

Edukasi Hypnoparenting Pada Tenaga Kesehatan Sebagai Penyerta Stimulasi Tumbuh Kembang Balita

Sa'adah Mujahidah^{1*}, Novita Sari², Dewi Mayangsari³, Fitria Hikmatul Ulya⁴ Rizqitha⁵

¹⁻⁴Faculty of Nursing and Health Sciences, Universitas Karya Husada Semarang, Indonesia.

⁵Institut Karya Mulia Bangsa

* Corresponding Author: saadah.mujahidah16@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Mayoritas kehidupan anak terjadi dalam lingkungan keluarga. Elemen keluarga sangat penting karena mencakup orang tua sebagai figur otoritatif yang bertanggung jawab atas perkembangan pribadi anak-anak mereka. Semua jenis otoritas dibebankan kepada anak-anak untuk membentuk kepribadian mereka berdasarkan keyakinan dan standar sosial dan agama. Semua perilaku anak tunduk pada pengawasan orang tua, dan orang tua mereka secara konsisten mengevaluasi perilaku setiap anak. Hypnoparenting dapat membantu dalam membimbing anak-anak untuk mencapai kesuksesan dan kesenangan sejati dalam hidup. **Tujuan:** Pengabdian masyarakat ini bertujuan agar para bidan dapat memberikan teknik hypnoparenting untuk meningkatkan praktik pengasuhan anak. **Metode:** Pendekatan pengabdian masyarakat ini melibatkan penawaran pelatihan hypnoparenting kepada para bidan untuk membantu para ibu dalam mengatasi tantangan pengasuhan anak melalui hipnosis dan hipnoterapi. **Hasil:** rata-rata nilai pre-test 60,54 dan rata-rata nilai post-test 89,90 dengan selisih nilai sebesar 29,36 poin. **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian masyarakat membantu tenaga kesehatan, terutama bidan, untuk memberikan terapi hypnoparenting guna mengoptimalkan tumbuh kembang balita.

KATA KUNCI: Balita; *Hypnoparenting*; Pola Asuh; Stimulasi ;Tumbuh Kembang

ABSTRACT

Introduction: Most of a child's life occurs within the family environment. The family element is essential as it includes parents as authoritative figures responsible for the personal development of their children. All kinds of authority are imposed on children to shape their personality based on social and religious beliefs and standards. All children's behavior is subject to parental supervision, and their parents consistently evaluate each child's behavior. Hypnoparenting can help guide children to achieve true success and pleasure in life. **Objectives:** This community service aims to enable midwives to provide hypnoparenting techniques to improve parenting practices. **Methods:** This community service approach involves offering hypnoparenting training to midwives to assist mothers in overcoming parenting challenges through hypnosis and hypnotherapy. **Results:** the mean pre-test score was 60.54, and the mean post-test score was 89.90, with a score difference of 29.36 points. **Conclusion:** Community service activities help health workers, especially midwives, to provide hypnoparenting therapy to optimize the growth and development of toddlers.

KEYWORD: Toddler; Hypnoparenting; Parenting; Stimulation; Growth and Development

Copyright © 2024 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0

INTRODUCTION

Pengasuhan anak adalah hubungan yang dimiliki orang tua dengan anak-anak mereka dalam hal mendidik mereka dan memberikan contoh positif bagi mereka selama masa pertumbuhan. Hal ini memungkinkan anak-anak untuk mengembangkan

keterampilan yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka saat ini (Fatmawati et al., 2021). Pengasuhan anak mencakup semua interaksi dan proses antara orang tua dan anak yang dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian anak. Keterlibatan orang tua dalam sebuah pelajaran akan membentuk karakter anak di masa depan (Rakhmawati, 2015). Orang tua memainkan peran penting dalam pengembangan karakter dan keberhasilan anak-anak. Kepribadian dibentuk oleh pengamatan, pengalaman pendengaran, dan sensasi emosional anak. Kenyataan yang tidak menguntungkan adalah bahwa semua rangsangan pendengaran dan visual yang ditemui oleh anak akan tersimpan dalam ingatan dan tidak dapat dihapus. Hal ini akan memengaruhi pertumbuhan anak, sehingga menghasilkan kepribadian yang stabil atau tidak stabil. (Faeni, 2016). Anak-anak sebagian besar tinggal di lingkungan keluarga sepanjang hidup mereka. Elemen keluarga sangat penting, karena mencakup orang tua yang berperan sebagai pemimpin berwibawa yang bertanggung jawab atas perkembangan pribadi anak-anak mereka. Semua jenis otoritas dibebankan kepada anak-anak untuk membentuk kepribadian mereka agar selaras dengan cita-cita dan standar agama masyarakat. Semua perilaku anak tunduk pada pengawasan orang tua, dan setiap perilaku anak secara konsisten dievaluasi oleh orang tua mereka (Setyono, 2009).

Ada beberapa kasus di mana orang tua merasa jengkel dengan ketidaktaatan anak mereka, atau menjadi frustrasi ketika mereka harus mengulangi hal yang sama tiga kali atau lebih sambil berteriak-teriak. Ketika anak-anak terlibat dalam perilaku seperti merengek, mengomel tanpa sebab, berbohong, dan bertengkar satu sama lain, energi orang tua akan terkuras. Tampaknya orang tua kehabisan energi untuk terus berteriak dan menakut-nakuti anak. Orang tua mungkin mempertimbangkan untuk menghukum anak-anak mereka, kemudian menghukum mereka sekali lagi, dan kemudian menghukum mereka lebih keras lagi sampai mereka merasa tidak lagi terpengaruh oleh perilaku tersebut. Namun, anehnya, anak tidak pernah terlihat berkecil hati dan tidak pernah memahami situasinya. Ketika harus berurusan dengan anak-anak mereka, orang tua benar-benar kehabisan energi dan alasan untuk melakukannya. Ketika orang tua mencoba mencari strategi untuk membuat anak mereka mematuhi apa yang mereka katakan, mereka bisa saja mengalami perasaan tegang. Ketidakkonsistenan orang tua sering kali menjadi penyebab kegagalan pendidikan pada anak. Ketika anak-anak mereka meminta mereka untuk membaca buku atau bermain game, orang tua cenderung menunda-nunda untuk melakukannya. Di sisi lain, mereka bersikeras agar anak-anak mereka melakukan tugas yang mereka minta secepat mungkin. Mengajari anak-anak untuk berperilaku dengan tepat membutuhkan tingkat keahlian tertentu. Bagi banyak orang tua, hal ini tidak terjadi. Ini bukan karena mereka tidak mampu merawat anak-anak mereka atau karena mereka tidak mencintai mereka. Perasaan "cinta" sering kali membuat banyak orang tua terjebak dalam praktik memberi secara berlebihan dan dalam keadaan yang tidak tepat (Rakhmawati, 2015; Silawati & Yanti, 2015; Sri et al., 2018; Sudarsana et al., 2019).

Hypnoparenting merupakan gabungan dari dua pengetahuan manusia yang akan menghasilkan mekanisme kerja pembentukan karakter dan kepribadian yang luar biasa pada setiap manusia. Hypnoparenting merupakan hasil dari perpaduan dua ilmu pengetahuan manusia tersebut. Dengan pengetahuan tentang bagaimana cara mendidik dan menjadi orang tua yang mampu memahami perkembangan anak agar dapat menjalani kehidupan yang baik, sukses, dan bahagia, hypnoparenting memanfaatkan konsep kerja hipnosis, yaitu komunikasi dengan otak (Rakhmawati, 2015; Safitri, 2021; Setyono, 2009; Silawati & Yanti, 2015; Sri et al., 2018; Sudarsana et al., 2019). Pengabdian masyarakat ini bertujuan agar para bidan dapat memberikan teknik hypnoparenting untuk meningkatkan praktik pengasuhan anak.

METHODS

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan di aula lantai 4 Universitas Karya Husada Semarang pada tanggal 14-16 September 2022. Tujuan kegiatan ini adalah agar bidan dapat memberikan teknik hypnoparenting untuk meningkatkan praktik pengasuhan anak dengan melakukan penilaian perbedaan pengetahuan bagi bidan sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi hypnoparenting bagi tenaga kesehatan sebagai pendamping stimulasi tumbuh kembang balita. Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang berjudul “Edukasi Hypnoparenting bagi Tenaga Kesehatan sebagai Pendamping Stimulasi Tumbuh Kembang Balita” diikuti oleh 83 orang bidan. Instrument yang digunakan adalah Standart operating procedure (SOP) Hipnoterapi, questioner pengetahuan Pengumpulan data dengan hasil observasi, questioner dan wawancara kepada para peserta kegiatan.

RESULTS AND DISCUSSION

Kegiatan pengabdian masyarakat “Edukasi Hypnoparenting bagi Tenaga Kesehatan sebagai Pendamping Stimulasi Tumbuh Kembang Balita” telah dilaksanakan sesuai dengan rencana, yaitu selama tiga hari. Hari pertama pelaksanaan akan berlangsung pada tanggal 14 September 2022, dan akan melibatkan pemberian materi hipnoterapi dasar dan hypnoparenting melalui internet. Merupakan tanggung jawab panitia fasilitator untuk memastikan bahwa fasilitas yang diperlukan untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat dipersiapkan sesuai dengan peran dan kewajiban masing-masing. Dari 83 orang yang hadir, hari pertama berjalan dengan lancar.



Gambar 1. Penyampaian teori secara online pada hari ke-1

Pada tanggal 15 September 2022, pelaksanaan hari kedua berlangsung secara offline di lokasi Universitas Karya Husada Semarang yang bertempat di Aula Gedung A lantai 4. Kegiatan yang berlangsung di hari kedua ini antara lain narasumber mempraktekkan hypnoparenting sesuai dengan materi yang telah disampaikan sebelumnya sebagai bagian dari kurikulum.



Gambar 2. Sesi praktik

Dalam sesi praktik peserta difasilitasi oleh 5 orang fasilitator dalam mempraktekkan teori yang telah didapatkan pada hari ke-1. Peserta juga akan dibimbing dalam menuliskan sugesti hypnoparenting yang akan diberikan kepada suyek. Peserta diminta untuk melakukan praktik dengan berpasang-pasangan dengan memerankan sebagai subyek serta terapis.

Selanjutnya kegiatan hari ketiga yang berlangsung pada tanggal 16 September 2022, di lokasi yang sama dengan hari kedua, seluruh peserta diuji, dievaluasi dengan cara peserta membuat naskah hypnoparenting, dan kemudian dipraktekkan bersama teman atau pasangan sesuai dengan naskah yang telah dibuat oleh peserta. Proses

evaluasi dan penilaian berjalan dengan lancar dan sukses. Pada hari ke-3 peserta dibagi menjadi 5 kelompok kecil. Setiap kelompok mendapatkan 1 fasilitator yang membimbing peserta untuk dapat mempraktekkan secara mandiri pemberian sugesti pada subyek. Selain itu pada hari ke-3 juga dilakukan pengumpulan data post-test untuk menilai apakah ada perubahan pengetahuan dari peserta dalam melakukan Hypnoparenting.



Gambar 3 sesi evaluasi dan post test

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Nilai Pre-test dan Post-test.

Hasil Statistik	Nilai Pre-test	Nilai Post-test
Rata-rata	60,54	89,90
Minimal	20	40
Maksimal	100	100
Jumlah Responden	83 responden	83 responden

Berdasarkan tabel 1 rata-rata nilai pre-test 60,54 dan rata-rata nilai post-test 89,90 dengan selisih nilai sebesar 29,36 poin. Peningkatan jumlah pengetahuan dimungkinkan sebagai hasil dari tingkat penerimaan yang tinggi yang ditunjukkan oleh responden terhadap pelatihan yang diberikan. Perubahan pengetahuan merupakan konsekuensi dari proses kepekaan indera yang terjadi melalui panca indera yang dimiliki

manusia yang diawali dari kondisi tidak tahu menjadi tahu terhadap informasi atau pesan. (Munafiah et al., 2023).

Tujuan dari program pengabdian kepada masyarakat berjudul Edukasi Hypnoparenting bagi Tenaga Kesehatan sebagai Pendamping Stimulasi Tumbuh Kembang Balita ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para bidan, khususnya yang berkaitan dengan stimulasi tumbuh kembang balita. Dapat dikatakan bahwa sebagian besar pelatihan yang telah dilakukan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan peserta. Karena proses memperoleh pengetahuan menjadi tidak terlalu sulit seiring dengan meningkatnya pencapaian pendidikan seseorang, maka terdapat korelasi yang jelas antara pendidikan dan perolehan pengetahuan yang baik. Semakin banyak pendidikan dan pengalaman yang dimiliki seseorang, maka semakin baik pula pengetahuannya. Semakin besar tingkat keahliannya. Orang mungkin akan termotivasi untuk berpartisipasi dan meningkatkan kesehatan mereka melalui pendidikan. Sebaliknya, ketiadaan pendidikan akan mempersulit seseorang untuk mengembangkan perspektif yang konstruktif terhadap kesehatan. (Munafiah et al., 2023; Primi Astuti et al., 2019; Rakhmawati, 2015)

Tenaga kesehatan yang mengikuti kursus ini mampu menulis naskah dan mempraktekkan teknik relaksasi yang berkaitan dengan hypnoparenting. Sebagai hasil dari teknik relaksasi yang dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari, diharapkan akan ada peningkatan pengasuhan balita, dan orang tua dapat lebih memahami dan mengarahkan anak-anak mereka untuk tumbuh dan berkembang secara sehat sekaligus menjaga kesehatan mental mereka. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, para peserta mengikuti kegiatan ini dengan antusias. Semakin banyak peserta yang menunjukkan peningkatan kapasitas dalam menggunakan hypnoparenting dalam proses pengasuhan balita. Para peserta mendapatkan kesempatan untuk melakukan teknik relaksasi dan membuat skrip Hypnoparenting, yang keduanya dirancang untuk mendekatkan hubungan orang tua dan anak.

Kewajiban orang tua untuk membesarkan anak-anak yang berkualitas dan berkarakter. Oleh karena itu, adalah tugas orang tua untuk mengasuh, membesarkan, merawat, mendukung, dan mendidik anak-anak mereka dengan penuh tanggung jawab dan kasih sayang. Orang tua memainkan peran penting dalam perkembangan kepribadian anak-anak mereka dan dalam kesuksesan mereka secara keseluruhan. Apa yang dilihat, didengar, dan dirasakan oleh seorang anak akan berkontribusi pada pembentukan kepribadian mereka. Kabar buruknya, otak anak akan dapat mengingat semua yang mereka lihat dan dengar, dan tidak mungkin mereka melupakannya. Akibatnya, kepribadian anak akan menjadi tidak stabil atau stabil, tergantung bagaimana hal ini mempengaruhi pertumbuhan anak. Anak-anak akan dapat dikendalikan dan diarahkan melalui proses hypnoparenting, yang akan membantu mereka memilih jalan menuju kesuksesan dan kebahagiaan sejati dalam hidup. Hypnoparenting merupakan perpaduan dua ilmu pengetahuan manusia yang akan menghasilkan mekanisme kerja pada pembentukan karakter dan kepribadian yang luar biasa pada setiap manusia. Hypnoparenting adalah hasil dari kombinasi dua informasi manusia tersebut. Dengan pengetahuan tentang bagaimana cara mendidik dan menjadi orang tua yang mampu memahami perkembangan anak agar dapat menjalani kehidupan yang baik, sukses, dan bahagia, hypnoparenting memanfaatkan konsep kerja hipnosis, yaitu komunikasi dengan otak. Untuk mencapai tujuan mempersiapkan anak menghadapi masa depan yang cerah, hypnoparenting akan digunakan dengan cara yang sangat efisien. (A, 2018; Faeni, 2016; Fatmawati et al., 2021; Kusparlina & Warsito, 2022; Primi Astuti et al., 2019).

Untuk mencapai tujuan mempersiapkan anak-anak untuk masa depan yang cerah, hypnoparenting akan digunakan dengan cara yang sangat efisien. Ketika

dikombinasikan dengan praktik pengasuhan anak, hipnosis, yang merupakan sarana untuk membawa seseorang ke dalam kondisi dengan tingkat kesadaran yang luar biasa, akan memberikan alat yang dapat digunakan untuk melatih otak untuk melakukan apa pun yang ingin kita capai dalam hidup kita. (Rakhmawati, 2015; Safitri, 2021; Setyono, 2009; Silawati & Yanti, 2015; Sri et al., 2018; Sudarsana et al., 2019).

CONCLUSIONS

Terapi hypnoparenting merupakan salah satu strategi relaksasi yang dapat membantu mewujudkan pola asuh yang lebih baik antara orang tua dan anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memperkuat kemampuan tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam melakukan terapi hypnoparenting. Hal ini dilakukan untuk memastikan tumbuh kembang balita dapat berjalan dengan sebaik-baiknya.

Conflict of Interest Statement

Tidak ada

Funding Source

Tidak ada

Author Acknowledgement

Kami ingin mengucapkan terima kasih kepada bidan sebagai peserta kegiatan pengabdian masyarakat atas kesediaan mereka untuk berpartisipasi.

REFERENCES

- A. (2018). *Optimalisasi Pola Asuh Anak Dengan Hypnoparenting Di Wonokromo Surabaya*. 1–5.
- Faeni, D. P. (2016). *Hypnoparenting*. Noura Books.
- Fatmawati, E., Ismaya, E. A., & Setiawan, D. (2021). Pola Asuh Orang Tua Dalam Memotivasi Belajar Anak Pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(1), 104–110.
- Kusparlina, E. P., & Warsito, E. (2022). Penyimpangan Tumbuh Kembang pada Anak dari Orang Tua yang Bekerja. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 13(3), 777–781.
- Munafiah, D., Mayangsari, D., Maftuchah, M., Rahayu, H., & Suhud, H. (2023). Pemberdayaan Bidan Melalui Aplikasi E-Profbid Dalam Upaya Peningkatan Skill Stase Persalinan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 5(1), 67. <https://doi.org/10.32807/jpms.v5i1.1402>
- Primi Astuti, F., Sofiyanti, I., Setyowati, H., Studi IV Kebidanan, P. D., Ilmu Kesehatan, F., Ngudi Waluyo, U., & Studi III Kebidanan, P. D. (2019). Penerapan Hypnoparenting Untuk Mengatasi Permasalahan Pada Anak Usia Dini Implementation Of Hypnoparenting To Solve The Problem In Early Childhood. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 1(2), 15–23. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JPMK/article/view/4915>
- Rakhmawati, I. (2015). Peran keluarga dalam pengasuhan anak. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6(1), 1–18.
- Safitri, W. (2021). Education of Hypno-parenting Method on Successfulness of Toilet Learning of Toddlers. *Gaster*, 19(1), 83–94.
- Setyono, A. (2009). *Hypnoparenting: Menjadi Orang Tua Efektif dengan Hipnosis*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Silawati, & Yanti, A. (2015). Pemanfaatan Hypnoparenting Dalam Merubah Kebiasaan Enursis Pada Anak. *Jurnal Risalah*, 26(Juni), 77–85.

- Sri, S. N., Rizka, M. A., & Maskun, M. (2018). Pengaruh Pelatihan Hypnoparenting Terhadap Peningkatan Pemahaman Orang Tua dalam Mendidik Anak Usia Dini di Desa Aikmual Kabupaten Lombok Tengah Tahun 2016. *Transformasi: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan Non Formal Informal*, 3(1).
- Sudarsana, I. K., Jayanti, I. D. A. P. D., Puspa, I. A. T., & Sugata, P. I. M. (2019). The utilization of gadgets in instilling character of children using hypno parenting. *Journal of Physics: Conference Series*, 1175(1), 12163.