective*, yang pada akhirnya akan menyebabkan anak menjadi lemah, terlalu bergantung, kurang mandiri, dan memiliki sifat cepat menyerah. “Ayah, Adik disuruh bu guru melukis pemandangan, adik tidak bisa nih”. Lantas ayahnya menjawab, “Oh, tugas kesenian ya, disuruh membuat lukisan, sudah nanti ayah lukiskan yang bagus. Adik pasti mendapat nilai A”. tidak saja itu mengajarkan anak berbohong, ayah baru saja mematikan kreatifitas dan daya juang anak. Jika hal ini terus terjadi, psikomotorik anak tidak akan

berkembang sehingga dia tidak mampu mengembangkan rasa tanggung jawab sosial, empati, cenderung egosentris.

Biarkan anak menghadapi masalahnya, awasi dari jauh dan selalu siap memberikan saran-saran jika dia memintanya atau membutuhkannya. Akan tetapi jangan pernah ambil alih masalahnya. Jika dia berhasil mengatasinya, itu merupakan sebuah pencapaian dan layak mendapatkan *reward*.

E. Berkomunikasi dengan sehat

Bapak Ade mengatakan bahwa pada dasarnya, dalam setiap komunikasi, manusia saling bertransaksi, memberikan sesuatu dan mengharapkan imbalan. Kita tidak akan nyaman jika terus bicara, tetapi tidak ada respon dari lawan bicara. Demikian pula dalam berkomunikasi dengan anak. Orang tua harus memahami caranya karena komunikasi adalah kunci segalanya.

Selain itu, ibu Ola juga mengatakan dalam analisis transaksional, ada tiga peran yang digunakan dalam berkomunikasi, yaitu orang tua, dewasa dan anak. Cara berkomunikasi yang sehat adalah setara atau sesuai peran. Saat kita berbicara pada pasangan, kita harus menggunakan peran dewasa. Saat anda berbicara pada anak, kita harus mengambil peran orang tua. Jangan mengambil peran orang tua, tetapi bersikap seperti anak. Misalnya, saat bulan puasa Ramadhan, ayah tidak berpuasa. Anaknya bertanya, “kok ayah tidak puasa ?” “lantas ayahnya menjawab, “Ayah kan sudah tua”. Itu merupakan sikap kekanak-kanakan, mencari pembenaran diri atas kesalahan yang dilakukan.

Menurut bapak Ade, teori ini juga berperan untuk membantu membangun keintiman antara orang tua

dan anak. Caranya adalah dengan mengajak anak “naik” ke tingkat dewasa dan berusaha menyelesaikan masalah atau mencari solusi. Selain itu, orang tua pun bisa “turun” ke tingkat anak sehingga bisa mencari tahu apa yang anak inginkan dan takutkan. Dengan memahami peran dan konsekuensi yang ditimbulkan dari peran itu, orang tua lebih mampu bersikap dan berkomunikasi dengan buah hatinya. Hubungan yang sejajar akan membangun komunikasi secara efektif. Orang tua tidak semata-mata berperan sebagai orang tua yang menerapkan sikap “saya menang, kamu kalah”. Karena perlakuan seperti ini hanya mendorong anak untuk menjadi lebih tertutup dan membatasi diri. (Wawancara Bapak Ade pada hari Senin 16 Maret 2015)

F. Waktu efektif dalam melakukan *hypnoparenting*

Bapak Ade mengatakan bahwa menerapkan metode hipnosis dalam mengasuh dan mendidik anak tidak harus dilakukan dalam ruang khusus dengan tahapan hipnosis yang khusus pula. Dalam *hypnoparenting*, orang tua dapat melakukannya diberbagai kesempatan di antara aktivitas anak. Di bawah ini ada beberapa waktu-waktu efektif yang bisa digunakan agar sugesti yang orang tua tanamkan dapat menancap dan menetap pada anak, yaitu :

- a. Saat mengajak anak berdoa
Saat berdoa, suasana relaks dan suara lirih sehingga tercipta ketenangan dan anak pun mudah dihipnosis.
- b. Saat anak bermain
Ketika bermain anak biasanya focus pada permainannya. Kondisi ini bias orangtua manfaatkan untuk menanamkan sugesti-sugesti positif.
- c. Saat sambil menggambar

Menggambar adalah media yang bias digunakan untuk menghipnosis anak. Gunakan gambar sebagai awal masuk sugesti.

d. Saat sebelum tidur

Inilah waktu terbaik untuk menghipnosis anak. Ia berada dalam kondisi sangat relaks, tenang, dan otaknya berada dalam gelombang alpha atau theta sehingga RAS (*Reticular Analysis System*) terbuka lebar dan sugesti lebih mudah ditanamkan.

e. Saat sebelum bangun

Kondisi ini mirip dengan kondisi anak pulas tertidur. Perhatikan ketika pagi hari ia mulai terbangun, menggerak-gerakkan tubuhnya, dan ada gerakan bola mata. Dibalik matanya yang terpejam, suntikkan sugesti yang orang tua kehendaki.

f. Saat anak makan

Anak yang sedang makan dalam keadaan yang relaks. Selain menikmati rasa dari makanan itu, ia juga menikmati suasana yang tercipta di sekelilingnya. Saat inilah orang tua bisa memasukkan sugesti positif dalam pikirannya.

g. Saat mendiamkan anak menangis

Ketika menangis, anak dalam keadaan "tersakiti", tetapi saat tangisnya mereda, ia justru sedang menciptakan ketenangan dalam dirinya sendiri. Sambil menenangkan perasaan dan pikirannya, orang tua bisa menghipnosis anak secara perlahan.

h. Saat menggendong dalam bentuk buaian

Cara ini sangat efektif digunakan untuk menghipnosis anak. Anak berada dalam kondisi sangat tenang. Pikiran dan perasaannya juga berada pada level yang rendah. Kondisi ini sama dengan ketika ia hendak tidur.

i. Melalui nyanyian

Ada banyak nyanyian yang bias digunakan untuk menghipnosis anak. Nyanyian yang lembut dan pelan bisa membuat anak terhipnosis dengan mudah. Orang tua juga bisa mengubah syair-syair lagu yang familiar ditelinga anak dengan kalimat-kalimat yang menggugah semangat anak melakukan sesuatu atau meningkatkan rasa percaya dirinya.

j. Melalui dongeng

Mendongeng bisa menjadi metode hipnosis yang sangat efektif. Anak akan duduk terdiam dan menyimak dongeng yang orang tua ceritakan. Pilihlah dongeng yang memotivasi.

k. Saat belajar

Ketika anak sedang fokus terhadap sesuatu, ia lebih mudah menerima sugesti dari luar. Ucapkan sugesti dengan suara yang lembut dan nada yang rendah. (Wawancara Bapak Ade pada hari Kamis 02 April 2015)

Menurut bapak Ade, agar lebih efektif dan mendapatkan hasil yang maksimal, orang tua juga bisa memanfaatkan alat bantu dalam menghipnosis anak. Gunakan alat bantu yang lekat dengan keseharian anak dan merupakan benda favoritnya. Alat bantu berfungsi sebagai pusat konsentrasi anak dan pelengkap sugesti. Jenis alat bantu yang dapat digunakan, antara lain :

- a) Boneka kesayangan
- b) Mainan lego yang bewarna-warni
- c) Alat gambar yang bewarna-warni
- d) Kaset atau CD berisi lagu anak-anak
- e) Kaset atau CD music klasik
- f) Video cerita anak-anak, cerita tentang tokoh-tokoh, kisah-kisah nabi, dan sebagainya
- g) Permainan jari tangan
- h) Permainan jam dinding atau jam duduk
- i) Boneka karet
- j) Boneka tangan
- k) Bola-bola karet

Alat bantu digunakan ketika orang tua memasukkan sugesti-sugesti positif. Dengan alat bantu, anak akan menjadi lebih nyaman, tenang, dan tidak tertekan. Misalnya, biarkan anak bermain-main dengan boneka kesayangannya. Kemudian, manfaatkan situasi dengan bercerita tentang apa saja sembari melibatkan boneka tersebut. Dalam suasana yang tenang, anak akan larut dalam “permainan” orang tua. Saat itulah, orang tua bisa memasukkan sugesti-sugesti positif.

4. Kesimpulan

Pendidikan karakter anak dengan menggunakan hypnotherapy di Lembaga Konseling dan Konsultasi Pekanbaru Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa dalam mendidik karakter anak dengan menggunakan hypnotherapy 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 hypnotherapy 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. Dengan demikian dengan menggunakan hypnotherapy dapat membuat karakter anak menjadi terdidik.

Daftar Pustaka

Adi W. Gunawan, 2007. *Hypnosis The Art Communication: Meraih Sukses Dengan*

Kekuatan Pikiran. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Agus Sutyono, 2011. *Dahsyatnya Hypnotherapy*. Jakarta: Penebar Plus

Ali Akbar Navis, 2013. *Menjadi Orangtua Idaman Dengan Hypnotherapy*. Yogyakarta: Kata Hati

Arikunto, Suharsimi, 1980. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Bina Usaha

Arismantoro, 2008. *Tinjauan Berbagai Aspek Character Building: Bagaimana Mendidik Anak Berkarakter*. Yogyakarta: Tiara Wacana

Baumrind, 1971. *Current Patterns of Parental Authority, Developmental Psychology*. Genetic Psychology Monographs

Bianda Nadia, 2010. *Hipnotis Metode Terapi Anak dengan Hipnoterapy*. Jakarta: Gudang Ilmu

Bunda Lucy, 2012. *Lima Menit Menguasai Hypnotherapy*. Jakarta: Penebar Swadaya Grup

Departemen Agama Republik Indonesia, 1990. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta

Dewi Yogo Pratomo, 2012. *Hypnotherapy*. Jakarta Selatan: PT. Mizan Publika

Enni Khairuddin, 2014. *Membentuk Karakter Anak Dari Rumah*. Jakarta: PT Elex Media

Hadari Nawawi, 1993. *Pendidikan Dalam Islam*. Surabaya: Al-Ikhlash

Moh. Roqib, 2011. *Ilmu Pendidikan Islam*, Yogyakarta: LKiS Group

Moleong, 2004. *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rosda

M. Quraish Shihab, 2009. *Tafsir Al-Mishbah*, volume 6, cet. II, Jakarta: Lentera Hati

Rudi Cahyono, 2015. *Daily Parenting*. Jakarta: Panda Media

Sri Narwanti, 2011. *Pendidikan Karakter*. Yogyakarta: Familia