



**IMPLEMENTASI *HYPNOPARENTING* DALAM
PEMBENTUKAN KEDISIPLINAN ANAK DI TAMAN
KANAK-KANAK PANGULIR BUDI I KERANGKULON,
KECAMATAN WONOSALAM, KABUPATEN DEMAK**

SKRIPSI

**Disusun sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini**

UNNES
Oleh
Ani Maghfiroh
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
1601411011

**PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2015

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan ke sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : Kamis

Tanggal : 17 September 2015

Mengetahui

Ketua Jurusan PG PAUD,

Pembimbing,



Edi Waluyo, M.Pd

NIP. 19790425 200501 1 001

Henny Puji Astuti, S.Psi., M.Si.

NIP. 19771105 201012 2 002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Implementasi *Hypnoparenting* dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak di Taman Kanak-Kanak Pangulir Budi I Kerangkulon, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak” telah dipertahankan di depan Sidang Panitia Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang pada:

Hari :

Tanggal :

Panitia Ujian Skripsi

Sekretaris



Drs. Budiyono, M.S
NIP. 196312091987031002

Amirul Mukminin, S.Pd., M.Kes
NIP. 197803302005011001

Penguji I

Neneng Tasu'ah, S.Pd., M.Pd
NIP. 197801012006042001

Penguji II

Amirul Mukminin, S.Pd., M.Kes
NIP. 197803302005011001

Penguji III/Pembimbing

Henry Puji Astuti, S.Psi, M.Si
NIP. 197711052010122002

PERYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa isi skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian atau seluruhnya, yang dihasilkan melalui proses bimbingan, penelitian, diskusi, dan ujian. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat pada skripsi ini dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.



Semarang, September 2015

Ani Maghfiroh

NIM. 1601411011

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

1. Sabar dalam mengatasi kesulitan dan bertindak bijaksana dalam mengatasinya adalah sesuatu yang utama.
2. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (Al Insyiroh: 6).

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kepada ALLAH SWT.
2. Ayahku (Almarhum) yang selalu menjadi semangat hidupku.
3. Ibu dan adikku tercinta, terima kasih atas do'a, kasih sayang dan motivasi.
4. Keluarga besar yang selalu mendukung perjuanganku.
5. Para pendidik dan pembimbing di PG PAUD FIP UNNES.
6. Teman-teman seperjuangan di PG PAUD 2011.



UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

KATA PENGANTAR

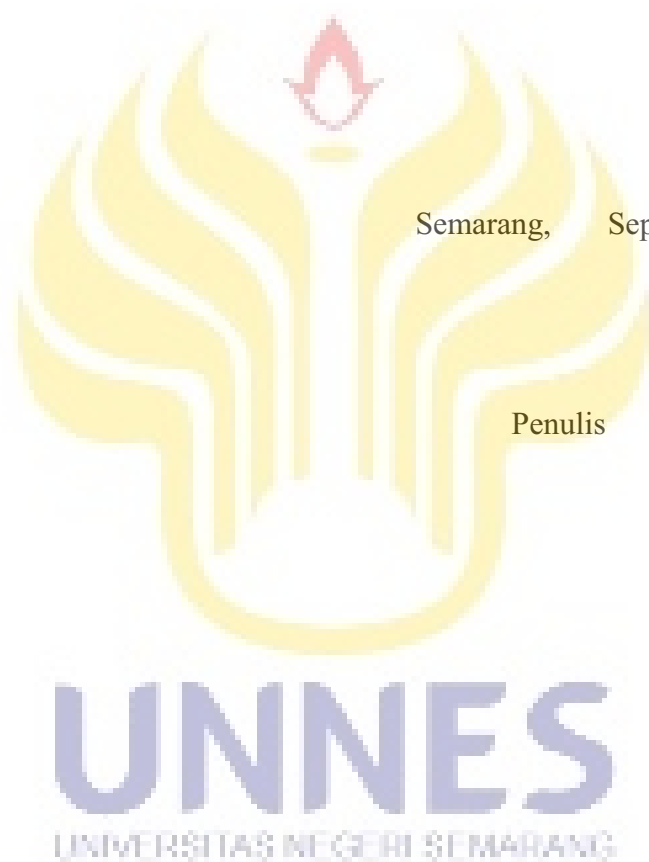
Puji syukur kehadiran ALLAH SWT, yang senantiasa melimpahkan hidayah dan rahmat-NYA, sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Implementasi *Hypnoparenting* dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak di Taman Kanak-Kanak Pangulir Budi I Kerangkulon, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak”, dapat terselesaikan dengan baik sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Pendidikan Guru Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.

Keterbatasan, kekurangan, kelemahan adalah bagian dari kehidupan sendiri tanpa bantuan orang lain, penulisan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih pada semua pihak yang telah membantu. Ucapan terima kasih ini penulis sampaikan kepada:

1. Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan.
2. Edi Waluyo, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini UNNES yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
3. Henny Puji Astuti, S.Psi, M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia memberikan waktunya untuk membimbing, memberikan motivasi dan saran, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap Dosen Jurusan PG PAUD atas masukan dan dukungannya.
5. Imronnah, S.Pd, Kepala TK Pangulir Budi I Kerangkulon yang telah memberikan izin penelitian.

6. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Meskipun demikian penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada semua pembaca. Terima kasih.



ABSTRAK

Maghfiroh, Ani. 2015. Implementasi *Hypnparenting* dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak di Taman Kanak-Kanak Pangulir Budi I Kerangkulon, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak. Skripsi, Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Pembimbing: Henny Puji Astuti, S.Psi, M.S.i.

Kedisiplinan perlu ditanamkan sejak usia dini sebagai suatu cara untuk membantu anak agar dapat mengembangkan pengendalian diri. Mendidik anak dengan disiplin sebagai upaya orangtua untuk menuntun anak berperilaku kearah yang lebih baik. Perilaku disiplin pada anak sangat diperlukan bagi anak agar memiliki budi pekerti yang baik. Oleh karena itu, disiplin sangat penting bagi perkembangan anak dengan mengenal aturan-aturan yang berlaku. Orangtua merupakan orang pertama yang bertanggung jawab terhadap pembentukan perilaku disiplin anak. Orangtua harus mempersiapkan diri sebaik mungkin agar memiliki konsep diri yang matang dan dapat mengambil sikap. Salah satu metode yang saat ini sedang diterapkan adalah metode *hypnparenting*. *Hypnparenting* memasukkan sugesti positif pada anak, sehingga anak menyimpan memori dalam pikiran bawah sadar.

Berdasarkan latar belakang di atas maka, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnparenting*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnparenting*. hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan antara perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnparenting*.

Penelitian ini jenis penelitian *pre-eksperimental* bentuk *one group pretest posttest design*, dengan subjek penelitian anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini dilaksanakan di TK Pangulir Budi I Kerangkulon, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak, dengan jumlah responden 30 anak. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan Skala Kedisiplinan Anak, sedangkan analisis data menggunakan metode *Paired Sample t-Test*. Hasil perhitungan dengan menggunakan *Paired Sample t-Test* didapatkan nilai t hitung 16,514 > t tabel 2,045 dan signifikansi (*2-tailed*) < 0,05 yaitu 0,000, sehingga terdapat perbedaan antara perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnparenting*. Berdasarkan hasil penelitian, perilaku disiplin anak setelah diberikan perlakuan *hypnparenting* lebih tinggi dibandingkan dengan perilaku disiplin anak sebelum diberikan perlakuan *hypnparenting*.

Kata Kunci: Implementasi *Hypnparenting*, Kedisiplinan Anak.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
1. Manfaat Teoritis	10
2. Manfaat Praktis	10
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	12

A. Kedisiplinan Anak	12
1. Pengertian Kedisiplinan Anak.....	12
2. Macam-macam Disiplin	17
3. Fungsi Disiplin	23
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Disiplin Anak	27
5. Bentuk Kedisiplinan Anak	34
B. <i>Hypnparenting</i>	39
1. Pengertian Hypnparenting.....	39
2. Tahapan Hypnparenting	45
3. Manfaat Hypnparenting.....	52
C. Implementasi <i>Hypnparenting</i> dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak	57
D. Hipotesis Penelitian	66
BAB 3 METODE PENELITIAN	67
A. Variabel Penelitian	68
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	68
C. Subjek Penelitian	70
D. Pelaksanaan Penelitian	71
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	71
2. Persiapan Penelitian	72
3. Pelaksanaan Penelitian	73
E. Metode Pengumpulan Data.....	75

F. Validitas dan Reabilitas.....	79
1. Validitas	79
2. Reliabilitas	81
G. Metode Analisis Data	83
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	84
A. Hasil Penelitian.....	84
1. Analisis Deskriptif.....	84
2. Uji Asumsi.....	87
3. Uji Hipotesis.....	90
B. Pembahasan	92
C. Keterbatasan Penelitian	102
BAB 5 PENUTUP.....	104
1. Simpulan.....	104
2. Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA.....	106
LAMPIRAN	109

DATAR TABEL

1. <i>One Group Pretest Posttest</i>	68
2. Skor Jawaban Skala.....	76
3. Sebaran Item Skala Kedisiplinan Anak Sebelum Uji Coba	77
4. Sebaran Item Skala Kedisiplinan Anak Setelah Uji Coba.....	78
5. Rekapitulasi Uji Validitas.....	80
6. Reliabilitas Data Sebelum Uji Coba.....	82
7. Reliabilitas Data Setelah Uji Coba.....	82
8. Analisis Data Deskriptif.....	85
9. Kategorisasi <i>Pretest</i> Kedisiplinan Anak.....	86
10. Kategorisasi <i>Posttest</i> Kedisiplinan Anak.....	86
11. Normalitas Data.....	88
12. Homogenitas Data.....	89
13. <i>Paired Sample t-Test</i>	90
14. Hasil <i>Mean</i> Uji Hipotesis.....	91



DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-kisi Skala Kedisiplinan Anak.....	110
2. Skala Kedisiplinan Anak Sebelum Uji Coba.....	112
3. Skala Kedisiplinan Anak Setelah Uji Coba	116
4. Daftar Nama Siswa.....	120
5. Tabulasi Data <i>Try Out</i>	122
6. Validitas dan Reliabilitas Sebelum Uji Coba.....	125
7. Validitas dan Reliabilitas Setelah Uji Coba	127
8. Tabulasi Data Penelitian <i>Pretest</i>	132
9. Tabulasi Data Penelitian <i>Posttest</i>	130
10. Analisis Deskriptif	136
11. Uji Asumsi	137
12. Uji Hipotesis.....	137
13. Materi <i>Hypnoparenting</i>	138
14. Surat Keputusan Dosen Pembimbing	141
15. Surat Ijin Penelitian	142
16. Surat Ijin orangtua.....	143
17. Surat telah Melakukan Penelitian	144

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengasuhan dan pendidikan anak merupakan tanggung jawab bersama, dimana masa anak-anak adalah masa yang sangat penting dan berkesan. Anak sedang mengalami perkembangan dalam dirinya, baik secara fisik maupun mental. Mereka selalu mencoba mengaktualisasikan diri dengan cara yang khas. Oleh karena itu, perlu diketahui bagi orangtua bahwa pertumbuhan dan perkembangan anak tergantung dari pengasuhan, pendidikan, dan pengajaran yang diberikan oleh orangtua. Usia 0-6 tahun merupakan masa emas, sehingga para ahli menyebutkan (*golden age*), karena perkembangan kecerdasannya mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Di usia ini, otak anak berkembang pesat dan mudah menerima rangsangan dari luar. Masa ini adalah masa yang sangat tepat untuk pembentukan dasar-dasar kemampuan fisik, bahasa, sosial-emosional, konsep diri, moral, dan nilai agama. Upaya pengembangan seluruh potensi anak harus dimulai sejak dini agar pertumbuhan dan perkembangan anak dapat tercapai secara maksimal.

Peran orangtua, guru, atau orang dewasa dalam pendidikan sangat diperlukan untuk pengembangan kemampuan pada semua potensi anak usia dini. Oleh karena itu, pendidikan merupakan tanggung jawab bersama antara keluarga, masyarakat dan pemerintah. Pada setiap

lingkungan pendidikan memberikan sumbangan penting dalam memberikan pendidikan anak. Salah satunya adalah Taman Kanak-kanak yang merupakan salah satu bentuk layanan pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal. Layanan pendidikan menyelenggarakan program pendidikan bagi anak usia 4-6 tahun. Melalui Taman Kanak-kanak inilah, anak mulai mengenal dan memahami harapan guru pada dirinya dalam situasi yang lebih terstruktur.

Salah satu perilaku yang harus ditanamkan orangtua atau guru kepada anak sejak usia dini adalah kedisiplinan. Kedisiplinan seorang anak mencerminkan perilaku yang ditampilkan, serta kepatuhan dalam melaksanakan peraturan yang telah ditetapkan. Disiplin merupakan salah satu kebutuhan dasar anak dalam rangka pembentukan dan pengembangan watak secara sehat. Orangtua dan guru selalu memikirkan cara yang tepat dalam menerapkan disiplin bagi anak sejak balita hingga masa usia remaja. Hal ini bertujuan untuk mengarahkan anak agar belajar hal-hal baik yang merupakan persiapan bagi masa dewasa. Anak sangat tergantung kepada disiplin diri dan membentuk perilaku sedemikian rupa sesuai dengan peran-peran yang ditetapkan. Di samping itu, dengan penerapan disiplin seorang anak akan lebih sadar dan bertanggung jawab terhadap setiap hal yang akan dilakukan, dan nantinya akan berdampak positif pada anak. Sebagaimana yang dikatakan oleh Rusdinal dan Elizar (2005: 132) disiplin dapat dikatakan sebagai alat pendidikan bagi anak, sebab dengan disiplin anak dapat membentuk sikap teratur dan mentaati

norma aturan yang ada. Disiplin pada anak tidak dapat dicapai begitu saja tanpa adanya penanaman disiplin melalui proses pendidikan. Hal ini disebabkan karena disiplin yang baik tumbuh dari dalam diri anak sebagai unsur kebiasaan.

Disiplin merupakan bentuk perilaku patuh dan tunduk terhadap peraturan yang berlaku, tetapi kepatuhan itu lebih ditekankan pada kesadaran diri bukan karena paksaan. Banyak perilaku disiplin anak yang dilatarbelakangi karena adanya paksaan atau aturan yang mengekang. Menurut Rachman (dalam Rimm 2005: 18) disiplin sebagai upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan dalam melaksanakan tata tertib yang ada.

Dalam hal ini, anak merupakan murid yang belajar dari orang dewasa menuju ke arah kehidupan yang berguna dan bahagia di masa mendatang. Tujuannya ketika anak sudah menjalani kehidupan, ialah agar anak dapat secara kreatif dan dinamis dalam mengembangkan hidup di kemudian hari. Orangtua selalu memikirkan cara yang tepat dalam menerapkan kedisiplinan anak sejak balita hingga masa remaja.

Menurut Wayson (dalam Shochib: 2000) anak yang disiplin memiliki keteraturan diri berdasarkan nilai agama, dan sikap hidup yang bermakna bagi dirinya sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara. Artinya bahwa tanggung jawab orangtua adalah mengupayakan kedisiplinan anak untuk melaksanakan hubungan dengan Tuhan yang menciptakan, diri

sendiri, sesama manusia, lingkungan alam, dan makhluk hidup lain berdasarkan nilai moral. Fungsi pokok disiplin ialah mengajar anak menerima pekekangan yang diperlukan dan membantu mengarahkan energi anak ke dalam jalur yang berguna dan diterima secara sosial.

Anak belajar tentang bagaimana berperilaku disiplin dengan cara-cara yang sesuai dengan standar kelompok sosial. Anak mampu berperan sesuai dengan aturan yang ditetapkan oleh sekolah. Orangtua merupakan orang pertama yang bertanggung jawab terhadap pembentukan perilaku disiplin anak. Kesalahan atau ketidaktahuan dalam penanaman kedisiplinan sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan perilaku anak. Penanaman kedisiplinan yang tepat akan menghasilkan terbentuknya perilaku yang baik atau positif bagi anak.

Fenomena yang terjadi dalam dunia pendidikan mengisyaratkan masih banyak terjadi perilaku kurang disiplin, yang tidak hanya dapat merugikan diri sendiri tetapi juga merugikan masyarakat umum. Di lingkungan internal sekolahpun pelanggaran terhadap berbagai aturan dan tata tertib sekolah masih sering ditemukan yang dari pelanggaran ringan sampai pelanggaran berat. Tentu saja semua itu membutuhkan upaya pencegahan dan penanggulangan, maka disinilah arti penting penanaman disiplin sejak dini yaitu untuk mencegah dan menanggulangi adanya ketidakdisiplinan.

Taman Kanak-Kanak Panggulir Budi I Kerangkulon merupakan Taman Kanak-kanak yang berada di Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak. Proses pembelajaran di TK Panggulir Budi I Kerangkulon menggunakan model area. TK ini memiliki 1 kelas dengan jumlah 42 anak. Pendidik di TK tersebut berjumlah 3 guru. Terdapat perilaku kurang disiplin anak di sekolah. Hal ini terlihat dari keterlambatan anak datang ke sekolah. Terlihat masih ada anak yang terlambat datang ke sekolah, hal tersebut membuat anak tergesa-gesa untuk datang ke sekolah bahkan ada anak yang menangis jika terlambat. Saat proses pembelajaran berlangsung masih terdapat anak yang bercanda dan berbicara dengan temannya, hal tersebut nantinya akan mengganggu konsentrasi anak yang lain untuk mengikuti kegiatan pembelajaran yang ada di kelas, karena masih ada anak yang bercanda dan berbicara sendiri dan tidak mau mendengarkan gurunya.

Tidak rapi dalam menyimpan mainan, masih terdapat anak yang tidak mau merapikan mainan setelah digunakan, hal tersebut terlihat dari banyak mainan yang masih berserakan dan tidak rapi dalam menyimpannya. Anak harus dibiasakan untuk merapikan mainan setelah digunakan untuk melatih disiplin dan tanggung jawab setelah menggunakan mainan. Serta masih terdapat anak yang membuang sampah sembarangan. Hal tersebut masih terlihat banyak anak yang tidak mau membuang sampah pada tempatnya padahal sudah disediakan tempat sampah di kelas, dan lain sebagainya. Menurut informasi dari guru

kelas, beberapa anak yang berperilaku tidak disiplin tersebut sudah kebiasaan dari rumah. Ketidakdisiplinan anak tersebut pun akan menghambat kegiatan belajar mengajar di sekolah. Hal ini berarti bahwa anak belum mematuhi dan memahami adanya aturan yang berlaku di sekolah.

Orangtua atau guru pastinya akan mengalami kebingungan terhadap perilaku tidak disiplin anak tersebut. Hal ini, akan menghambat proses belajar di jenjang yang lebih tinggi. Proses pembelajaran akan terhambat jika tidak terdapat upaya orangtua untuk mengatasinya. Keluarga memegang peranan penting dalam kehidupan anak. Kehidupan dalam keluarga merupakan kehidupan pertama yang dimiliki anak. Perilaku disiplin pada anak sangat diperlukan bagi anak agar memiliki budi pekerti yang baik. Oleh karena itu, disiplin sangat penting bagi perkembangan anak dengan mengenal aturan-aturan yang berlaku. Anak akan merasa lebih aman karena mereka tahu dengan pasti perbuatan mana yang boleh dilakukan dan yang tidak boleh dilakukan. Pendidikan kedisiplinan anak merupakan upaya orangtua untuk menuntun perilaku anak ke arah yang lebih baik. Menurut Aulina (2013) disiplin yaitu:

Disiplin dengan sewenang-wenang khususnya dengan menggunakan hukuman yang keras atau kekerasan tidak dapat dibenarkan. Ada metode tertentu yang harus digunakan untuk menerapkan atau mengembangkan sikap disiplin pada anak. Untuk itulah perlu di ketahui dan pahami tentang perkembangan disiplin pada anak supaya orangtua dan pendidik dapat memahami dengan baik tentang disiplin yang baik yang dapat diterapkan atau dikembangkan pada anak-anak khususnya anak usia dini sebagai calon generasi mendatang.

Berdasarkan uraian di atas, disiplin jelas berbeda dengan hukuman. Pada dasarnya disiplin merupakan kebutuhan mutlak di masa anak-anak, mengingat masa ini merupakan masa yang paling efektif untuk pembentukan perilaku anak. Setiap anak memiliki potensi memahami aturan yang berkembang pada setiap tahap perkembangan. Kedisiplinan diperlukan untuk membantu penyesuaian pribadi dan sosial anak. Anak dapat belajar berperilaku disiplin sesuai dengan cara yang disetujui dan sebagai imbalannya mereka dapat dengan mudah diterima oleh lingkungan sosial. Peran orangtua sangat penting dalam membentuk perilaku disiplin anak agar anak tidak terjerumus ke dalam hal-hal negatif. Oleh karena itu, orangtua perlu memiliki cara positif agar anak dapat berperilaku baik.

Disiplin sangat dibutuhkan anak agar berhasil mencapai hidup yang bahagia dan penyesuaian diri yang baik dalam lingkungan sosial. Tugas sebagai orangtua dalam mendidik anak bukanlah hal yang mudah. Kesalahan dalam penerapan pendidikan dapat mempengaruhi perilaku anak, hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi orangtua agar dapat memberikan segala yang terbaik untuk anak. Semua bentuk pengajaran dari orangtua akan berfungsi mengoptimalkan perkembangan anak baik dalam aspek fisik, kognitif dan emosi. Selain itu, orangtua yang memberikan stimulasi optimal akan membuat anak menjadi cerdas, termasuk dalam memecahkan masalah. Stimulasi yang tepat juga mampu membuat hubungan antara orangtua dan anak menjadi lebih hangat dan

lebih bahagia, sehingga anak cenderung lebih mudah diatur. Kesibukan orangtua dalam bekerja tidak dapat menjadi alasan bagi mereka untuk melupakan kewajiban dalam memberikan pendidikan kepada anak. Orangtua juga diharapkan memahami makna mendidik, sehingga tidak berpendapat bahwa mendidik adalah melarang, menasehati atau memerintah anak, tetapi harus dipahami bahwa mendidik adalah proses memberi pengertian atau pemaknaan kepada anak agar anak dapat memahami lingkungan sekitarnya dan dapat mengembangkan dirinya, untuk dapat berperilaku disiplin dengan baik. Oleh karena itu, orangtua perlu mengetahui cara yang tepat untuk mendidik anak mereka yaitu dengan menggunakan *hypnoparenting*.

Disiplin akan lebih mudah dilaksanakan bila anak telah mengerti dan memahami bahwa perbuatan yang sesuai dengan peraturan adalah benar dan harus dilakukan. Selain itu, kemampuan orangtua untuk mengarahkan dan mengendalikan tingkah laku anak, serta adanya peraturan yang jelas sebagai pedoman bagi anak untuk bertingkah laku yang dapat diterima lingkungan sekitarnya, juga dapat menentukan kelancaran proses pendidikan kedisiplinan pada anak.

Salah satu pembentukan kedisiplinan anak adalah dengan menggunakan metode *hypnoparenting*. Metode *hypnoparenting* merupakan suatu metode dalam mendidik anak oleh orangtua dengan cara pemberian sugesti positif yang dikenal dengan *hypnoparenting*. *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 mensugesti anak dengan kalimat-kalimat yang mampu membuat anak percaya diri dengan kata-kata yang bernilai positif dan halus. Oleh karena itu, perlu peran orangtua dalam menanamkan kedisiplinan anak dengan menggunakan metode atau cara yang tepat dan tanpa adanya kekerasan yaitu metode *hypnoparenting*.

Dalam penelitian ini, penulis mengkaji “Implementasi *Hypnoparenting* dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak di Taman Kanak-Kanak Pangulir Budi I Kerangkulon, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak”. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada anak-anak dalam pengembangan nilai-nilai moral, serta menumbuhkan sikap positif, dan kesadaran diri untuk berperilaku disiplin di sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnoparenting*?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnoparenting*.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yang berarti, baik bagi orangtua, pendidik, maupun bagi mahasiswa yang selanjutnya memiliki minat yang sama, antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti tentang penerapan *hypnoparenting* dalam pembentukan perilaku disiplin anak di Taman Kanak-kanak.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Orangtua

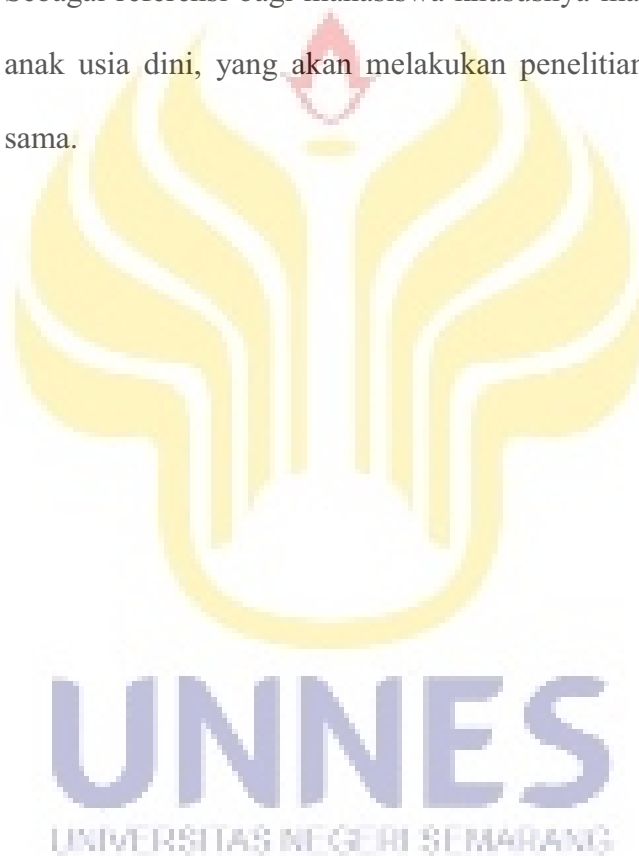
1. Untuk meningkatkan keterampilan dalam hal mengasuh dan mendidik anak.
2. Orangtua dapat menerapkan perilaku disiplin dalam kehidupan sehari-hari di rumah dalam rangka membantu perkembangan moral anak usia dini.
3. Memprogram dan menginstal pikiran bawah sadar anak dengan cara yang tanpa disadari oleh anak (sambil bermain-main, bercanda, dan komunikasi sehari-hari) dengan cara yang efektif sesuai dengan keinginan orangtua.

b. Bagi Guru

Membantu guru dalam memahami pentingnya menciptakan lingkungan di sekolah yang dapat menerapkan kedisiplinan anak usia dini.

c. Bagi Mahasiswa

Sebagai referensi bagi mahasiswa khususnya mahasiswa pendidikan anak usia dini, yang akan melakukan penelitian dalam topik yang sama.



BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kedisiplinan Anak

1. Pengertian Kedisiplinan Anak

Pelatihan dan pendidikan anak dalam keteraturan hidup akan memunculkan watak disiplin. Pelatihan anak untuk menaati peraturan akan sama halnya melatih mereka untuk bersikap disiplin. Disiplin dapat membentuk kepribadian seseorang untuk memahami peraturan yang berlaku di lingkungan anak dimana mereka berada. Secara umum disiplin mengarah pada sikap taat dan tertib terhadap peraturan yang ada. Artinya bila seseorang berperilaku disiplin, maka mereka akan taat dan patuh pada peraturan yang ada pada lingkungannya. Menurut kamus besar bahasa Indonesia (Sujiono 2005: 28) disiplin adalah tata tertib yang umumnya terjadi di sekolah atau di pendidikan militer. Semiawan (2009: 89) mendefinisikan disiplin secara luas dapat diartikan sebagai semacam pengaruh yang dirancang untuk membantu anak agar mampu menghadapi tuntutan dari lingkungan.

Prijodarminto (Tu'u, 2004: 31) menjelaskan bahwa disiplin sebagai kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, atau ketertiban. Kedisiplinan anak dapat dilihat dari ketaatan (kepatuhan) anak terhadap aturan (tata tertib)

yang berkaitan dengan jam belajar di sekolah, meliputi jam masuk sekolah dan keluar sekolah, kepatuhan anak dalam berpakaian, kepatuhan anak dalam mengikuti kegiatan sekolah, dan lain sebagainya. Semua aktivitas anak yang dilihat kepatuhannya adalah berkaitan dengan aktivitas pendidikan di sekolah, yang kemudian dikaitkan juga dengan kehidupan di lingkungan luar sekolah.

Kedisiplinan dalam proses pendidikan sangat diperlukan karena bukan hanya untuk menjaga kondisi suasana belajar dan mengajar berjalan dengan lancar, tetapi juga untuk menciptakan pribadi yang kuat bagi setiap anak. Konsep disiplin berkaitan dengan tata tertib, aturan, atau norma dalam kehidupan bersama yang melibatkan orang banyak. Tandry (2011: 3) menjelaskan disiplin (dari kata bahas latin *disciplina*) adalah mengajarkan secara positif dan konstruktif. Pada anak-anak, hal ini perlu dilakukan sedini mungkin agar perilaku buruk dapat diperbaiki dari awal dan tidak dibiarkan berlarut-larut. Disiplin bukan dilakukan dengan cara yang negatif dan otoriter. Disiplin juga tidak selalu menghukum dan mengekang.

Perilaku disiplin menurut para ahli sebagaimana dikutip (Shochib: 2000) dapat diketahui bahwa disiplin merupakan cara orangtua dalam mengajarkan mengenai perilaku moral yang dipandang baik dalam suatu masyarakat dan diperlukan unsur kesukarelaan dan adanya kesadaran diri. Oleh karena itu, dalam mengajarkan disiplin sebaiknya tidak ada unsur paksaan dari orangtua, sehingga anak akan

disiplin berdasarkan kesadaran sendiri tanpa paksaan. Dengan demikian, anak akan mengerti dan memahami tentang tujuan serta manfaat disiplin untuk kehidupan yang lebih baik dan kebahagiaannya. Disiplin merupakan sesuatu yang berkenaan dengan pengendalian diri seseorang terhadap bentuk-bentuk aturan. Disiplin pada hakikatnya adalah pernyataan sikap mental dari individu maupun masyarakat yang mencerminkan rasa ketaatan, kepatuhan yang didukung oleh kesadaran untuk menunaikan tugas dan kewajiban dalam rangka pencapaian tujuan.

Menurut Hurlock (1978: 82) disiplin berasal dari kata “*disciple*” yakni seseorang yang belajar dari atau secara suka rela mengikuti seseorang pemimpin. Moenir (2010: 94) menjelaskan bahwa disiplin adalah suatu bentuk ketaatan terhadap aturan, baik tertulis, maupun tidak tertulis, yang telah ditetapkan. Daryanto & Suryatri (2013: 49) dalam perspektif umum disiplin adalah perilaku sosial yang bertanggung jawab dan fungsi kemandirian yang optimal dalam suatu relasi sosial yang berkembang atas dasar kemampuan mengelola/mengendalikan, dan memotivasi diri.

Djamarah (2002: 12) mengemukakan disiplin adalah suatu tata tertib yang dapat mengatur tatanan kehidupan pribadi dan kelompok. Pengertian disiplin sekolah kadangkala diterapkan pula untuk memberikan hukuman (sanksi) sebagai konsekuensi dari pelanggaran terhadap aturan, meski kadangkala menjadi kontroversi

dalam menerapkan metode pendisiplinan, sehingga terjebak dalam bentuk kesalahan perlakuan fisik dan kesalahan perlakuan psikologis. Pendapat lain dikemukakan oleh Edwards (2004) mengenai pengertian disiplin:

Discipline is guidance of children's moral, emotional and physical development, enabling children to take responsibility for themselves when they are older. It involves making children aware of the boundaries of what is acceptable and what is not acceptable, and teaches them the values and actions which are acceptable in their family and society.

Disiplin adalah bimbingan moral, emosional, dan fisik perkembangan anak, memungkinkan anak-anak untuk mengambil tanggung jawab untuk diri mereka sendiri ketika mereka lebih tua. Ini melibatkan membuat anak-anak sadar akan batas-batas apa yang diterima dan apa yang tidak diterima, dan mengajarkan mereka nilai-nilai dan tindakan yang dapat diterima dalam keluarga dan masyarakat.

Disiplin bukan hanya perkara tepat waktu, namun juga pembentukan kepribadian anak. Perlu ketegasan dari orangtua untuk mengajari anak tentang disiplin. Bagaimana dapat mengajari anak disiplin jika orangtuanya juga tidak memberi contoh. Orangtua harus dapat mengontrol anaknya sendiri. pengontrolan bukan berarti membatasi kreativitas anak atau memaksanya melakukan segala sesuatu yang diinginkan orangtua, melainkan membangun perilaku anak agar tetap berada di jalur yang benar. Ketika anak dewasa, pribadi mandiri dan disiplin sudah tertanam. Salah satunya membiasakan anak untuk

mengucapkan “tolong” dan “terima kasih”. Kebiasaan positif seperti ini adalah awal pembentukan kedisiplinan anak.

Perkembangan disiplin anak usia dini, menurut Sujiono & Syamsiatin (2003: 33) perkembangan disiplin pada anak usia 0-8 tahun sebagai berikut:

a. Masa bayi 0 sampai 3 tahun

Pada masa ini anak sudah mampu mengikuti pola disiplin walaupun sedikit menyulitkan. Disiplin dapat terbentuk berdasarkan pembentukan kebiasaan orangtua, misalnya: menyusui tepat waktu, makan tepat waktu, tidur tepat waktu, dan *toilet training*.

b. Masa kanak-kanak usia 3 sampai 8 tahun

Anak mulai patuh terhadap tuntutan atau aturan orangtua dan lingkungan sosialnya, dapat merapikan kembali mainan yang habis digunakan, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuat peraturan/tata tertib di rumah secara menyeluruh.

Disiplin perlu untuk perkembangan anak, karena memenuhi beberapa kebutuhan tertentu, dengan demikian disiplin memperbesar kebahagiaan dan penyesuaian pribadi anak dengan sosial anak. Bila disiplin diharapkan mampu mendidik anak untuk berperilaku sesuai dengan standar yang ditetapkan kelompok sosial, maka mereka harus mempunyai unsur-unsur pokok dalam kedisiplinan. Menurut (Hurlock, 1978: 84) disiplin mempunyai empat unsur pokok yaitu: peraturan sebagai pedoman perilaku, konsistensi dalam peraturan tersebut dan

dalam cara yang digunakan untuk mengajarkan dan memaksakannya, hukuman untuk pelanggaran peraturan, dan penghargaan untuk perilaku yang baik yang sejalan dengan peraturan yang berlaku. Oleh karena itu, untuk membentuk kedisiplinan anak, maka buat peraturan atau sosialisasikan peraturan yang berlaku, kemudian konsisten terhadap ketentuan dan perjanjian peraturan sebelumnya. Berikan penghargaan pada anak, jika anak mematuhi peraturan dan beri hukuman, jika anak melanggar peraturan.

Berdasarkan penjabaran definisi para ahli di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa disiplin adalah suatu bentuk perilaku kepatuhan, ketaatan, ketertiban dan keteraturan anak yang dilandasi oleh kesadaran pribadi terhadap peraturan-peraturan yang dibuat diri sendiri atau pihak lain. Disiplin memperkenalkan kepada anak mengenai batasan hak dan kewajiban mereka, serta hak dan kewajiban orangtua. Kedisiplinan pada anak adalah cara orangtua dalam mengajarkan kepada anak tentang perilaku moral dan etika, dimana anak akhirnya dapat berperilaku tertib dan patuh terhadap peraturan-peraturan yang ada dengan senang hati berdasarkan kesadaran diri.

2. Macam-macam Disiplin

Disiplin itu perlu diterapkan kepada anak usia dini karena diperlukan untuk perkembangan anak. Pandangan tentang kedisiplinan yang baik sudah mengalami perubahan. Bagi orangtua harus

menanamkan disiplin bagi anaknya, orangtua harus dapat mendisiplinkan anak dengan macam-macam cara disiplin yang nantinya tepat untuk diterapkan pada anak. Di bawah ini akan dijelaskan macam-macam disiplin menurut (Hurlock, 1978: 93) yang harus diterapkan pada anak usia dini yaitu:

a. Disiplin Otoriter

Merupakan disiplin yang menggunakan peraturan dan pengaturan yang keras untuk memaksakan perilaku yang diinginkan menandai semua jenis disiplin yang otoriter. Disiplin otoriter selalu berarti mengendalikan melalui kekuatan eksternal dalam bentuk hukuman, terutama hukuman badan. Dalam keluarga dengan cara mendisiplin otoriter yang lebih wajar, anak akan tetap dibatasi dalam tindakan mereka, dan keputusan-keputusan yang diambil oleh orangtua. Contoh guru yang memberi peraturan keras di dalam kelas, apabila anak tidak mengerjakan pekerjaan rumah, maka harus berdiri di depan kelas selama jam pelajaran berlangsung.

b. Disiplin Permisif

Disiplin permisif berarti sedikit disiplin atau tidak berdisiplin. Disiplin permisif biasanya tidak membimbing anak ke pola perilaku yang disetujui secara sosial dan tidak menggunakan hukuman. Anak dibiarkan meraba-raba dalam situasi yang terlalu sulit untuk ditanggulangi oleh mereka sendiri tanpa bimbingan atau pengendalian. Bagi banyak orangtua, disiplin permisif merupakan

protes terhadap disiplin yang kaku dan keras di masa kanak-kanak. Contoh guru yang tidak memberikan hukuman apapun kepada anaknya yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah, jadi mereka membiarkan anaknya yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah begitu saja tanpa memberinya pengarahan bahwa tindakan yang dilakukannya tersebut merupakan hal yang tidak baik.

c. Disiplin Demokratis

Disiplin demokratis menggunakan penjelasan, diskusi dan penalaran untuk membantu anak mengerti mengapa perilaku tertentu diharapkan. Metode ini lebih menekankan aspek edukatif daripada hukuman. Disiplin demokratis menggunakan hukuman dan penghargaan, dengan penekanan yang lebih besar pada penghargaan. Hukuman tidak pernah keras dan biasanya tidak berbentuk hukuman badan. Contoh guru yang memberikan pendekatan personal kepada anak ketika melanggar tata tertib sekolah, misalnya anak tidak menggunakan seragam sekolah, guru nanti akan memberikan pengarahan kepada anak mengapa penting menggunakan seragam sekolah. Guru hanya memberikan peringatan kepada anak dan tidak memberikan hukuman yang keras pada anak, dan apabila anak tersebut di lain waktu telah menggunakan seragam sekolah lengkap, guru akan memberikan penghargaan berupa pujian dan penguatan agar anak tersebut terus menggunakan seragam sesuai aturan.

Menurut Hadisubrata (1988: 58-62) teknik disiplin dapat dibagi menjadi tiga macam, yaitu:

a. Disiplin otoritarian

Pada disiplin otoritarian ini, peraturan dibuat sangat ketat dan rinci. Disiplin berarti pengendalian tingkah laku berdasarkan tekanan, dorongan, pemaksaan dari luar diri seseorang. Hukuman dan ancaman sering kali dipakai untuk memaksa, menekan, mendorong seseorang mematuhi dan menaati peraturan.

b. Disiplin permisif

Pada disiplin ini, seseorang dibiarkan bertindak sesuai dengan keinginannya dan dibebaskan untuk mengambil keputusan sendiri dan bertindak sesuai dengan keputusan yang diambilnya.

Pelanggaran terhadap norma atau aturan tidak diberi sanksi, sehingga menimbulkan kebingungan dan kebingungan karena tidak mengetahui mana yang dilarang dan mana yang tidak dilarang.

c. Disiplin demokratis

Pada disiplin demokratis ini, dilakukan dengan memberikan penjelasan, diskusi dan penalaran untuk membantu anak memahami mengapa diharapkan mematuhi dan menaati peraturan yang ada. Disiplin demokrasi ini kemandirian dan tanggung jawab dapat berkembang. Dimana anak patuh dan taat karena didasarkan atas kesadaran dirinya.

Cara dan kebiasaan orangtua dalam membentuk disiplin anak tergantung pada pengalaman, sikap, karakter, dan pribadinya. Umumnya cara pembentukan perilaku disiplin anak yang diterapkan orangtua maupun guru berbeda-beda. Hal ini disebabkan karena pada waktu orangtua atau guru mengajarkan dan menanamkan kedisiplinan anak belum mengerti dan memahami tentang disiplin. Oleh karena itu, orangtua maupun guru harus memperhatikan tingkat perkembangan anak. Orangtua maupun guru harus memahami cara untuk menanamkan kedisiplinan pada anak. Terdapat macam-macam cara disiplin untuk diterapkan kepada anak, seperti yang telah dikemukakan oleh Hurlock dan Hadisubrata di atas, kedua pendapat tersebut menjelaskan terdapat tiga macam disiplin yaitu disiplin otoriter, disiplin permisif, dan disiplin demokratis. Tidak hanya terdapat tiga macam disiplin itu saja, orangtua dapat juga mengetahui cara menanamkan kedisiplinan untuk anak agar dapat disiplin dengan baik di sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

Menurut Djamarah (2002: 31-33) juga menyatakan disiplin dikelompokkan sebagai berikut:

- a. Disiplin pribadi yaitu pengarahan diri ke setiap tujuan yang diinginkan melalui latihan dan peningkatan kemampuan. Disiplin pribadi merupakan perintah yang datang dari hati nurani disertai kerelaan untuk melakukan disiplin.

- b. Disiplin sosial yaitu perwujudan dari adanya disiplin pribadi yang berkembang melalui kewajiban pribadi dalam hidup bermasyarakat. Disiplin sosial berawal dari tingkat kemampuan dan kemauan mengendalikan diri dalam mengamalkan nilai, ketentuan, peraturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah, masyarakat dan negara.
- c. Disiplin nasional yaitu kemampuan dan kemauan untuk mematuhi semua ketentuan yang telah ditentukan oleh negara.
- d. Disiplin ilmu yaitu mematuhi semua ketentuan yang telah ditentukan sebagai ilmuwan.
- e. Disiplin tugas yaitu mematuhi semua ketentuan yang telah ditentukan oleh atasan atau kepala sekolah.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa macam-macam disiplin sangat diperlukan oleh orangtua maupun guru untuk mengetahui cara menanamkan kedisiplinan kepada anak, diantaranya disiplin otoriter selalu mengendalikan bentuk hukuman, untuk mendorong seseorang mematuhi dan menaati peraturan. Disiplin permisif tidak membimbing anak ke pola perilaku yang disetujui secara sosial dan tidak menggunakan hukuman, sedangkan disiplin demokratis menggunakan penjelasan dan penghargaan, dengan penekanan yang lebih besar pada penghargaan. Selain itu, disiplin berguna untuk di lingkungan sekolah maupun masyarakat yaitu dengan anak dapat

meningkatkan disiplin pribadi, disiplin sosial, disiplin nasional, disiplin ilmu, dan disiplin tugas.

3. Fungsi Disiplin

Kedisiplinan sangat penting bagi anak. Disiplin merupakan syarat pembentukan sikap perilaku dan tata kehidupan berdisiplin, yang dapat mengantarkan seorang anak sukses dalam belajar, dan sebagai suatu proses pembentukan sikap dan perilaku dalam kehidupan. Fungsi disiplin menurut Tu'u (2004: 38-43) adalah:

a. Menata kehidupan bersama

Disiplin berguna untuk menyadarkan seseorang bahwa dirinya perlu menghargai orang lain dengan cara menaati dan mematuhi peraturan yang berlaku, sehingga tidak akan merugikan pihak lain dan hubungan dengan sesama menjadi baik dan lancar.

b. Membangun kepribadian

Pertumbuhan kepribadian seseorang biasanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Disiplin yang diterapkan di masing-masing lingkungan tersebut memberi dampak bagi pertumbuhan kepribadian yang baik. Oleh karena itu, dengan disiplin seseorang akan terbiasa mengikuti, mematuhi aturan yang berlaku, dan kebiasaan itu lama kelamaan masuk ke dalam dirinya serta berperan dalam membangun kepribadian yang baik.

c. Melatih kepribadian

perilaku disiplin anak harus ditanamkan dan dilatih sejak usia dini. Dengan kedisiplinan yang bagus akan membentuk kepribadian anak. Kepribadian anak perlu dibiasakan dan dilatih dengan baik, sehingga akan membentuk kepribadian yang tertib, teratur dan patuh.

d. Pemaksaan

Disiplin dapat terjadi karena adanya pemaksaan dan tekanan dari luar, misalnya ketika seorang anak yang kurang disiplin masuk ke satu sekolah yang berdisiplin baik, terpaksa harus mematuhi tata tertib yang ada di sekolah tersebut.

e. Hukuman

Tata tertib biasanya berisi hal-hal positif dan sanksi atau hukuman bagi yang melanggar tata tertib tersebut.

f. Menciptakan lingkungan yang kondusif

Disiplin sekolah berfungsi mendukung terlaksananya proses dan kegiatan pendidikan agar berjalan lancar dan memberi pengaruh bagi terciptanya sekolah sebagai lingkungan pendidikan yang kondusif bagi kegiatan.

Disiplin sangat penting dan dibutuhkan oleh setiap anak. Fungsi disiplin menjadi prasyarat bagi pembentukan sikap, perilaku dan tata tertib kehidupan berdisiplin, yang akan mengantarkan anak sukses dikemudian hari. Disiplin yang dimiliki oleh anak akan membantu anak itu sendiri dalam tingkah laku sehari-hari, baik di

sekolah maupun di rumah. anak akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan yang dihadapinya. Aturan yang terdapat di sekolah akan dapat dilaksanakan dengan baik jika anak sudah memiliki disiplin yang ada dalam dirinya. Dalam kontek tersebut fungsi kedisiplinan sebagai alat menyesuaikan diri di sekolah berarti kedisiplinan dapat mengarahkan anak untuk dapat menyesuaikan diri dengan cara menaati tata tertib sekolah. Berfungsinya kedisiplinan sebagai alat pendidikan dan alat menyesuaikan diri akan mempengaruhi berlangsungnya kegiatan belajar mengajar di sekolah. Fungsi kedisiplinan yang sudah dijelaskan di atas, harus dikembangkan dan diterapkan dengan baik, dengan pemberlakuan disiplin, anak belajar beradaptasi dengan lingkungan yang baik, sehingga muncul keseimbangan diri dalam hubungan dengan orang lain. Selain adanya fungsi disiplin tersebut, fungsi disiplin lainnya akan membuat anak merasa aman karena dapat mengetahui mana yang baik untuk dilakukan dan mana yang tidak baik untuk dilakukan.

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Menurut Hurlock (1978: 97) menjelaskan fungsi disiplin ada

dua yaitu :

a. Fungsi yang bermanfaat

1. Untuk mengajarkan bahwa perilaku tertentu akan selalu diikuti hukuman, namun yang lain akan diikuti dengan pujian.

2. Untuk mengajar anak suatu tingkatan penyesuaian yang wajar, tanpa menuntut suatu konformitas yang berlebihan.
3. Untuk membantu anak mengembangkan pengendalian diri dan pengarahan diri, sehingga mereka dapat mengembangkan hati nurani untuk membimbing tindakan mereka.

b. Fungsi yang tidak bermanfaat

1. Untuk menakut-nakuti anak.
2. Sebagai pelampiasan agresi orang yang mendisiplin.

Sedangkan menurut Gunarsa (2000: 85) fungsi disiplin perlu dalam mendidik anak supaya anak dengan mudah dapat:

- a. Meresapkan pengetahuan dan pengertian sosial antara lain hak milik orang lain.
- b. Mengerti dan segera menurut, untuk menjalankan kewajiban dan secara langsung mengerti larangan-larangan.
- c. Mengerti tingkah laku baik dan buruk.
- d. Belajar mengendalikan keinginan dan berbuat sesuatu tanpa merasa terancam oleh hukum.
- e. Mengorbankan kesenangan sendiri tanpa peringatan dari orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, bahwa fungsi disiplin antara lain menata kehidupan bersama, membangun kepribadian, melatih kepribadian, pemaksaan, hukuman, dan menciptakan lingkungan yang kondusif, serta dapat membedakan disiplin yang bermanfaat

dan yang tidak bermanfaat bagi anak, sehingga anak dapat mengerti tingkah laku mana yang baik dan buruk untuk dilakukan. Oleh karena itu, fungsi kedisiplinan suatu tata tertib atau aturan bagi pengendalian tingkah laku anak memang harus dilakukan. Tata tertib disertai pengawasan akan terlaksananya tata tertib, dan pemberian pengertian pada setiap pelanggaran, tentunya akan menimbulkan rasa keteraturan dan disiplin diri. Fungsi disiplin mengajar anak untuk menerima pengekangan yang dilakukan dan membentuk, mengarahkan energi anak ke dalam jalur yang benar dan diterima secara sosial.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Disiplin Anak

Perilaku disiplin anak akan baik apabila ada faktor pendukung yang mampu mempengaruhi perilaku disiplin tersebut, tanpa adanya faktor-faktor pendukung yang mampu dicapai anak, perilaku disiplin tidak akan terbentuk dalam diri anak. Menurut Hurlock (1978: 95) beberapa faktor yang mempengaruhi kedisiplinan anak:

a. Kesamaan dengan disiplin yang digunakan orangtua

Bila orangtua, merasa bahwa orangtua berhasil dalam mendidik anak mereka dengan baik, mereka menggunakan teknik yang sama dalam mendidik anaknya. Bila cara dalam mendidik anak mereka teknik yang digunakan salah, maka orangtua biasanya beralih pada teknik yang berlawanan.

b. Penyesuaian dengan cara yang disetujui kelompok

Semua orangtua dan guru dalam melakukan disiplin pada anak berbeda-beda, terutama bagi orangtua yang usianya masih muda dan tidak berpengalaman. Hal tersebut akan dipengaruhi oleh anggota kelompok mereka yang menganggap pendirian orangtua merupakan cara terbaik.

c. Usia orangtua dan guru

Cara mendisiplinkan anak bagi orangtua dan guru yang muda itu cenderung lebih menggunakan disiplin demokratis dan permisif dibandingkan dengan mereka yang usianya lebih tua. Mereka cenderung mengurangi kendali anak ketika anak mereka sudah beranjak masa dewasa.

d. Pendidikan untuk menjadi orangtua atau guru

Orangtua dalam mendidik anak yang sudah berpengalaman dan mempunyai pendidikan dalam mengasuh anak, mereka cenderung menggunakan teknik demokratis yang tidak mengekang anaknya untuk dapat berperilaku yang diinginkan oleh orangtuanya. Kebanyakan orangtua yang sudah berpengalaman mengenai cara mengasuh anak lebih menggunakan teknik demokratis dibandingkan dengan orangtua yang tidak mendapat pelatihan.

e. Jenis kelamin orangtua

Dalam mendidik dan mengasuh anak, para wanita pada umumnya lebih mengerti kebutuhan anak dibandingkan bagi para ayah, dan

mereka cenderung kurang otoriter dalam mendidik dan mengasuh anak. Hal ini berlaku untuk orangtua dan guru maupun para pengasuhnya untuk dapat mengasuh dengan baik.

f. Status sosial ekonomi

Orangtua dan guru yang mempunyai status ekonomi menengah dan rendah cenderung lebih keras, memaksa, dan kurang toleransi dalam menerapkan disiplin pada anak dibanding dengan orangtua yang status ekonomi atas. Mereka cenderung menerapkan disiplin kepada anak dan konsisten dalam mendidiknya. Semakin berpendidikan, semakin memilih disiplin yang demokratis bagi anak.

g. Konsep mengenai peran orang dewasa

Orangtua jaman dulu yang masih mempertahankan konsep tradisional dalam mendidik anak cenderung menggunakan cara otoriter dibandingkan dengan orangtua yang lebih modern. Guru yakin bahwa terdapat tata cara yang kaku dalam kelas mereka lebih banyak menggunakan disiplin otoriter. Sama halnya dengan orangtua jaman dahulu, guru yang sudah paham akan mempunyai konsep mengajar menggunakan cara yang demokratis.

h. Jenis kelamin anak

Orangtua dalam mendidik anak perempuan lebih keras daripada terhadap anak laki-laki. Begitu pula di lingkungan sekolah, guru juga cenderung lebih keras terhadap anak perempuan. Contoh ketika

anak perempuan bermain di luar rumah, pasti orangtua melarang anak jangan bermain terlalu lama dan harus cepat pulang ke rumah.

i. Usia anak

Disiplin otoriter lebih cenderung digunakan untuk anak kecil daripada mereka yang lebih besar. Apapun teknik yang disukai oleh mereka, kebanyakan orangtua dan guru merasa bahwa anak kecil tidak dapat mengerti penjelasan, sehingga mereka memusatkan perhatian pada pengendalian otoriter.

j. Situasi

Ketakutan dan kecemasan biasanya terlintas pada benak orangtua dalam mendidik anak, mereka biasanya tidak diganjar dengan hukuman, sedangkan sikap menantang, negativisme dan agresi kemungkinan lebih mendorong pengendalian yang otoriter.

Untuk menanamkan kedisiplinan pada setiap anak tidaklah mudah, karena banyak faktor-faktor yang dapat memengaruhi, sehingga anak tidak mampu bersikap disiplin atau dapat pula dikatakan bahwa anak tersebut memiliki kualitas disiplin yang rendah. Perilaku anak terbentuk dan dipengaruhi oleh faktor-faktor, yaitu faktor lingkungan, keluarga maupun sekolah. Tidak dapat dipungkiri bahwa faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi perilaku disiplin anak. Faktor-faktor yang mempengaruhi kedisiplinan anak akan sangat berpengaruh terhadap hasil dari proses menerapkan kedisiplinan. Faktor-faktor yang dapat

memengaruhi kedisiplinan anak yang diterapkan orangtua maupun guru seperti yang sudah dikemukakan di atas yaitu kesamaan dengan disiplin yang digunakan orangtua, penyesuaian dengan cara yang disetujui kelompok, usia orangtua dan guru, pendidikan untuk menjadi orangtua atau guru, jenis kelamin orangtua, status sosial ekonomi, konsep mengenai peran orang dewasa, jenis kelamin anak, usia anak, situasi. Sekolah juga merupakan salah satu faktor dominan dalam membentuk dan mempengaruhi kedisiplinan anak agar dapat disiplin dengan baik. Sikap dan perilaku yang ditampilkan guru tersebut pada dasarnya merupakan bagian dari upaya pendisiplinan anak di sekolah.

Menurut Yusriana (2012: 62) beberapa faktor yang mempengaruhi kedisiplinan anak:

- a. Kepemimpinan guru terlalu otoriter, sehingga menyebabkan sikap anak agresif, ingin berontak akibat kekangan, dan perlakuan yang tidak manusiawi.
- b. Kurang diperhatikannya kelompok minoritas, baik yang berada di atas rata-rata maupun yang berada di bawah rata-rata dalam berbagai aspek yang ada hubungannya dengan kehidupan di sekolah.
- c. Anak didik kurang dilibatkan atau diikutsertakan dalam perencanaan-perencanaan yang dibuat sekolah.
- d. Latar belakang kehidupan keluarga.

- e. Sekolah kurang mengadakan kerja sama dan saling melepas tanggung jawab.

Menurut Gunarsa (2008: 86) dalam usaha menanamkan disiplin pada anak, ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan, diantaranya :

- a. Menyadari adanya perbedaan tingkat kemampuan kognitif anak.

Dengan azas perkembangan aspek kognitif, maka cara yang dilakukan perlu disesuaikan dengan tingkat kemampuan kognitif anak.

- b. Menanamkan disiplin anak harus dimulai sejak dini yakni sejak anak mulai mengembangkan pengertian-pengertian dan mulai dapat melakukan sendiri.

- c. Mempergunakan teknik demokratis sebanyak mungkin dalam usaha menanamkan disiplin. Pendekatan yang berorientasi pada kasih sayang harus dipakai sebagai dasar untuk menciptakan hubungan baik dengan anak.

- d. Penggunaan hukuman harus diartikan sebagai bentuk sikap tegas, konsekuensi dan konsisten dengan dasar bahwa yang dilakukan bukan di anak atau perasaan anak, melainkan perbuatannya yang melanggar aturan.

- e. Menanamkan sikap disiplin secara berkelanjutan, menanamkan disiplin bukanlah kegiatan “sekali jadi” melainkan harus berkali-kali, mendorong anak untuk bersikap disiplin juga perlu

dilakukan berulang-ulang sampai tercapai keadaan dimana anak bisa melakukan sendiri sebagai kebiasaan.

Faktor tersebut sangat berpengaruh dan memberikan peran yang sangat besar bagi peningkatan kedisiplinan anak. Namun faktor yang paling utama ialah adanya kesadaran diri dan pengikutan atau ketaatan terhadap aturan yang berlaku. Untuk mewujudkan perilaku yang berdisiplin tidak hanya dengan memberikan aturan yang ketat dan hukuman yang keras atas pelanggaran aturan tersebut, tetapi perlu juga adanya kesadaran diri dari dalam diri individu untuk bersedia mengikuti dan menaati aturan yang berlaku. Jika individu memiliki kesadaran diri maka mereka akan berusaha untuk menaati setiap aturan yang berlaku dan menjalankan kehidupan dengan teratur, selaras, dan seimbang.

Berdasarkan uraian para ahli di atas, faktor-faktor yang mempengaruhi kedisiplinan anak saling melengkapi antara keluarga yaitu orangtua maupun guru yang ada di sekolah. Di dalam keluarga maka sebagai orangtua harus dapat menanamkan dan melatih anak untuk terbiasa disiplin, karena nilai-nilai disiplin dapat ditanamkan sejak dini oleh orangtua kepada anak-anaknya dalam lingkungan keluarga. Orangtua harus dapat menerapkan disiplin yang tepat bagi anak sesuai karakteristik anak. Di sekolah guru harus dapat menerapkan kedisiplinan pada anak dengan baik, karena hal tersebut nantinya akan di jadikan suri tauladan bagi anak didiknya. Bila perlu orangtua dan

guru harus dapat mengawasi dan membimbing anak saat belajar, sehingga anak dapat berdisiplin dengan baik tanpa adanya paksaan yang dapat menyebabkan anak tidak disiplin. Faktor-faktor tersebut perlu diperhatikan para orangtua maupun guru untuk menerapkan agar anak dapat menjadi anak yang disiplin.

Perlu proses dan komitmen yang kuat terutama dari orangtua. Diharapkan disiplin ini menjadi bagian dari pribadi anak, sehingga perlu kiranya para orangtua menanamkan disiplin pada semua aspek kehidupan anak. Hal yang terpenting dalam upaya orangtua melatih disiplin anak adalah kasih sayang dan kesabaran. Jauhkan dalam pikiran kita sebagai orangtua bahwa melatih anak disiplin identik dengan memarahi anak dan bersikap keras pada anak. Mengajak anak pada perilaku yang diharapkan, apabila disampaikan dengan penuh kasih sayang akan lebih memudahkan anak untuk menerima apa yang disampaikan orangtua. Pembentukan disiplin melalui proses yang panjang, dimulai sejak dini dalam keluarga dan dilanjutkan sekolah. Hal-hal penting dalam pembentukan itu terdiri dari kesadaran diri, kepatuhan, tekanan, sanksi, teladan, lingkungan disiplin, dan latihan.

5. Bentuk Kedisiplinan Anak

Anak yang disiplin akan berusaha mengikuti perkataan yang disuruh oleh guru. Mereka sadar akan tugas dan tanggung jawabnya sebagai seorang anak. Kedisiplinan berawal dari kebiasaan dan latihan.

Adanya kebiasaan yang baik, akan memberikan hasil yang baik dan memuaskan dalam hal disiplin. Tujuan utama seseorang adalah ingin meraih keberhasilan dengan dicapainya anak berdisiplin di sekolah dan berhasil dalam belajar. Penulis akan menguraikan bentuk anak yang disiplin berdasarkan pendapat Djamarah (2002: 40):

a. Masuk kelas tepat waktu

Sebagai anak yang disiplin, mereka akan berusaha masuk kelas tepat waktu yaitu sebelum tanda masuk berbunyi, dengan begitu anak dapat mempersiapkan diri mengikuti pelajaran sebelum guru masuk kelas dengan keadaan tenang.

b. Mendengarkan dan memperhatikan keterangan guru

Anak yang memiliki kedisiplinan, akan berusaha selalu mendengarkan dan memperhatikan penjelasan dari guru. Dengan mendengarkan dan memperhatikan keterangan yang disampaikan oleh guru nantinya akan dapat dimengerti dengan baik.

c. Bertanya mengenai hal-hal yang belum jelas

Apa yang guru jelaskan belum tentu semua dapat dimengerti anak. Oleh karena itu, anak harus sadar akan pentingnya pemahaman suatu pengetahuan yang sempurna, maka sebagai langkah yang tepat anak tidak segan untuk bertanya kepada guru.

d. Menyelesaikan tugas tepat waktu

Selama menuntut ilmu di sekolah, anak tidak akan pernah melepaskan diri dari keharusan mengerjakan tugas-tugas sekolah.

Guru pasti memberikan tugas untuk diselesaikan, baik secara berkelompok ataupun secara individu. Semua tugas yang diberikan oleh guru harus dilaksanakan dan diselesaikan tepat pada waktunya.

Daryanto dan Suryatri (2013: 145), berpendapat bentuk kedisiplinan anak yaitu:

a. Datang ke sekolah dan masuk kelas pada waktunya

Anak membiasakan diri berangkat lebih awal sebelum bel masuk sekolah berbunyi, dan jika tidak masuk sekolah, maka anak akan membuat surat izinnya agar diketahui oleh guru serta anak akan meninggalkan sekolah setelah bel pulang berbunyi. Anak yang disiplin, biasanya akan berusaha datang ke sekolah dan masuk kelas tepat waktu yaitu sebelum tanda masuk berbunyi.

b. Melaksanakan tugas-tugas yang menjadi tanggung jawabnya

Dalam proses belajar, anak tidak hanya bersikap pasif sebagai pendengar saja, tetapi anak juga dituntut untuk aktif belajar mandiri dan senantiasa melaksanakan tugas yang diberikan gurunya. Tujuan dari pemberian tugas ini biasanya untuk menunjang pemahaman dan penguasaan pembelajaran yang diberikan guru, sehingga dapat menyelesaikan tugas tepat waktu.

c. Duduk pada tempat yang telah ditetapkan

Tempat duduk yang teratur akan mengakibatkan suasana yang cukup nyaman di dalam kelas, sebab setiap anak telah ditempatkan

sesuai dengan karakteristiknya. Oleh karena itu, anak harus dapat mentaati dan menghormati aturan yang telah dibuat oleh guru.

d. Menaati peraturan sekolah dan kelas

Menaati peraturan sekolah dan kelas merupakan tanggung jawab anak ketika di sekolah, itu salah satu bentuk kedisiplinan yang harus diterapkan dan ditaati kepada anak ketika di sekolah.

e. Berpakaian rapi

Kedisiplinan anak di sekolah salah satunya yaitu dalam berpakaian. Anak di sekolah harus berpakaian rapi dan memakai seragam sesuai jadwal yang sudah ditentukan.

f. Mematuhi peraturan permainan

Anak yang disiplin, akan berusaha mendengarkan dan mematuhi peraturan guru. Oleh karena itu, dalam sebuah permainan yang ada di sekolah nanti akan membentuk kejujuran dan daya pikir anak lebih kreatif dan inovatif di sekolah.

Menurut Hurlock (1980: 82), lebih menegaskan lagi bahwa disiplin di sekolah adalah suatu cara masyarakat untuk mengajar anak perilaku moral yang disetujui kelompok.

a. Patuh dan taat terhadap tata tertib di sekolah

b. Persiapan belajar siswa

c. Perhatian terhadap kegiatan pembelajaran

d. Menyelesaikan tugas pada waktunya

Kedisiplinan itu memang merupakan hal yang sangat penting dalam penyiapan anak untuk mengarungi kehidupannya dimasa yang akan datang atau masa depan anak. Anak yang disiplin adalah anak yang dapat mengerjakan atau melaksanakan sesuatu tepat waktu, selalu menjalankan tugas dan tanggung jawab yang diberikan, dan selalu menaati peraturan atau tata tertib yang berlaku dengan baik. Kedisiplinan sangatlah diperlukan oleh siapapun, dimanapun dan kapanpun, begitu juga anak yang harus berdisiplin dengan baik dalam menaati tata tertib sekolah. Anak harus dapat menerapkan kedisiplinan dengan baik, terdapat bentuk-bentuk kedisiplinan anak yang harus dilaksanakan ketika anak berada di sekolah. Seperti yang dijelaskan oleh ketiga ahli di atas, pendapat ketiga ahli tersebut saling melengkapi satu sama lain. Oleh karena itu, dengan disiplin yang tinggi akan mampu memberikan arah bagi anak untuk mencapai tujuan pembelajaran yang optimal.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bentuk kedisiplinan anak antara lain patuh dan taat terhadap tata tertib sekolah, datang ke sekolah dan masuk kelas pada waktunya, bertanya mengenai hal-hal yang belum jelas, melaksanakan tugas-tugas yang menjadi tanggung jawab, menyelesaikan tugas pada waktunya, duduk pada tempat yang telah ditetapkan, berpakaian rapi, dan mematuhi peraturan permainan.

B. Hypnoparenting

1. Pengertian Hypnoparenting

Hypno-parenting berasal dari dua suku kata yaitu *hypnosis* dan *parenting*. *Hypnosis* merupakan metode yang sangat luas penggunaan dan aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari. Tidak hanya diterapkan sebagai terapi penyembuhan penyakit fisik dan mental, metode ini juga digunakan dalam bidang hukum, kriminalitas, hiburan, bahkan dalam bidang manajemen dan pemasaran sekalipun. Hipnosis sesungguhnya telah berkembang sejak 2.600 tahun sebelum masehi. *Hypnosis* atau dalam praktiknya lebih dikenal dengan istilah *hypnoterapi*, tetap masih saja awam di tengah masyarakat (Pratomo: 2012).

Menurut Erickson, (Noer: 2012) *hypnosis* adalah suatu metode komunikasi baik verbal maupun nonverbal yang persuasif dan sugestif kepada klien, klien menjadi kreatif (berimajinasi dengan emosional dan terbuka wawasan internalnya) serta bereaksi (baik persetujuan maupun penolakan) sesuai dengan sistem nilai dasar spiritual yang dimiliki. Menurut Erickson, (Pratomo: 2011) 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.

Menurut Noer (2012: 21) hipnosis berasal dari kata “*hypnos*” yang merupakan nama dewa tidur orang Yunani. Istilah “*hypnosis*”

berarti mensugesti, sedangkan secara definisi *hypnosis* adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang, dengan cara mengubah tingkat kesadarannya, menurunkan gelombang otak dari beta menjadi alpha atau theta.

Salah satu manfaat *hypnosis* menurut Pratomo (2012) adalah dapat berkomunikasi dan menasihati individu dengan menggunakan sugesti ke alam bawah sadar manusia. Caranya adalah dengan menggiring individu agar mampu masuk ke gelombang alpha (kondisi rileks), sehingga individu merasa nyaman dan tenang, lalu mengantuk. Kemudian menuju ke gelombang theta (kondisi rileks yang dalam) dan akhirnya individu siap menerima sugesti positif. Saat itu RAS (*Rectingular Activiting System*) akan terbuka dan mampu menyerap sugesti yang diberikan. Individu berada dalam gelombang betha (sadar penuh) di saat berada dalam kondisi sadar. Gelombang beta memiliki resistansi yang tinggi, sehingga individu sulit menerima nasihat, apalagi sugesti dari orangtua.

Keadaan seseorang dikatakan dalam kondisi terhipnotis manakala gelombang pikiran berada pada level alpha dan theta. Informasi demikian mudah dicerna. Pengalaman dan pengetahuan yang diterima pikiran langsung tersimpan di alam pikiran bawah sadar. Pikiran dan perasaan menjadi tenang dan nyaman, badan terasa rileks, santai, dan enjoy. Fokus pandangan terpusat pada satu titik (Noer: 201). Cara ini lebih efektif dibandingkan memberikan masukan/sugesti kepada

seseorang dalam keadaan sadar. Proses *hypnosis* adalah suatu kondisi komunikasi untuk mempengaruhi individu sehingga mengubah tingkat kesadarannya yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak dari beta menjadi alpha dan theta.

Parent dalam *parenting* memiliki pengertian yaitu ibu, ayah, seseorang yang akan membimbing dalam kehidupan baru, seseorang penjaga, maupun seseorang pelindung. *Parent* adalah seseorang yang mendampingi dan membimbing semua tahapan pertumbuhan anak yang merawat, melindungi, mengarahkan kehidupan baru anak dalam setiap tahapan perkembangan. Pengasuh erat kaitannya dengan kemampuan suatu keluarga/ rumah tangga dan komunitas dalam hal memberikan perhatian, waktu dan dukungan untuk memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan sosial anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan, serta bagi anggota keluarga lainnya. Pengasuhan fisik mencakup semua aktivitas yang bertujuan agar anak dapat bertahan hidup dengan menyediakan kebutuhan dasar, seperti makan, kehangatan, kebersihan, ketenangan waktu tidur, dan kepuasan ketika membuang sisa metabolisme dalam tubuhnya. Pengasuhan emosi mencakup pendampingan ketika anak mengalami kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan, seperti merasa terasing dari teman-temannya, takut, atau mengalami trauma. Menurut Arismantoro (2008) memberikan pengertian *parenting* sebagai segala sesuatu yang berurusan dengan tugas-tugas orangtua dalam mendidik dan membesarkan anak. Tugas mendidik anak sendiri maupun anak didik

sangat berat dan penuh tantangan, serta harus dilakukan dengan kehendak hati yang tulus.

Pengertian *parenting* menurut Setyono (2006: 28) adalah segala hal yang berhubungan dengan bagaimana kita sebagai orangtua mendidik dan membesarkan anak. Orangtua harus sangat bijak dan hati-hati dalam hal ini. Pengasuhan anak perlu diketahui dan dipelajari oleh setiap orangtua, sehingga mereka dapat membesarkan anak dengan baik dan tidak terlalu *stress* ketika menghadapi kenakalan anak. Proses pengasuhan bukanlah sebuah hubungan satu arah yang mana orangtua mempengaruhi anak namun lebih dari itu, pengasuhan merupakan proses interaksi antara orangtua dan anak yang dipengaruhi oleh budaya dan kelembagaan sosial dimana anak-anak dibesarkan. Jadi *parenting* adalah tugas orangtua dalam mengasuh dan mendidik anak sesuai dengan karakter anak agar anak tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang kreatif.

Hypnosis dan *parenting* jika digabungkan menjadi *hypno-parenting*, *hypno-parenting* menurut Setyono (2006) adalah suatu yang menggabungkan pengetahuan tentang mendidik dan membesarkan anak dengan pengetahuan hipnosis. Menurut Arismantoro (2008) mendidik kemandirian anak dengan menggunakan *hypnoparenting* adalah suatu usaha yang dilakukan oleh orangtua dan pendidik dengan memetakan dan membuat sistemasi atas segala hal yang berhubungan dengan tugas sebagai orangtua ditinjau dari sudut pandang kerja pikiran dan pengaruh

agar anak dapat mandiri dan siap menghadapi masa depannya. Maksudnya adalah orangtua senantiasa mendidik anak dengan segala strategi yang digunakan, agar anak di kemudian hari dapat mandiri dan siap menghadapi masa depan.

Secara lebih luas, Navis (2013: 152) menyatakan bahwa *hypnoparenting* adalah metode *parenting*, mendidik, dan pola asuh anak yang dilakukan dengan metode hipnosis, yaitu dengan memanfaatkan penurunan frekuensi gelombang otak anak untuk diberi sugesti positif. Harapannya, dengan sudut, keyakinan, dan pembahasan baru, kita dapat mengubah perilaku negatif anak menjadi perilaku yang positif.

Teknik *hypnoparenting* sangat sistematis dan sederhana. Penerapannya sangatlah mudah, asalkan tahu teknik yang benar dan tepat. *Hypnoparenting* sangat efektif, asalkan orangtua menyediakan lingkungan kondusif bagi tubuhnya program yang disugestikan. Ukuran keberhasilan dapat langsung terlihat dalam pola perilaku yang berubah sesuai dengan yang disugestikan. Hal yang dibutuhkan dalam penerapan *hypnoparenting* adalah komitmen orangtua, pengondisian lingkungan, dan wacana yang seimbang sehingga, orangtua tahu apa yang terjadi dalam pikiran seorang anak.

Hypnoparenting sebagai teknik pola asuh bekerja langsung pada alam bawah sadar anak. Orangtua dapat menerapkan pola asuh, termasuk mendisiplin anak secara mudah tanpa paksaan. Peristiwa yang

terjadi saat orangtua menggunakan teknik *hypnoparenting* menurut Santoso (2012: 72) yaitu:

- a. Komunikasi secara mental melalui alam bawah sadar anak.
- b. Kalimat-kalimat afirmatif yang disampaikan ketika anak sedang dalam kondisi rileks.
- c. Tindakan dan tingkah laku balita masih sangat banyak dipengaruhi alam bawah sadarnya. Itu sebabnya, mereka begitu polos dan spontan, serta mudah diprogram (diberi sugesti) oleh orangtuanya.
- d. Pikiran anak balita ibarat spons yang sangat mudah menyerap apapun yang terdengar, terlihat, dan terasa.
- e. Orangtua menanamkan sugesti melalui kalimat-kalimat afirmasi sesuai kebutuhan anak, langsung ke alam bawah sadar sesuai sugesti tersebut.

Hypnoparenting sebenarnya sudah banyak dipraktikkan masyarakat secara tidak sadar. Salah satu bentuknya adalah doa-doa yang dibisikan orangtua saat mengeloni anaknya, kidung mengantarkan tidur (*lullaby*), dimana setiap daerah di Indonesia memiliki kidung tidur yang khas atau sugesti-sugesti yang diucapkan orangtua menasihati anak. Praktik itu sifatnya kebiasaan, jika dilakukan tanpa kesiapan khusus atau spontan, maka sugesti yang masuk pada anak menjadi tidak maksimal.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *hypnoparenting* adalah proses orangtua dalam mendidik anak dengan cara memasukkan sugesti positif pada anak, sehingga anak menyimpan memori dalam pikiran bawah sadar.

2. Tahapan *Hynoparenting*

Tahapan dalam melakukan *hypnoparenting* yang ideal agar maksimal dan menetap, memerlukan kesiapan yang baik. Di bawah ini akan di jelaskan tahapan *hypnosis* menurut Santioso (2012: 35) adalah:

a. Prainduksi (*pre-talk*)

Merupakan tahapan awal sebelum proses *hypnosis* dilakukan. Prainduksi adalah sebuah proses untuk mempersiapkan situasi kondusi orangtua dan anak. Prainduksi merupakan tahapan yang bersifat kritis karena seringkali mengalami kegagalan proses *hypnosis* dari proses prainduksi yang tidak tepat.

b. Tes sugestibilitas

Tes sugestibilitas berguna untuk menguji sugestibilitas individu, yaitu mudah disugesti atau tidak. Dalam proses terapi, tes sugestibilitas digunakan sebagai sarana latihan oleh individu untuk persiapan memasuki kondisi *hypnosis*.

c. Induksi

Induksi merupakan kunci utama dalam proses *hypnosis* karena proses inilah yang akan membawa dari kondisi “beta” ke kondisi “alpha”

bahkan “tetha” dengan kondisi sepenuhnya di bawah kendali seorang *hypnotist*. Jika dikaitkan dengan gelombang otak manusia, teknik ini bertujuan mereduksi atau menurunkan gelombang otak manusia dari beta menuju ke alpha atau teta.

d. *Deepening*

Deepening merupakan proses untuk memperdalam level kesadaran seseorang setelah diinduksi. *Deepening* dibutuhkan untuk menurunkan ke dalam kondisi *hypnotis* sesuai yang dibutuhkan agar sugesti yang disampaikan dapat masuk ke dalam pikiran bawah sadar. Teknik yang sering digunakan dalam proses *deepening* adalah teknik menghitung turun, teknik imajinasi, teknik fraksinasi, teknik prainduksi, dan lain sebagainya.

e. Uji kedalaman hipnosis (*depth level test*)

Depth level test atau uji kedalaman hipnosis klien sangat penting ke dalam proses *hypnoterapy*. Hal itu karena terapis harus dapat memastikan klien telah benar-benar memasuki kondisi *hypnosis* yang dibutuhkan untuk menjalani proses terapi.

f. Sugesti

Sugesti diberikan setelah proses *deepening* dilakukan dan terapis menilai bahwa klien masuk ke dalam *trance* yang dibutuhkan. Sugesti merupakan pesan yang diberikan kepada klien ketika sudah berada dalam kondisi hipnosis. Oleh karena itu, dalam kondisi hipnosis, pesan tersebut dapat langsung mengakses pikiran bawah sadar,

sehingga dapat berpengaruh pada sikap dan perilaku. Terdapat dua macam sugesti yaitu yang bersifat *non-therapeutic* dan *therapeutic*. Sugesti *non-therapeutic* biasanya diberikan pada *hypnostage*, yaitu sugesti-sugesti yang memunculkan perilaku menarik untuk dilihat sebagai hiburan. Sementara itu, sugesti *therapeutic* diberikan dalam proses terapi. Sugesti yang di berikan berupa pesan-pesan positif untuk dapat mengubah sikap dan perilaku menjadi lebih baik.

g. *Termination*

Termination merupakan suatu tahapan untuk mengakhiri proses hipnosis. Konsep *termination* adalah agar individu tidak mengalami kejutan psikologis ketika terbangun dari “tidur hipnotis”. Standar dari proses *termination* adalah membangun sugesti positif yang akan membuat tubuh seseorang lebih segar dan rileks, kemudian diikuti dengan regresi beberapa detik untuk membawa ke kondisi normal kembali.

h. *Post hypnotis suggestion*

Post hypnotis suggestion adalah suatu sugesti yang tetap bekerja walaupun seorang telah berada dalam kondisi pasca hipnotis (normal).

Post hypnotis suggestion merupakan hal penting yang mendasari proses *clinical hypnotherapy*.

Sedangkan menurut, Navis (2013: 158) terdapat banyak pilihan cara untuk melakukan *hypnoparenting*. Setidaknya terdapat tujuh tahapan mudah dalam melakukan *hypnoparenting* pada anak yaitu:

a. Anak dalam Kondisi *Mood Positif*

Orangtua melakukan *hypnoparenting* di saat berada dalam keadaan hati dan pikiran tenang. Pastikan bahwa orangtua sedang dalam kondisi yang optimal dan benar-benar siap melakukan *hypnoparenting*.

b. Membangun keakraban sebelum melakukan *hypnoparenting*

Sebelum melakukan *hypnoparenting*, sebaiknya orangtua harus membangun keakraban terlebih dahulu dengan anak. Setiap orangtua pasti mengetahui cara yang paling cepat dan efektif untuk membangun keakraban dengan anak.

c. Mencari saat tepat untuk melakukan induksi atau afirmasi

Saat yang baik untuk melakukan *hypnoparenting* adalah saat anak sudah tenang, anak sudah terbuka dengan orangtua, dan tentunya sesudah keakraban antara anak dan orangtua terjalin.

d. Menggunakan alat bantu saat menginduksi atau memberikan afirmasi

Terdapat banyak media yang dapat digunakan untuk membantu proses *hypnoparenting*. Khususnya membantu dalam menyediakan kondisi lingkungan yang nyaman saat menginduksi atau memberikan afirmasi positif pada anak. Media yang paling tepat adalah media yang sangat dekat dengan anak, jadi tidak harus bagi kita untuk membeli alat, tetapi menggunakan berbagai benda di sekitar kita atau mainan yang disukai anak.

e. Melakukan kontak fisik secara kontinu

Cara yang sangat disukai oleh anak adalah kesediaan orangtua untuk melakukan kontak fisik dengan anak. Anak dapat mengamati dan merasakan sendiri saat menjadi terbuka dengan orangtua jika dalam keseharian sering terjadi kontak fisik.

f. Memasukkan sugesti positif pada anak

Puncak dari proses *hypnoparenting* adalah memasukkan sugesti positif (afirmasi) pada pikiran bawah sadar anak. Sugesti yang orangtua tanamkan diharapkan dapat tertanam kuat pada pikiran bawah sadar anak. Sugesti *hypnoparenting* berupa sugesti positif yang halus dan dapat menyusup langsung ke pikiran bawah sadar anak.

g. Melakukan pengulangan secara konsisten

Melakukan pengulangan adalah cara dahsyat dan efektif dalam menanamkan sugesti positif yang bertujuan untuk memprogram pikiran bawah sadar anak dengan program berkualitas. Semakin efektif sebuah sugesti, maka dapat menjadi keyakinan baru dan merangsang perubahan perilaku anak. Secara garis besar, terdapat dua macam pengulangan yang harus dilakukan oleh orangtua dalam *hypnoparenting*, kedua hal tersebut adalah pemberian sugesti dan proses *hypnoparenting*.

Otak manusia memancarkan frekuensi tertentu untuk setiap kondisi. ada empat macam gelombang yaitu, yang paling rendah adalah gelombang delta yang mempunyai kisaran frekuensi antara 0,1

Hz – 4 Hz gelombang ini kita alami saat tidur nyenyak tanpa mimpi. Gelombang berikutnya adalah gelombang theta yang mempunyai kisaran frekuensi antara 4 Hz – 8 Hz. Pada kondisi ini ide-ide kreatif dan inisiatif muncul. Informasi yang diterima saat otak dalam kondisi seperti ini akan langsung menjangkau bawah sadar dan tersimpan dalam memori jangka panjang, karena itu kondisi seperti ini disebut kondisi yang sangat sugestif. Frekuensi theta juga akan muncul saat kita dalam kondisi meditasi atau tidur dengan mimpi. Jika kesadaran kita lebih naik lagi, munculah gelombang alpha yang frekuensi berkisar antara 8 Hz sampai 12 Hz. Pada kondisi ini, pikiran hanya dapat terpusat pada satu perhatian. Kondisi ini dapat terjadi ketika kita berdo'a. Jika gelombang mencapai frekuensi 12 Hz lebih, maka kita berada pada kondisi gelombang beta. Pada gelombang beta, kita dapat mencurahkan pikiran ke banyak hal.

Pada anak usia sekitar 5 tahun, gelombang otak mayoritas berada pada gelombang alpha dan theta. Setyono (2006) teknologi pikiran menyebut fase itu sebagai fase “pra-kritis”. Informasi diserap dan diintegrasikan tanpa pertanyaan. Pada fase pra-kritis ini apapun yang dilihat, dan didengar dirasakan oleh anak akan langsung masuk dan mengendap dalam pikiran bawah sadar. Dalam masa ini anak sangat tersugestif terhadap apapun. Pada masa ini pula, masa depan anak mulai dibentuk.

Kondisi *hypnosis* dicapai saat gelombang otak berada digelombang alpha dan theta. Jadi pada dasarnya *hypnosis* adalah suatu seni komunikasi yang mengarahkan subjek menuju suatu kondisi relaksasi, sehingga gelombang otak subjek perlahan-lahan turun dan dijaga pada kondisi gelombang alpha dan theta. Saat seorang anak akan mulai memasuki gelombang otaknya perlahan akan turun dan mulai memasuki wilayah gelombang alpha. Ciri-ciri fisik yang dapat kita lihat adalah apa yang disebut REM (*Rapid Eye Movement*), yaitu getaran kelopak mata yang cepat saat mata dalam keadaan tertutup dan mengantuk.

Saat berada dalam wilayah alpha dan theta tubuh anak akan dapat melakukan proses regenerasi sel dengan jauh lebih baik dan lebih sempurna. Karena itu, jika orangtua dapat membantu seorang anak memasuki wilayah gelombang otak alpha dan theta, kemudian mengajarnya suatu pengetahuan saat dalam kondisi ini, apa yang diterimanya akan langsung dapat diproses dengan mudah. Saat subjek dalam wilayah otak alpha dan theta. Pada kondisi ini, semua perhatiannya hanya tertuju pada satu titik, yaitu pemberi informasi. Semua panca inderanya bekerja sama menangkap informasi yang baru masuk dan dicerna langsung setelah diproses dengan sangat cepat untuk kemudian disimpan dalam memori jangka panjang.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan tahapan *hypnoparenting* yang diterapkan orangtua kepada anak agar dapat terlaksana dengan baik. Tahapan keduanya saling melengkapi satu sama lain yaitu, tahapan Prainduksi (*pre-talk*), Tes sugestibilitas, induksi, *deepening*, Uji kedalaman hipnosis (*depth level test*), sugesti, termination, Post hypnotis suggestion, serta membangun keakraban sebelum melakukan *hypnoparenting*, mencari saat yang tepat untuk melakukan induksi atau afirmasi, melakukan kontak fisik secara kontinu, memasukkan sugesti positif pada anak, melakukan pengulangan secara konsisten. Sehingga anak dapat merasakan sugesti positif (afirmasi) yang diberikan oleh orangtua. Anak dapat merasakan sugesti ketika anak berada dalam gelombang alpha dan theta. Pada gelombang tersebut, anak mudah menangkap informasi yang baru masuk dan diproses langsung untuk kemudian disimpan dalam memori jangka panjang.

3. Manfaat *Hypnoparenting*

Terdapat banyak manfaat ketika menggunakan *hypnoparenting*. Menurut Navis (2013: 155) terdapat beberapa manfaat *hypnoparenting*:

- a. Menjalani komunikasi antara anak dan orangtua.

Komunikasi adalah kunci dari segala bentuk hubungan dan interaksi. Baik yang terjadi secara verbal (kata-kata) ataupun

non-verbal (bahasa tubuh). Dengan *hypnoparenting*, orangtua dapat meminimalisir terjadinya mis-komunikasi dengan anak, jadi hubungan keduanya akan terjalin dengan lebih hangat dan intens.

- b. Mendesain pikiran bawah sadar anak dengan program baik yang diinginkan orangtua.

Harapannya dengan mengetahui metode *hypnoparenting*, orangtua dapat menjadi model yang baik bagi anaknya, sehingga anak memiliki karakter, perilaku yang baik seperti orangtua yang ia lihat, dengar, dan rasakan.

- c. Membantu orangtua untuk menjadi lebih sabar, tenang, fokus dan terpusat saat mengatasi kejutan tingkah laku, karakter, atau kepribadian anak.

- d. Mengetahui cara efektif untuk mengubah dan merevolusi kegiatan, aktifitas sekaligus kebiasaan negatif anak.

Hypnoparenting dapat bermanfaat meningkatkan perkembangan dan tumbuh kembang anak, karena hipnosis langsung memasuki pikiran bawah sadar anak, sehingga program-program negatif yang tertanam di pikiran bawah sadar mereka dapat dilepaskan. Dalam keadaan hipnosis inilah, seorang anak mudah menerima saran-saran positif. Saran-saran positif tersebut akan terus tersimpan pada pikiran bawah sadar anak, mengisi pikiran mereka tentang segala sesuatu yang bersifat positif yang

berguna pada emosional mereka. *Hypnoparenting* adalah suatu ilmu yang menggabungkan pengetahuan tentang mendidik dan membesarkan anak dengan pengetahuan hipnosis. Adanya *hypnoparenting* tersebut dapat memberikan manfaat bagi orangtua yang ingin anaknya dapat berperilaku disiplin dengan baik tanpa adanya kekerasan. Tidak hanya bermanfaat bagi orangtua, *hypnoparenting* juga bermanfaat bagi anak yang dapat menunjukkan perkembangan dalam prestasi, konsentrasi bahkan kesehatan anak.

Menurut Yuliana (2013) menjelaskan manfaat *Hypnoparenting* bagi anak adalah:

a. Meningkatkan kepercayaan diri anak

Hipnoterapi terbukti meningkatkan kepercayaan diri anak-anak, sehingga prestasi mereka di sekolah mulai meningkat. Selain itu, anak-anak mulai dapat mengubah emosi negatif mereka menjadi tindakan-tindakan yang positif. Hasilnya, perkembangan anak bukan hanya di bidang pendidikan tetapi juga di interaksi sosial anak ke teman-teman, guru, orangtua dan orang-orang sekitar.

b. Meningkatkan performa pendidikan anak sekolah

Seorang anak sekolah dapat meraih prestasi yang sangat baik asalkan di dalam dirinya timbul keyakinan bahwa mereka memang pintar, disukai dan dapat berprestasi. *Hypnoparenting*

membuat anak sekolah melepaskan hal negatif dari pikiran mereka, sehingga kepercayaan diri dapat timbul.

c. Melepaskan depresi anak-anak

Hampir semua anak yang mengalami perceraian orangtuanya akan mengalami depresi. Akibatnya, mereka akan selalu mengambil pilihan-pilihan yang salah tentang hidupnya, seperti makan berlebihan, minder, memakai obat-obatan terlarang, seks bebas dan tidak dapat mengaktualisasikan talentanya secara maksimal.

d. Melepaskan gelisah, ketakutan dan phobia anak

Semakin banyak saja anak-anak dan anak sekolah yang mengalami kegelisahan dan ketakutan yang berlebihan sampai akhirnya bila tidak ditangani dengan baik akan mengarahkan anak menjadi phobia. Memang, ketakutan-ketakutan anak terkesan ringan seperti anak takut kancing, takut bernyanyi di depan kelas, takut sekolah, dan lain-lain. Namun, bila tidak dilepaskan semua kegelisahan dan ketakutan itu akan berpengaruh negatif pada perkembangan anak. Nantinya anak akan berpikir dan bertindak lebih positif.

e. Weight Loss

Kegemukan pada anak-anak akan berdampak negatif pada kesehatan anak. Tapi anak-anak yang mengalami kegemukan akan mengalami kepercayaan diri yang rendah. Akibatnya,

mereka jadi minder, merasa tidak pantas dicintai oleh lawan jenisnya, sehingga menghambat perkembangan psikologis mereka.

f. Mengurangi rasa sakit pada anak-anak

Rasa sakit atau stress yang dialami oleh anak-anak, dapat menyakitkan. Rasa sakit dapat dikurangi dalam hipnoterapi anak, sehingga dengan berkurangnya rasa sakit maka tingkat stress mereka akan menurun. Ini akan membuat daya tahan tubuh mereka meningkat.

Pratomo (2012) menjelaskan bahwa waktu-waktu afektif agar sugesti yang orangtua tanamkan pada anak dapat menancap dan menetap, antara lain: sejak anak berdo'a, anak bermain, sambil menggambar, sesaat sebelum tidur, sesaat sebelum bangun, saat anak makan, saat mendiamkan anak menangis, saat menggendong, dalam bentuk buaian, melalui nyanyian, melalui dongeng.

Berdasarkan uraian di atas, terdapat manfaat *hypnoparenting* bagi orangtua, hal tersebut juga sangat bermanfaat bagi anak. *hypnoparenting* bermanfaat sebagai cara orangtua dalam mendidik anak tanpa menggunakan nada yang tinggi. Selain itu dapat menjalin komunikasi antara anak dan orangtua, sehingga untuk mendesain pikiran bawah sadar anak dengan program baik yang diinginkan orangtua. Setelah mendapatkan *hypnoparenting* anak juga dapat menjadi anak yang percaya diri di sekolah maupun di

rumah. Di harapkan nanti para orangtua akan senantiasa ketika mendidik anak tidak menggunakan nada yang tinggi, tetapi biasa mencoba menggunakan metode *hypnoparenting* tersebut. Penerapan metode *hypnosis* dalam mengasuh anak dapat dilakukan berbagai kesempatan diantara aktivitas anak.

C. Implementasi *Hypnoparenting* dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak

Hypnoparenting menjelaskan bahwa orangtua lah yang sebenarnya bertanggung jawab bilamana anak mereka berperilaku tidak disiplin, suka berbohong, tidak percaya diri, bandel, nakal, dan masih banyak sikap atau perilaku negatif lainnya. Menurut Setyono (2012) seorang pakar *hypnoparenting* di Indonesia, memberikan pengertian bahwa *hypnoparenting* adalah suatu program pembelajaran dan pendidikan secara sistematis bagi orangtua dengan harapan para orangtua dapat mendidik anak dan membesarkannya dengan profesional. Menurut Astuti (2012) *hypnoparenting* adalah menanamkan sugesti positif ke pikiran bawah sadar anak, sehingga anak memiliki kepribadian yang positif yang membangun perilaku yang baik. *Hypnoparenting* secara menyeluruh menjelaskan bagaimana orangtua berperan penting dalam mengasuh anak dengan berbagai program pikiran, baik yang positif maupun negatif. Orangtua harus melakukan *hypnoparenting* sampai benar-benar terjadi perubahan perilaku, kebiasaan, atau karakter anak. Para pakar di dunia

menganjurkan untuk melakukannya selama 21 hari secara kontinu. Berdasarkan penelitian, suatu kebiasaan baru yang dilakukan selama 21 hari tanpa putus berpotensi menjadi kepribadian dan perilaku baru (Navis, 2013: 165). *Hiypnoteraphy* yang diterapkan pada anak efektif dalam meningkatkan perkembangan anak karena sugesti langsung memasuki pikiran bawah sadar anak, sehingga program-program negatif yang tertanam di pikiran bawah sadar mereka dapat dilepaskan dan program-program kesuksesan dapat mulai ditanamkan sejak dini. Alam bawah sadar manusia sangat berpengaruh dalam perilaku manusia, alam bawah sadar adalah semacam berbagai stimulus, keinginan, serta pengalaman yang tidak dapat direalisasikan dengan baik. Semuanya mengendap dalam alam bawah sadar dan sulit disadari bagi setiap individu. Karenanya, alam bawah sadar memotivasi sebagai kata-kata, perasaan, dan perilaku individu.

Hypnoparenting adalah proses orangtua dalam mendidik anak dengan cara memasukkan sugesti positif pada anak, sehingga anak menyimpan memori di dalam pikiran bawah sadar. Pendidikan anak merupakan kewajiban setiap orangtua dengan segala konsekuensinya. Ini bukan merupakan hal yang mudah, karena sedikit kesalahan saja dapat mempengaruhi segala perkembangan anak, baik secara jasmani ataupun rohani. Orangtua juga dituntut untuk selalu mengawasi perkembangan anak yang selalu mendapatkan pengalaman dari luar.

Orangtua harus dapat mengawasi apa saja yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh seorang anak.

Banyak orangtua yang sering menyalahkan anak mereka bila tumbuh dan berkembang dengan sikap dan perilaku yang kurang baik. Banyak yang merasa bahwa mereka telah melakukan yang terbaik untuk anaknya. Apalagi dalam membentuk perilaku disiplin anak, banyak anak sekarang yang berperilaku disiplin, sehingga banyak orangtua yang selalu memikirkan cara yang tepat menerapkan disiplin anak mereka, yaitu sejak mereka balita hingga masa kanak-kanak dan sampai usia remaja. Kedisiplinan perlu ditanamkan kepada anak mulai dari usia dini. Orangtua perlu mengetahui cara menanamkan disiplin kepada anak dengan baik, salah dalam menerapkan disiplin kepada anak akan berpengaruh pada anak. Menurut Hurlock (1999: 97) disiplin dapat berpengaruh, yaitu: 1) Pengaruh pada perilaku, Anak yang orangtuanya lemah dalam membimbing disiplin, akan menyebabkan anak menjadi mementingkan diri sendiri, tidak menghiraukan hak-hak orang lain, agresif dan tidak sosial. 2) Pengaruh pada sikap, Sikap-sikap yang terbentuk sebagai akibat dari metode pendidikan anak cenderung menetap dan bersifat umum, tertuju kepada semua orang yang berkuasa. 3) Pengaruh terhadap kepribadian, Penerapan disiplin harus memperhatikan banyak hal, semakin banyak hukuman fisik digunakan, dapat membentuk anak menjadi pemarah. Ini menguatkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk, yang juga merupakan ciri

khas dari anak yang dibesarkan dengan disiplin yang lemah. Anak yang dibesarkan di bawah disiplin yang demokratis akan mempunyai penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial yang baik.

Disiplin adalah tentang komunikasi, menyampaikan pesan yang jelas, sehingga anak benar-benar mengetahui apapun yang orangtua inginkan dari perilaku mereka. Hal yang penting dalam disiplin adalah peraturan, konsistensi, dan imbalan. Peraturan perlu untuk memberikan batasan atau standar yang jelas tentang perilaku yang diharapkan dan yang perlu dihindari. Konsistensi dalam penerapan disiplin perlu agar tidak membingungkan anak. Orangtua diharapkan dapat membuat kesepakatan yang jelas. Selain itu, konsistensi juga dituntut atas apa yang dikatakan dengan apa yang dilakukan. Apa yang orangtua katakan harus benar-benar diterapkan.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Reynolds (Schochib, 1975) yaitu menyatakan bahwa anak yang berhasil di sekolah adalah anak yang berlatar belakang dari keluarga yang berhubungan akrab, penuh kasih sayang, dan menerapkan disiplin berdasarkan kecintaan. Pendapat ini diperkuat oleh Madison (1989: 1) yang menyatakan bahwa orangtua yang mempunyai harga diri tinggi banyak memberikan kesempatan kepada anak untuk membuat keputusan secara bebas, berkomunikasi dengan lebih baik, mendukung anak untuk memilih kebebasan, sehingga anak mempunyai kepuasan untuk mengembangkan disiplin. Dengan demikian, perlu adanya

hubungan yang akrab dan bentuk komunikasi yang memberikan kebebasan kepada anak untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran. Menurut Waterston (2000) mengenai petunjuk efektif untuk mendisiplinkan anak:

The American Academy of Pediatrics consensus conference on corporal punishment and guidelines on effective discipline identified three essential elements: a learning environment characterised by positive supportive parentchild relationships; a strategy for systematic teaching and strengthening of desired behaviours; and a strategy of decreasing or eliminating undesired or ineffective behaviours.

Dalam konferensi Akademi Ilmu Kesehatan Amerika mengenai hukuman fisik dan petunjuk disiplin yang efektif, mengidentifikasi tiga unsur penting yang perlu diperhatikan: dukungan positif dari orang tua untuk membantu anak mengenali lingkungan belajarnya; strategi belajar yang sistematis dan penguatan perilaku yang diinginkan; serta menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan atau tidak efektif.

Tujuan disiplin diri menurut Bernhad (dalam Schochib: 2000) mengupayakan pengembangan minat anak dan mengembangkan anak menjadi manusia yang baik, yang akan menjadi sahabat, tetangga, dan warga negara yang baik. Disiplin pada anak tidak dapat dicapai begitu saja tanpa adanya penanaman disiplin. Melalui proses pendidikan. Hal ini disebabkan karena disiplin yang baik tumbuh dari dalam diri anak sebagai unsur kebiasaan. Menurut Thandry (2011: 8) tujuan utama mendisiplinkan anak agar anak mempelajari hingga akhirnya memiliki kemampuan mengatur perilaku dirinya sendiri.

Selain itu, anak juga dapat mengambil keputusan berdasarkan peraturan yang telah ditentukan orangtuanya. Novita (2012) menjelaskan bahwa:

Dengan demikian bila disiplin anak kurang baik, maka dapat jadi hal itu merupakan indikasi bahwa pelaksanaan penanaman disiplin yang dilakukan oleh pihak sekolah terutama guru kurang terlaksana dengan baik. Pelaksanaan penanaman disiplin yang baik terhadap pembentukan disiplin pada anak adalah pelaksanaan penanaman disiplin yang memprioritaskan manfaat terhadap kehidupan anak. Karena kedisiplinan dari seorang anak mencerminkan perilaku-perilaku yang ditampilkan serta kepatuhan dalam melaksanakan peraturan yang telah ditetapkan. Disiplin harus tetap ditanamkan secara terus-menerus kepada anak agar disiplin itu menjadi kebiasaan bagi anak.

Berdasarkan uraian di atas, penanaman disiplin dapat dilaksanakan tidak hanya orangtua saja ketika di rumah, melainkan seorang guru juga berpengaruh dalam penanaman disiplin anak ketika berada di sekolah. Di sekolah, seorang guru juga berpengaruh dalam perilaku disiplin anak karena di sekolah anak dapat melatih kedisiplinan anak dengan cara diajarkan oleh gurunya tentang kedisiplinan. Disiplin dapat menjadi salah satu bentuk kasih sayang dan perhatian, ini dilakukan agar anak tahu batasan yang dapat diterima dan tidak ketika mereka berperilaku. Anak menjadi merasa aman dalam lingkungan peraturan yang jelas dan adil. Kedisiplinan harus selalu ditanamkan kepada anak sejak usia dini karena disiplin itu nantinya mencerminkan perilaku anak. Dari berbagai pengertian di atas, tujuan disiplin adalah mengarahkan agar anak belajar mengenai hal-hal yang baik yang merupakan persiapan bagi masa dewasa, saat mereka sangat bergantung kepada disiplin diri.

Menurut Setyono (2006: 93) disiplin diri adalah kunci orang sukses. Disiplin dipelajari dan dilatih sejak kecil. Disiplin dibangkitkan sejak dini, jangan pernah menunda dan mentoleransi masalah disiplin. Dalam proses pendisiplinan, perlu juga membiarkan anak melakukan kesalahan agar mereka dapat belajar dari kesalahan itu. Salah satu upaya yang esensial adalah mengundang anak-anak untuk mengaktifkan diri dengan nilai-nilai moral untuk memiliki dan mengembangkan dasar-dasar disiplin diri (Schochib, 2000: 11). Dengan demikian, upaya tersebut menunjukkan perlu adanya posisi dan tanggung jawab dari orangtua, karena orangtua berkewajiban meletakkan dasar-dasar disiplin kepada anak bersama sekolah dan masyarakat. Disiplin diri merupakan substansi esensial di era global untuk dimiliki dan dikembangkan oleh anak karena dengannya mereka dapat memiliki kontrol internal untuk berperilaku yang senantiasa taat moral. dengan demikian, anak tidak hanyut oleh arus globalisasi, tetapi mampu mewarnai dan mengakomodasi.

Kedisiplinan bukan berarti mengekang anak sampai mereka tidak membuat kesalahan sama sekali. Kedisiplinan akan membuat hidup anak bahagia, berhasil, dan penuh kasih sayang. Pada masa kanak-kanak awal (3-8 tahun) penanaman disiplin dapat dilakukan dengan suatu cara yang lebih banyak mengandung rasa tanggung jawab dan hormat terhadap martabat orang lain, juga berdasarkan atas kepercayaan yang sama dan semangat untuk bekerja sama. Melalui

disiplin, mereka dapat belajar berperilaku dengan cara yang diterima masyarakat, dan sebagai hasilnya diterima oleh anggota kelompok sosial mereka. Disiplin diperlukan untuk perkembangan anak, karena anak memenuhi beberapa kebutuhan tertentu. Disiplin sangat penting bagi anak usia dini. Dengan demikian disiplin memperbesar kebahagiaan dan penyesuaian pribadi dan sosial anak. Beberapa kebutuhan masa anak-anak yang dapat diisi oleh disiplin antara lain (Hurlock 1978: 83):

- 1) Disiplin memberikan anak rasa aman dengan memberitahukan apa yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan.
- 2) Disiplin membantu anak menghindari perasaan besalah dan rasa malu akibat perilaku yang salah.
- 3) Dengan disiplin, anak belajar sikap menurut cara yang akan mendatangkan pujian yang akan ditafsirkan anak sebagai tanda kasih sayang dan penerimaan.
- 4) Disiplin yang sesuai dengan perkembangan yang berfungsi sebagai motivasi pendorong ego yang mendorong anak mencapai apa yang diharapkan darinya.
- 5) Disiplin membantu anak mengembangkan hati nurani suara dari dalam pembimbing dalam pengembalian keputusan dan pengembalian perilaku. Kedisiplinan anak sangat diperlukan karena dapat membantu anak menyesuaikan diri dengan lingkungan, baik lingkungan rumah maupun lingkungan sekolah. Terlebih saat anak telah memasuki jenjang pendidikan di pendidikan anak usia dini, secara tidak langsung anak akan dituntut untuk mengikuti semua peraturan yang diberikan oleh sekolah.

Penting bagi orangtua untuk memiliki ilmu mendidik anak agar orangtua tidak salah langkah dalam mendampingi perkembangan anak. Orangtua harus mempersiapkan diri sebaik mungkin agar memiliki konsep diri yang matang dan dapat mengambil sikap. Salah satu metode yang saat ini sedang dikembangkan adalah metode *hypnoparenting*. Dengan adanya penerapan metode *hypnoparenting* tersebut, nantinya diharapkan orangtua dapat menerapkan pendidikan anak tanpa ada kekerasan. Penerapan *hypnoparenting* dapat dilakukan dengan cara membangun kedekatan melalui komunikasi terlebih dahulu sebelum memberikan sugesti. Selanjutnya saat berkomunikasi dan memberikan sugesti sebaiknya menggunakan afirmasi positif dan disertai sentuhan fisik agar anak merasa disayangi. Dengan menggunakan *hypnoparenting* diharapkan dapat menggabungkan pengetahuan dan metode mengenai bagaimana cara membesarkan anak dengan baik. Kemudian orangtua sebaiknya memberikan sugesti tersebut berulang-ulang, sehingga sugesti tersimpan dalam pikiran bawah sadar anak.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan *hypnoparenting* nantinya dapat digunakan oleh orangtua dalam mendidik anak agar mampu tumbuh dan berkembang dengan baik, dan dapat membentuk perilaku-perilaku anak yang baik. *Hypnoparenting* berperan dalam pembentukan kedisiplinan anak tanpa harus mendidik dengan menggunakan ancaman atau nada yang kasar.

Dengan metode *hypnoparenting* ini, cara mendidik anak dengan memasukkan sugesti positif kepada anak yang kemudian sugesti tersebut tersimpan dalam memori anak. *Hypnoparenting* tersebut dapat mengubah perilaku maladaptive menjadi adaptif.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara/dugaan sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data (Sugiyono, 2012: 96). Berdasarkan pengertian di atas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan antara perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnoparenting*.

BAB 5

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian implementasi *hypnoparenting* dalam pembentukan kedisiplinan anak di Taman Kanak-Kanak Pangulir Budi I Kerangkulon, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku disiplin anak berdasarkan penerapan *hypnoparenting*. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil perilaku disiplin anak setelah mendapatkan perlakuan mengalami peningkatan dan menjadi lebih tinggi daripada sebelum diberikan perlakuan. Penggunaan *Hypnoparenting* efektif menjadikan anak memiliki perilaku yang mencerminkan kedisiplinan di sekolah.

B. Saran

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan di atas, maka peneliti

memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Pendidik

Pendidik hendaknya dapat juga menjadikan *hypnoparenting* sebagai sarana pertimbangan untuk menanamkan perilaku disiplin anak di

sekolah. Pendidik dapat mendidik kedisiplinan anak secara optimal dan mencegah terjadinya perilaku negatif yang berkelanjutan.

2. Bagi Orangtua

Hypnoparenting dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan orangtua pada umumnya, dalam menjalankan peran sebagai orangtua dalam mendidik anak dengan cara dan kata-kata yang positif, pada akhirnya menghasilkan anak-anak yang sehat secara fisik dan psikologis, cerdas, dan kreatif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menindaklanjuti penelitian ini dengan memperkaya literatur dan referensi yang lebih mendalam guna mendapatkan perbaikan kesimpulan yang lebih akurat dan mengungkapkan fenomena baru terkait dengan tingkat kedisiplinan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Arismantoro. 2008. *Tinjauan Berbagai Aspek Character Building*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, H. P. 2012. "The Role Of Hypnparenting in the Treatment of Early Childhood's Temper Tantrum". *Journal*. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ijeces>.
- Aulina, Choirun. N. 2013. "Penanaman Disiplin Pada Anak Usia Dini", *Journal*. Vol 2, No 1, <http://journal.umsida.ac.id/files/Lina V2.1.pdf>.
- Azwar, Saifuddin. 2011. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Daryanto dan Suryatri. 2013. *Implementasi Pendidikan Karakter di Sekolah*. Yogyakarta: Gava Media.
- Delimanugari, daluti. 2013. Pendidikan Karakter Anak dalam Pendidikan Islam dengan Menggunakan Hypnparenting. *Skripsi Sarjana Pada UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*: Diterbitkan.
- Djamarah, Syaiful. B. 2002. *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Edwards, Bryce. 2004. A Summary of Research Children's Issues Centre, University of Otago, and Office of the Children's Commissioner The Discipline and Guidance of Children. *Journal*. (Online), (www.cic.com, diakses tanggal 12 April 2015 pukul 12.20 WIB).
- Gunarsa, Singgih. D. 2000. *Psikologi untuk Membimbing*. Jakarta: PT Gunung Mulia.
- Gunarsa, Singgih dan Yulia, Singgih. 2008. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Gunung Mulia.
- Hadisubrata, MS. 1988. *Mengembangkan Kepribadian Anak Balita*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

- Hurlock, Elizabeth. B. 1978. *Perkembangan Anak jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth. B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Martsiswati, Ernie dan Suryono, Y. Nov 2014. "The Roles Of Parents and Educators in the Application of the Discipline Behavior of Early Aged Cildren". *Journal*. Vol 1, No 2, [http:// journal .uny.ac.id/index V 2.1](http://journal.uny.ac.id/index V 2.1). Pdf.
- Moenir. A. S. 2010. *Manajemen Pelayanan Umum di Indonesia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mulyasa. 2012. *Standar Kompetensi dan Sertifikasi Guru*. Bandung: PT. Rosda Karya.
- MSW, Whitham. Cyntia. 2003. *Mengatasi Rengkan & Perilaku Buruk Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Navis, Ali. A. 2013. *Menjadi Orangtua Idaman dengan Hypnparenting*. Yogyakarta: Katahati.
- Noer, Mohammad. 2012. *Spiritual Hypnparenting*. Yogyakarta: Genius Publisher.
- Novita, Wirna, 2012. "Pelaksanaan Penanaman Disiplin Pada Anak di Taman Kana-Kanak Adhiyaksa XXVI Padang". *Journal*. Vol 1, No 1, <http://ejournal.fip.unp.ac.id/index>.
- Pratomo, Dewi. Y. 2012. *Hypnparenting*. Jakarta: Nauora Books.
- Prianto, Rose Mini. A.Dra. 2003. *Perilaku Anak Usia Dini*. Jakarta: Familia.
- Priyatno, Duwi. 2009. *5 Jam Belajar Olah Data dengan SPSS 17*. Yogyakarta: ANDI Yogyakarta
- Rahman, Fauzi. 2011. *Islamic Parenting*. Jakarta: Erlangga.
- Rimm, DR. Sylvia. 2003. *Mendidik dan Menerapkan Disiplin Pada Anak Prasekolah*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Riwidikdo, H. 2006. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Rohayani, warsih. 2014. Strategi Mendidik Anak Usia Dini Menggunakan *Hypnparenting*. *Skripsi*. UIN Suan Kalijaga Yogyakarta: Diterbitkan.

- Santioso, Lucy. L. 2012. *5 Menit Menguasai Hypnoparenting*. Jakarta: Penebar Plus.
- Semiawan, Conny. R. 2009. *Penerapan Pembelajaran Pada Anak*. Jakarta: PT Ideks.
- Shochib, Dr. M. 2000. *Pola Asuh Orangtua dalam Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, Y. M dan Syamsiatin, E. 2003. *Perkembangan Perilaku Anak Usia Dini*. Jakarta: Pusdiana Press.
- Sjarkawi, M.Pd. Dr. 2008. *Pembentukan Kepribadian Anak*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Skalovo, Iriana V, dkk. 2008. *Kepribadia Anak*. Yogyakarta: AR – Ruzz Media.
- Setyono, Ariesasandi. 2006. *Hypnoparenting Menjadi Orang tua Efektif Dengan Hipnosis*. Jakarta: PT Sun.
- Tu'u, Tulus. 2004. *Peran Dsiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Grasindo.
- Thandy, Novita. 2011. *Buku Pintar Perilaku Anak*. Jakarta: Libri.
- Waterson, Tony. 2000. BMJ volume 320. Giving Guidance on Child Discipline (Physical Punishment Works No Better Than Other Methods and Has Adverse Effects. *Journal*. (Online), (www.bmj.com), diakses tanggal 12 April 2015 pukul 12.10 WIB).
- Yuliana, Ana. 2013. *Penerapan Hypnoparenting sebagai Salah Satu Metode Mendidik Anak*. (<http://imadiklus.googlecode.com/files/2.pdf>). Diunduh tanggal 2 juni 2015.
- Yusriana, Ajeng. 2012. *Kiat-kiat menjadi Guru PAUD yang disukai Anak-anak*. Yogyakarta: Diva Press.