

## BAB II

### KERANGKA TEORI

#### A. Tinjauan Pustaka

Dalam penelitian ini penulis melihat data-data yang memiliki kesamaan dalam penelitian pada penelitian orang-orang sebelumnya yang dipaparkan sebagai berikut:

Penelitian pertama yang dilakukan Ani Maghfiroh dengan judul “*implementasi hypnoparenting dalam pembentukan kedisiplinan anak di taman kanak-kanak pangulir budi 1 Karangkulon. Kecamatan Wonosalam Demak*”. Penelitian ini membahas tentang implementasi *hypnoparenting* dalam pembentukan kedisiplinan pada anak dengan menggunakan metode kualitatif dan pendekatan studi kasus<sup>1</sup>. Penelitian yang dilakukan Ani Maghfiroh ini hampir sama dengan penelitian yang saya lakukan semuanya sama-sama membahas tentang *hypnoparenting* dan disiplin, hanya saja ada sedikit perbedaan pada tempat penelitian dan pembahasannya. Penelitian saya membahas *islamic hypnoperenting*, sedangkan penelitian Ani Maghfiroh hanya membahas *hypnoparenting* saja.

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Warsih Rohayani yang berjudul “*strategi mendidik anak usia dini menggunakan hypnoparenting*”. Penelitian ini membahas tentang strategi mendidik anak usia dini menggunakan *hypnoparenting* dengan menggunakan metode kualitatif dan pendekatan studi kasus<sup>2</sup>. Memiliki perbedaan dengan penelitian saya. Penelitian Warsih Rohayani yang menjelaskan dalam penelitiannya tentang strategi guru dalam mendidik anak usia dini dengan menggunakan metode *hypnoparenting*. Sedangkan penelitian saya menjelaskan tentang bagaimana melatih disiplin

---

8. Ani Maghfiroh, *Implementasi Hypnoparenting Dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak* (skripsi- negeri semarang 2015)

9. Warsih Rohayani, *Strategi Mendidik Anak Usia Dini Dengan Menggunakan Hypnoparenting* (universitas-islam negeri sunan Kalijaga Yogyakarta 2014)

pada anak menggunakan *islamic hypnoparenting*. Penelitian saya dan Warsih Rohayani menggunakan metode yang sama, sama-sama menggunakan metode kualitatif.

Dan penelitian ketiga yang dilakukan oleh Daluti Delimanugari yang berjudul “*Pendidikan karakter anak dalam pendidikan islam dengan menggunakan hypnoparenting*”. Dalam skripsi Daluta Delimanugari menjelaskan bahwa menerapkan *hypnoparenting* dalam mendidik anak dapat dilakukan dengan cara membangun kedekatan dengan anak melalui komunikasi terlebih dahulu sebelum memberikan sugesti, terutama yang dapat memberikan efek positif. Dengan metode *hypnoparenting* ini orang tua dapat menanamkan nilai-nilai karakter seperti mandiri, cinta damai, religius, disiplin, jujur, kreatif, peduli sosial, peduli lingkungan, kerja keras, demokrasi, rasa ingin tau, dan bersahabat<sup>3</sup>. Penelitian yang dilakukan oleh Daluti Delimanugari membahas tentang tantangan pendidikan karakter anak dalam pendidikan Islami dengan menggunakan *hypnoparenting*. Sedangkan penelitian saya membahas penerapan *islamic hypnoparenting* untuk melatih disiplin pada anak. Ada sedikit perbedaan dengan penelitian Daluti Delimanugari. Penelitian saya menjelaskan kepada orang tua bagaimana cara melatih kedisiplinan pada anak dengan menggunakan metode *islamic hypnoparenting*, sedangkan penelitian Daluti Delimanugari menjelaskan bagaimana seorang guru mendidik karakter anak dalam pendidikan islam dengan menggunakan *hypnoparenting*.

## **B. Kerangka Teori**

Di dalam kerangka teori peneliti berusaha menjelaskan secara detail tentang teori-teori yang akan digunakan untuk membahas masalah penelitian.

---

10. Daluti Demanugari, *Pendidikan Karakter Anak Dalam Pendidikan Islam Dengan Menggunakan Hypnoparenting* (skripsi, jurnal pendidikan agama islam fakultas ilmu tarbiyah dan keguruan universitas islam negeri sunan Kalijaga Yogyakarta, 2012)

## 1. Disiplin

### a. Pengeritan disiplin

Kata disiplin merupakan kata serapan dari bahasa asing, "dicipline" (inggris), "disciplin" (belanda) yang artinya belajar. Menurut Singgih Gunarso mengatakan bahwa disiplin adalah suatu proses dari latihan atau belajar yang bersangkutan paut dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. pengertian lain dikatakan Rachman mengartikan disiplin seatu upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hati<sup>4</sup>. Dan menurut Yoyon Suryono mengartikan disiplin adalah ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib yang telah disepakati untuk bisa mengatur diri dalam mengendalikan emosi serta dapat bersikap sesuai dengan norma dan adab yang berlaku<sup>5</sup>.

Kata disiplin dalam kamus bahasa Indonesia diartikan latihan batin dan watak dengan maksud supaya segala perbuatannya selalu mentaati tata tertib. Keinginan untuk menegakkan disiplin adalah sejalan dengan fitrah manusia<sup>6</sup>.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa disiplin merupakan kesadaran diri untuk mentaati nilai, norma dan aturan-aturan yang telah ditetapkan oleh lingkungan, sehingga tercipta suatu ketertiban.

---

11. Rahman Maman, *Menajemen Kelas*, ed. Proyek Pendidikan Guru SD (Jakarta: Depatemen pendidikan nasional, 1999), hal 168

12. Yoyon Suryono, "Peran Orang Tua Dan Pendidikan Dalam Menerapkan Perilaku Disiplin Terhadap Anak Usia Dini," *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat* 1, no.2 (2014), hal 188

13. Abuddin Nata, *Tafsir ayat-ayat Pendidikan*, (Jakarta: Rajaw Pars,2014), hal 248

b. Ciri-ciri disiplin

Menurut dokter anak Edwaard Gaydos ada lima ciri-ciri disiplin adalah sebagai berikut:

1. Bangun dan tidur tepat waktu
2. Meletakkan mainan kepada pada tempatnya
3. Mengerjakan tugas sekolah (PR)
4. Merapikan tempat tidur selesai bangun tidur
5. Makan dengan teratur dan tepat waktu<sup>7</sup>.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin pada anak

Menurut Sri Shofiyati, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi disiplin pada anak, yaitu:

1. Faktor pendidikan

Usaha sadar serta sistematis yang berlangsung seumur hidup pada rangka mengalihkan pengetahuan kepada seseorang terhadap orang lain.

2. Faktor genetik

Segala sesuatu dibawa pada setiap individu lahir dan terdapat pula keturunan/ warisan dari orang tua

3. Faktor lingkungan

Lingkungan merupakan peran yang begitu mempengaruhi terhadap kedisiplinan setiap orang<sup>8</sup>.

Pembentukan disiplin pada anak, khususnya yang dilakukan dalam keluarga ditentukan oleh sejumlah faktor. Menurut Dodson, fakto-faktor tersebut memiliki lima faktor dalam pembentukan disiplin anak yaitu:

---

14. <https://icando.co.id/artikel/>(di akses tanggal 2 oktober 2021).

15. Sri Shofiyati , *hidup Tertib*, (Jakarta: 2016), hal. 23

1. Latar belakang dan kultur kehidupan keluarga

Sejak kecil orang tua terbiasa hidup dalam lingkungan yang keras, pemabuk, tidak memiliki disiplin dan tidak menghargai orang lain serta bertingkah semaunya. Maka dari itu kebiasaan tersebut akan terbawa ketika orang tua tersebut membimbing kedisiplinan pada anaknya.

2. Perilaku dan pendidikan yang diberikan oleh orang tua

Perilaku dan pendidikan yang diberikan oleh orang tua sangat berpengaruh bagi perkembangan anak di masa depa.

3. Pengaruh dari pendidikan ruang lingkup orang tua dan juga ekonomi dalam keluarga

Orang tua yang memiliki latar belakan berpendidikan akan berbeda cara memdidik anak dengan orang tua yang memiliki latar belakang tidak berpendidikan. Karena, orang tua yang berpendidikan mengetahui cara yang terbaik untuk mendidik anak agar bisa diterima dalam bersikap oleh masyarakat. Segi ekonomi juga mempengaruhi dalam kedisiplinan anak, orang tua terkadang ketika ekonomi dalam keadaan turun akan membuat didikan yang membuat anak tertekan.

4. Keluarga yang lengkap dan keselarasan di dalam keluarga

Dalam kehidupan suatu keluarga yang tidak lengkap dan tidak selaras didalam lingkungan keluarga. Itu berpengaruh kepada pembentukan perilaku disiplin anak, semua bisa terjadi salahsatunya karena adanya perceraian dalam kedua orang tua yang mengakibatkan anak tidak bisa konsisten dalam disiplin terlalu banyak kekhawatiran yang akan didapat oleh anak ketika ia melakukan sesuatu. Keselarasan keluarga juga berpengaruh dalam pengembangan disiplin anak, para orang tua akan mengambil sikap yang baik dalam mendidik.

## 5. Perilaku parental yang mempengaruhi disiplin pada anak

Sikap orang tua dalam mendidik dan juga membina anak itu bagian dari tipe perilaku parental. Menurut Sikun Pribadi menyatakan bahwa sikap yang dapat mempengaruhi dalam membentuk perilaku anak dirumah ialah sikap parental ini, dimana sikap tersebut menjadi penghambat seperti keras dalam mendidik, tidak terlalu peduli dengan orang lain, anak yang selalu dimanjakan, juga selalu merasakan kekhawatiran yang berlebihan kepada anak<sup>9</sup>.

### d. Tujuan Disiplin

Menurut Sobur yang dikutip oleh Schohib, bahwa tujuan pemberian disiplin adalah agar anak bisa bertingkah laku sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungannya. Menurut Shochib, tujuan disiplin diri adalah mengupayakan pengembangan minat anak dan mengembangkan anak menjadi manusia yang baik, yang akan menjadi sahabat, tetangga dan warga negara yang baik<sup>10</sup>.

Dari kedua batasan tentang tujuan disiplin di atas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan disiplin adalah mengajarkan kepada individu (anak) untuk dapat berperilaku sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungannya (keluarga) sehingga menjadi manusia dan warga negara yang baik.

Gunarsa dan Ny. Gunarsa menjelaskan bahwa disiplin diperlukan dalam mendidik anak supaya dengan mendidik anak dapat<sup>11</sup>:

1. Meresapkan pengetahuan dan pengertian sosial antara lain mengenai hak milik orang lain.

---

16. Wantah, *Pengembangan Disiplin Dan Pembentukan moral pada anak usia dini*, (Bandung: 2018) hal. 180-184

17. Moh Shochib, op, cit, hal 3

18. Gurnasih dan Gunarsa, *Mendisiplin Anak Dengan Kasih Sayang*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010), hal, 37

2. Mengerti tingkah laku yang baik dan yang buruk.
  3. Belajar mengendalikan keinginan dan berbuat sesuatu tanpa merasa terancam oleh hukum.
  4. Mengorbankan kesenangan sendiri tanpa peringatan dari orang lain<sup>12</sup>.
- e. Unsur-Unsur Disiplin

Hurlock menyebutkan empat unsur pokok yang digunakan untuk mendidik anak agar berperilaku dengan standar dari norma kelompok sosial mereka yaitu<sup>13</sup>:

1. Peraturan

Peraturan adalah pola yang diterapkan untuk tingkah laku oleh orang tua, guru atau teman bermain. Peraturan mempunyai tujuan untuk membekali anak dengan pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu. Peraturan berfungsi untuk memperkenalkan pada anak bagaimana harus berperilaku sesuai dengan perilaku yang disetujui oleh anggota kelompok mereka dan membantu anak mengekang perilaku yang tidak diinginkan anggota kelompok tersebut.

2. Hukum

Hukum berarti menjatuhkan hukuman pada seseorang karena suatu kesalahan, perlawanan atau pelanggaran sebagai ganjaran atau pembalasan. Hukuman digunakan supaya anak tidak mengulangi perbuatan yang salah dan tidak diterima oleh lingkungannya. Dengan adanya hukuman tentunya anak dapat berpikir manakah tindakan yang benar dan manakah yang salah sehingga anak akan menghindari perbuatan yang menimbulkan hukuman.

---

19. Ibid, hal. 37

20. Hurlock, psikologi perkembangan: *Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang kehidupan*. (Jakarta: Erlangga, 2007), hal. 83-84

### 3. Konsistensi

Konsistensi berarti tingkat keseragaman atau stabilitas, yaitu suatu kecenderungan menuju kesamaan. Konsistensi harus ada dalam peraturan, hukuman dan penghargaan. Disiplinan yang konsisten akan memungkinkan individu (anak) menghadapi perubahan kebutuhan perkembangan dalam waktu yang bersamaan. Penyebab dari disiplin yang tidak konsisten adalah adanya perbedaan pendapat antara ayah dan ibu atau orang tua yang tidak diselesaikan sehingga anak menjadi tidak mengerti mana yang harus ditaati. Anak-anak memerlukan suatu gambaran yang jelas dengan segala batasan tentang perbuatan yang diijinkan dan yang dilarang.

### 4. Penghargaan

Penghargaan berarti setiap bentuk penghargaan untuk suatu hasil yang baik. Tidak perlu bentuk materi tetapi dapat berupa pujian. Senyuman atau tepukan dipunggung. Penghargaan berfungsi supaya anak mengetahui bahwa tindakan yang dilakukannya disetujui oleh lingkungannya. Dengan demikian anak-anak mengulangi perbuatan tersebut sehingga mereka termotivasi untuk belajar berperilaku sesuai norma atau aturan yang berlaku.

#### f. Bentuk kedisiplinan pada anak

Kedisiplinan pada anak merupakan aspek utama dan esensi pendidikan dalam keluarga didambakan oleh orang tua. Upaya orang tua sebagai pendidik sekaligus pemimpin akan tercapai bila anak telah mampu mengontrol perilakunya sendiri dengan acuan nilai-nilai moral, tata tertib, adat, kebudayaan dan sebagainya.



Kedisiplinan anak jelas akan mempengaruhi perilakunya dilingkungan apapun termasuk didalamnya adalah lingkungan keluarga (rumah), lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Kedisiplinan anak mencakup:

1. Kedisiplinan di rumah seperti ketaqwaan terhadap Allah SWT, melakukan kegiatan secara teratur, melakukan tugas-tugas pekerjaan rumah tangga (membantu orang tua). Menyiapkan dan membenahi keperluan belajarnya, memenuhi tata tertib yang berlaku di rumah dan sebagainya.
2. Disiplin waktu, banyak orang mengeluh susah sekali manajemen waktu, padahal sebenarnya hanya satu poin yang perlu mereka perhatikan yaitu disiplin waktu. Oleh karena itu orang tua harus mengajarkan kedisiplinan kepada anak-anaknya. Orang tua juga harus memberikan teladan jika ingin anaknya memiliki sikap disiplin.
3. Disiplin berperilaku santun. Orang tua memang telah mendidik, membiasakan, mendisiplinkan dan yang paling terpenting memberikan contoh perilaku nyata untuk bersikap ramah dan santun bertegur sapa pada orang lain sejak dia kecil. Kita perlu hati-hati dalam memberikan label kurang ramah pada diri anak-anak. Pengertian kurang ramah bisa diartikan sebagai sikap diam, tidak mau menyapa, enggan beramah tamah dan tidak mau berbaur<sup>14</sup>.

Uraian tersebut memberikan suatu kejelasan bahwa kedisiplinan itu memang merupakan hal yang sangat penting dalam rangka pembinaan dan penyiapan anak untuk kehidupannya dimasa yang akan datang atau demi masa depan anak.

#### g. Terbentuknya Disiplin Dalam Diri Anak

Menurut Soegeng Priyo Darminto, bahwa secara garis besar terbentuknya disiplin pada diri anak dapat dituliskan sebagai berikut:

1. Disiplin tidak terjadi dengan sendirinya, melainkan harus ditumbuhkan, dikembangkan dan diterapkan dalam semua aspek.
2. Disiplin itu lahir, tumbuh dan berkembang dari sikap seseorang di dalam sistem nilai budaya yang telah ada di dalam masyarakat.
3. Disiplin yang mantap pada hakikatnya akan tumbuh dan terpancar dari hasil kesadaran manusia. Disiplin yang tidak bersumber dari hati nurani manusia akan menghasilkan disiplin yang lemah dan tidak bertahan lama atau akan lekas pudar<sup>15</sup>.

#### h. Disiplin Menurut Islam

Disiplin telah menjadi satu ilmu yang diajarkan dalam ajaran agama Islam. Disiplin sangat diperlukan dalam kehidupan sehari-hari, apalagi sikap tersebut sangat berpengaruh pada kesuksesan kita di masa depan. Disiplin biasanya dikaitkan dengan pemenuhan aturan dan pemanfaatan waktu. Islam adalah agama yang mengajarkan kelembutan sekaligus kedisiplinan. Sebagai contoh, waktu shalat fardhu yang mempunyai batasan awal dan akhir sehingga setiap muslim harus shalat dengan waktu yang telah ditentukan, jika tidak maka shalatnya dianggap tidak sah.

Dalam Islam terdapat ayat Al-Qur'an yang memerintahkan disiplin dalam arti ketaatan pada aturan yang telah ditetapkan, antara lain surat Hud ayat 112:

---

22. Soegeng Priyo Darminto, *Disiplin Kiat Menuju Sukses*, (Jakarta: Pradiya Paramita, 2004), hal. 25

فَاسْتَقِمْ كَمَا أُمِرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Artinya: "maka tetaplah kamu pada jalan yang benar, sebagaimana diperintahkan kepadamu dan (juga) orang yang telah taubat beserta kamu dan janganlah kamu melampaui batas, sesungguhnya dia maha melihat apa yang kamu kerjakan" (Q.S Hud:112).<sup>16</sup>

Arti ayat di atas menunjukkan bahwa, disiplin bukan hanya tepat waktu saja, tetapi juga patuh pada peraturan-peraturan yang ada. Melaksanakan yang diperintahkan dan meninggalkan segala yang dilarangnya.

## 2. *Islamic Hypnoparenting*

### a. *Islamic hypnoparenting*

*Islamic hypnoparenting* merupakan tehnik *hypnotherapy* (terapi dengan hipnosis) yang secara khusus diterapkan oleh orang tua dalam mengasuh anak dengan nilai-nilai islami. Secara garis besar, tehnik ini bermanfaat meningkatkan kualitas komunikasi dan kecerdasan spiritual orang tua dan anak. bekerja langsung pada alam bawah sadar anak, membuat orang tua dapat menerapkan pola asuh tanpa paksaan<sup>17</sup>.

### b. *Hypnoparenting*

*Hypnoparenting* berasal dari dua suku kata atau istilah yaitu *hypnosis* dan *parenting*. Penjelasan yang dimaksud dengan *hypnosis* dan *parenting* sebagai berikut:

#### 1. *Hypnosis*

*Hypnosis* merupakan metode yang sangat luas penggunaan dan aplikasinya di dalam kehidupan sehari-hari.

Tidak hanya diterapkan sebagai terapi penyembuhan penyakit

---

23. Lajnah Pentashih Muahaf *Al-Quran dan Terjemahan* (Ponogoro Bandung: 2004), hal.234

24. Heni Puspitarini, *Hypnoparenting Islami, Mendidik Anak Berbasis AL-Qur'an* (Caesar Media pustaka, klaten: 2015), hal. 82

fisik dan mental, metode ini juga digunakan dalam bidang hukum, kriminalitas, hiburan, bahkan dalam bidang manajemen dan pemasaran sekalipun. Ini sangatlah tidak mengherankan karena *hipnosis* sesungguhnya telah berkembang sejak 2.600 tahun sebelum masehi. Akan tetapi *hipnosis* atau dalam praktiknya lebih dikenal dengan istilah hipnoterapi, tetap saja masih terdengar awam di tengah masyarakat. Bahkan muncul apriori atau stigma negatif yang menyesatkan karena penggunaan *hipnosis* yang tidak pada tempatnya atau persepsi yang salah akan kegunaannya<sup>18</sup>.

Sedangkan menurut Milton H. Erickson sebagaimana dikutip Muhammad Noer. *Hipnosis* adalah suatu metode komunikasi yang persuasif dan sugesti kepada seseorang sehingga dia menjadi kreatif dan kemudian menggunakan sugesti-sugesti tersebut.

Menurut kamus ilmiah populer oleh tim *hipnosis* adalah suatu kondisi yang dialami oleh seseorang yang menyerupai tidur, yang ditimbulkan oleh orang lain dengan menggunakan cara-cara sugesti mental. Senada dengan penjelasan tersebut, Ali Akbar Navis mengungkapkan bahwa hipnosis adalah suatu kondisi kesadaran pada saat seseorang dapat menerima saran (sugesti) dengan mudah. Dalam arti lain, *hipnosis* adalah suatu keadaan ketika penyaringan pikiran kita sedang melemah sehingga dapat ditembus dengan mudah. Oleh karena itu, pada kondisi *hipnosis* sangat mungkin bagi seorang terapis memodifikasi pikiran bawah sadar seseorang dengan *sugesti-sugesti* positif.

---

25. Dewi Yoga Pratomo, *Hypnoparenting* (Jakarta: selatan 2012), hal. 6

Adapun manfaat yang diperoleh dari hasil proses *hipnosis*. Salah satu manfaat *hipnosis*, menurut Dewi Yoga Pratomo adalah Seseorang dapat berkomunikasi dan menasihati seseorang dengan menggunakan sugesti ke dalam bawah sadar manusia. Caranya adalah dengan mengiring orang tersebut agar mampu masuk ke gelombang theta (kondisi rileks) sehingga dia merasa tenang dan nyaman, lalu mengantuk. Kemudian dia menuju ke gelombang theta (kondisi rileks yang dalam) dan pada akhirnya disugesti positif. Saat itu RAS ( Rectingular Activiting Sytem) terbuka dan mampu menyerap sugesti saat seseorang dalam kondisi tersadar, sebetulnya ia ada dalam gelombang betha (sadar penuh). Saat itu, kelemahan utamanya adalah memiliki resistensi yang tinggi sehingga sulit untuk menerima nasihat, apalagi sugesti.

Keadaan seseorang dikatakan dalam kondisi terhipnosis manakala gelombang pikiran berada pada level alpha therta. Informasi demikian mudah dicerna. Pengalaman dan pengetahuan yang diterima pikiran langsung bersarang di alam pikiran bawah sadar. Pikiran dan perasaan menjadi tenang dan nyaman badan terasa rileks, santai, dan enjoy. Fokus pandang terpusat pada satu titik. Jadi, proses hipnosis merupakan suatu proses memasukkan sugesti ke dalam pikiran ketika kondisi relaks. Cara ini lebih efektif dibandingkan memberikan masukan atau sugesti kepada seseorang dalam keadaan sadar penuh<sup>19</sup>.

## 2. *Parenting*

*Parent* dalam *parenting* memiliki definisi yaitu ibu, ayah, seseorang yang akan membimbing dalam kehidupan

---

26. Ali Akbar Navis, *Menjadi Orang Tua Idaman Dengan Menggunakan Hypnoparenting* (Yogyakarta, 2013), hal. 133

baru, seorang penjaga, maupun seorang pelindung. *Parent* adalah seseorang yang mendampingi dan membimbing semua tahapan pertumbuhan anak, yang merawat, melindungi, mengarahkan kehidupan baru anak dalam setiap tahapan perkembangannya<sup>20</sup>.

Sejalan dengan Okvina, Arismantoro memberikan pengertian *parenting* sebagai segala sesuatu yang berurusan dengan tugas-tugas orang tua dalam mendidik dan membesarkan anak. Tugas mendidik anak, penuh tantangan dan harus dilakukan dengan kehendak hati yang tulus.

Sementara itu, menurut Jerome Kagan seorang psikolog perkembangan dalam artikel Okvin mendefinisikan pengasuhan (*parenting*) sebagai serangkaian keputusan tentang sosialitas pada anak, yang mencakup apa yang harus dilakukan oleh orang tua agar anak mampu bertanggung jawab dan memberikan kontribusi sebagai anggota masyarakat termasuk juga apa yang harus dilakukan orang tua atau pengasuh ketika anak menangis, marah, berbohong, dan tidak melakukan kewajibannya dengan baik. Barns (1997) menyebutkan bahwa pengasuhan merupakan sebuah proses interaksi yang berlangsung terus-menerus dan mempengaruhi bukan hanya bagi anak juga bagi orang tua. Senada dengan Berns, Brooks dikutip dari artikel Okvina (2009) mendefinisikan pengasuhan sebagai sebuah proses yang merujuk pada serangkaian aksi dan interaksi yang dilakukan orang tua untuk mendukung perkembangan anak. Proses pengasuhan merupakan proses

---

27. Okvina Konsep Pengasuhan Parenting, <http://Okvina.Wordprwss.com/2009/02/18/Konsep-pengasuhan-parenting/>. diakses pada januari 2021

interaksi antara orang tua dan anak yang dipengaruhi oleh budaya dan kelembagaan sosial dimana anak dibesarkan<sup>21</sup>.

Dari beberapa penjelasan di atas tentang *parenting*, dapat diambil kesimpulan bahwasanya yang dimaksud *parenting* adalah tugas orang tua dalam mengasuh dan mendidik anak sesuai dengan karakter anak agar tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang kreatif.

c. *Hypnparenting*

Dari pengertian *hypnosis* dan *parenting* di atas. Bahwa jika digabung menjadi *hypnparenting* menurut Ariesandi Setyono adalah “suatu ilmu yang menggabungkan pengetahuan tentang mendidik dan membesarkan anak dengan pengetahuan *hypnosis* “menurut Arismantoro mendidik kemandirian anak dengan menggunakan *hypnparenting* adalah sebagai berikut: suatu usaha yang dilakukan orang tua dengan membuat sistematis dengan segala hal yang berhubungan dengan tugas sebagian orang tua ditinjau dari sudut pandang kerja pikiran dan pengaruh agar anak dapat mandiri dan siap menghadapi masa depannya.

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

Secara lebih luas, *hypnparenting* 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 pandang baru, dengan keyakinan

baru dan pemahaman baru anak dapat mengubah kebiasaan negatifnya menjadi positif.

Menurut Ali Akbar Navis dalam bukunya yang berjudul “menjadi orang tua idaman dengan *Hypnoparting*” , manfaat dari penerapan metode *hypnoparenting* yaitu<sup>22</sup>:

1. Mudahnya menjalin komunikasi antara orang tua dan anak.
2. Mendesain pikiran bawah sadar anak dengan program baik yang diinginkan orang tua.
3. Mengetahui cara efektif untuk mengubah kegiatan, aktivitas sekaligus kebiasaan negatif anak.
4. Membantu orang tua untuk menjadi lebih sadar, tenang, fokus dan terpusat saat mengatasi kejutan tingkah laku, karakter, atau kepribadian anak.

Jadi penulis menyimpulkan bahwa *hypnoparenting* adalah proses orang tua dalam mendidik anak dengan cara memasukkan sugesti-sugesti positif pada anak sehingga anak menyimpan memori di dalam pikiran bawah sadarnya.

#### d. Metode *islamic Hypnoparenting*

Metode *islamic hypnoparenting* adalah suatu cara atau seni mendidik anak dengan komunikasi verbal maupun non verbal yang sangat efektif, sehingga setiap perkataan dan nasehat kita didengar dan disampai di pikiran bawah sadar anak sampai ia dewasa. Mendidik anak dalam metode ini berlandaskan pada Al-quran dan *hadits* dengan pendekatan *hypnosis* dengan menggunakan Rasulullah Saw. Sebagai teladan bagi anak. caranya ialah dengan

---

29. Arismantoro, Tinjauan, *Menjadi Orang Tua Idaman Dengan Hypnoparenting*, (Yogyakarta: Kata Hati, 2017), hal. 40



mengenalkan anak kepada Rasulullah Saw<sup>23</sup>. Melalui cerita-cerita, kata-kata sugesti dan mengarahkan agar anak menjadikan Rasulullah Saw, sebagai idolanya. Sehingga akhlak anak insya allah akan mengikuti akhlak Rasulullah Saw. Metode *islamic hypnoparenting* yang di paparkan El-Syakir dalam bukunya *islamic hypnoparenting* mendidik anak masa kini ala Rasulullah yaitu:

1. Tanamkan Kalimat Tauhid

Rasulullah Saw. Sudah mencontohkan hal pertama kali yang harus diajarkan kepada anak adalah keimanan., bahkan sebelum mempelajari Al-quran. Jadi, keimanan adalah pondasi seseorang dalam menjalankan kehidupannya<sup>24</sup>. Apabila seseorang telah memiliki pondasi yang kuat dan kokoh, maka kedepannya ia akan menjadi orang yang kuat dan kokoh juga, meskipun nantinya akan bermunculan berbagai rintangan dan masalah yang ada, dia tetap istiqomah pada dirinya sendiri. Hal ini bisa di analogikan dengan sebuah rumah. Rumah yang pondasinya kuat, akan tetap berdiri kokoh walaupun diterpa oleh hembusan angin yang dahsyar. Begitu juga dengan anak, seorang pendidik harus bisa membentuk pondasi yang kuat dan kokoh terhadap anaknya, yaitu dengan menanamkan kalimat tauhid dalam hati anak. sehingga apapun yang terjadi kepada anak, anak tetap kuat pada pendiriannya sendiri.

Syaikh Jamal Abdurrahman dalam bukunya *islamic parenting* juga menyebutkan bahwa dalam pendidikan usia anak 0-3 tahun ia mengajarkan kalimat tauhid. Syaikh Abdurrahman melanjutkan penjelasannya bahwa anak kecil

---

30. Septian El-Syakir, op, cit, hal 15

31. Ibid, hal 33

yang belum belajar berbicara itu ketika mendengar kalimat-kalimat tauhid ia akan menirunya<sup>25</sup>.

## 2. *Role model*

*Role model* adalah panutan atau sama artinya dengan teladan, yaitu seseorang yang patut ditiru atau baik untuk dicontohkan (tentang perkataan, perbuatan, dan sebagainya). Penjelasan lain tentang *role model* adalah person who serve as an example whose behaviour is emulated by others yang artinya orang yang berfungsi sebagai conto, yang perilakunya ditiru oleh orang lain. Jadi bisa kita simpulkan bahwa *role model* adalah seseorang yang memiliki perkataan dan akhlak yang baik untuk ditiru oleh orang lain<sup>26</sup>. Jika ditanya anak zaman sekarang, siapakah *role model*nya? Sebagian besar mereka kebingungan dan menjawab artis favoritnya. Mereka menganggap artis favoritnya sebagai teladan, sehingga setiap gerak-gerik yang dilakukan oleh idolanya juga ditiru oleh anak, mulai dari gaya bahasa, berpakaian, tingkah laku, dan lain sebagainya.

Maka dari itu, yang harus orang tua atau pendidik lakukan adalah tanamkan *role model* yang benar sejak ia kecil, sehingga ketika anak mengalami sebuah masalah, anak bisa mengatasinya sesuai dengan yang dilakukan oleh *role model*nya. Siapakah yang harus dijadikan panutan bagi anak/ jawabannya ialah Rasulullah Saw<sup>27</sup>.

---

32. Syaikh Jamal Abdurrahman, *Islamic Parenting* (Solo: Aqwa Media Profetika, 2010), hal. 81

33. Septian El-Syakir, Op. Cit, hal. 35

34. Ibid, hal. 38

### 3. Pahami Dunia Anak

Anak adalah individu yang unik yang mempunyai eksistensi dan memiliki jiwa sendiri, serta mempunyai hak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan iramanya masing-masing. Maka sebagian besar kehidupan anak berada dalam lingkungan keluarga. Orang tua mempunyai tanggung jawab untuk mengantar anak-anaknya menjadi seorang yang suksen dan disiplin, penting bagi orang tua memahami dan memperhatikan perkembangan anak<sup>28</sup>.

### 4. Membangun *Rapport*

Metode keempat dalam mendidik anak menurut septian El-Syakir adalah membangun *rapport*, *rapport* berasal dari kata Prancis (dibaca: rapo) merupakan sebuah hubungan, relasi yang harmonis, nyaman, serasi dan keadaan saling percaya antara seseorang dengan yang lainnya. Dalam ilmu hipnosis, *rapport* merupakan hal yang sangat penting dalam kesuksesan hypnotherapy. Karena jika seseorang *hypnotherapist* tidak berhasil membangun *rapport* dengan orang yang dihipnosis, maka proses *hypnotherapy* tidak akan berjalan dengan efektif<sup>29</sup>.

Begitu juga dengan mendidik anak, salah satu hal yang menyebabkan anak tidak menuruti perintah orang tua adalah karena orang tua tidak berhasil membangun *rapport* yang baik dengan anak.

### 5. Sugesti Positif

Metode *islamic hypnoparenting* selanjutnya yang ditawarkan oleh septian El-Syakir adalah pemberian sugesti positif. Sugesti adalah proses psikologi ketika seseorang

---

35. Rifa Hidayah, *Psikologi Pengasuhan anak* (Malang: UIN Malang Press, 2009), hal. 15

36. Sptian El-Syakir, op.cit, hal. 77

membimbing pikiran, perasaan, atau perilaku orang lain<sup>30</sup>. Ada beberapa hal yang harus diperhatikan ketika memberikan sugesti kepada anak.

- a. Hindari kata jangan kepada anak, khususnya anak yang berusia 1-7 tahun, karena pikiran bawah sadar tidak bisa mengerti kata jangan<sup>31</sup>.
- b. Berikan pujian, suatu pujian yang profesional akan memberikan dampak positif bagi anak. berikanlah pujian kepada anak ketika anak berhasil atau sudah berusaha melakukan sesuatu dengan baik<sup>32</sup>.
- c. *Hypnotic story telling* merupakan metode yang cukup efektif dalam menerima perhatian anak.
- d. Perumpamaan adalah cara efektif untuk menganalogikan suatu hal, sehingga mudah dipahami dan diterima oleh pikiran bawah sadar anak<sup>33</sup>.

#### 6. *Future Pacing*

*Future pacing* adalah membayangkan atau memberikan gambaran tentang situasi dimasa yang akan datang, jika anak melakukan atau tidak melakukan sesuatu. Henny Puspitarini menyebutkan bahwa anak harus memiliki gambaran yang jelas mengapa anak harus melakukan dan tidak melakukannya.

#### 7. *Anchoring*

*Anchoring* dalam istilah psikologi klasik merupakan suatu stimulus yang memicu reaksi khusus. *Anchoring* dapat terjadi dengan sendirinya (alami), dapat pula diciptakan secara

---

37. Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Al-Lu'lu' Wal Marjan Mutiara Hadits Sahih Bukhari dan Muslim*, Terj. Tim Penerjemah Aqwam (Jakarta: Ummul Qura, 2016), Cet, Ke-4, hal. 1103

38. *Ibid*, hal. 88

39. *Ibid*, hal. 90

40. *Ibid*, hal. 91-94

sengaja. Secara sederhana *anchoring* dapat dikatakan sebagai jangkar, yaitu suatu jangkar emosi yang memiliki muatan emosi positif dan negatif di mana seseorang “seolah-olah” mengalami kembali sesuatu pengalaman pada saat suatu pemicu dilakukan. Henny Puspita memberikan penjelasannya mengenai *anchoring* adalah semacam teknik yang melibatkan emosi, adanya pengalaman sebelumnya, kenangan yang bermuatan positif dan negatif sehingga berperan menjadi stimulus atau munculnya reaksi.

#### 8. *Coaching Question*

Metode *islamic hypnoparenting* selanjutnya yang ditawarkan oleh septian El-Syakir adalah *coaching question*. *Coaching question* adalah pertanyaan yang mengarahkan anak untuk memilih pilihan yang ingin atau harus mereka lakukan. Teknik ini mengiring pemikiran anak agar memilih sebuah pilihan bukan karena perintah dari orang tua, tapi ini merupakan pilihan dari diri mereka sendiri. Jika sudah dari diri mereka sendiri pasti akan konsisten, beda jika dipaksakan kepada anak, bisa jadi anak tidak sepenuhnya mengikutinya<sup>34</sup>.

#### 9. *Repetition*

Metode *islamic hypnoparenting* terakhir yang ditawarkan oleh Septian El-Syakir adalah *repetition*. *Repetition* merupakan pengulangan yang dilakukan agar suatu tindakan menjadi sebuah kebiasaan dan terprogram di pikiran bawah sadar anak. Kita sering mendengar bahwa batu sekeras apapun bila ditetesi air secara terus menerus akhirnya akan berlubang. Di sinilah letak kekuatan *The Power Of Repetition*.

---

41. Septian El-Syakir, Op, Cit, hal 110-113

Rasulullah Saw, pun sangat menyukai orang yang melakukan ibadah secara terus menerus-menerus walaupun sedikit daripada orang yang bersungguh-sungguh beribadah, namun setelahnya tidak beribadah lagi<sup>35</sup>.

Jadi metode *islamic hypnoparenting* ini bukan metode instan, tapi metode yang efektif untuk mendidik anak sesuai yang Rasulullah Saw. Contohkan.

e. Waktu Tepat Melakukan *Islamic Hypnoparenting*

Penerepan metode *islamic hypnoparenting* dalam mengasuh anak dan mendidik anak dapat dilakukan dengan berbagai kesempatan yaitu di antaranya aktivitas-aktivitas anak. Dewi Yoga Pratomo menjelaskan bahwa waktu- waktu yang efektif agar sugesti yang orang tua tanamkan pada anak dapat menancap dan menetap yaitu:

1. Ketika satu saat mengajak anak berdoa
2. Saat anak bermain
3. Saat anak menggambar
4. Sesaat sebelum tidur
5. Sesaat sebelum bangun
6. Saat anak makan
7. Saat mendiamkan anak menangis
8. Saat menggendong dalam bentuk buaian mulai nyayian melali dongeng
9. Saat belajar<sup>36</sup>

---

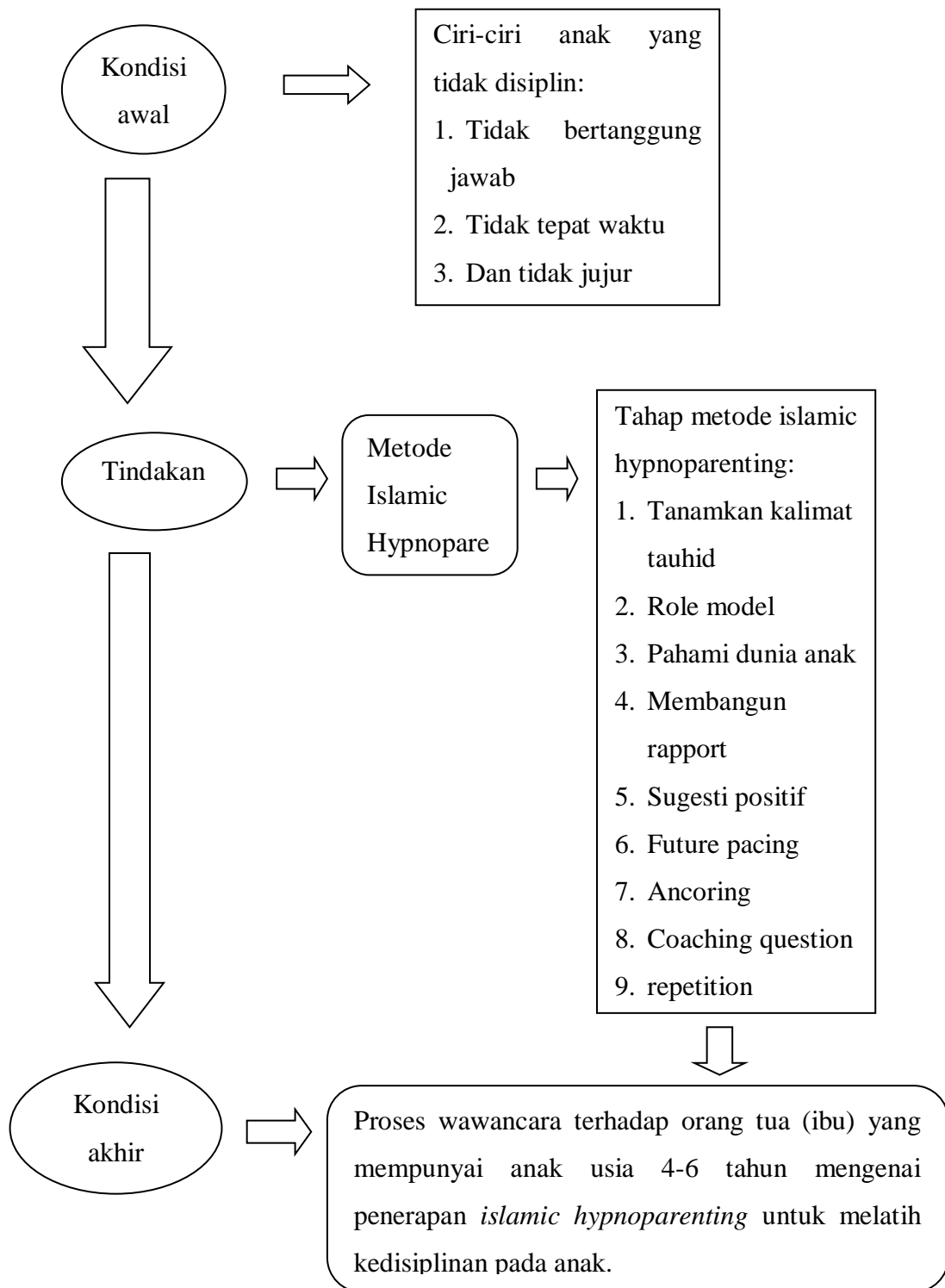
42. Ibid, hal. 119-121

43. Dewi Yoga Pratomo, *Hypnoparenting* (Jakarta: Nouura Books, 2012), hal. 61-65

### **C. Kerangka Berpikir**

Anak yang tidak disiplin sangat bahaya jika dibiarkan secara terus menerus karena akan merugikan dirinya sendiri serta orang-orang yang berada disekitarnya. Jika disiplin pada anak dibiarkan maka tumbuh kembang anak tidak tercapai secara optimal, baik secara fisik maupun mental. Pertumbuhan dan perkembangan anak tergantung dari pengasuhan, pendidikan, dan pengajaran yang diberikan orang tua.

Oleh karna itu, peneliti akan mengenalkan kepada orang tua suatu metode agar lebih mudah dan efektif dalam melatih disiplin pada anak dengan menggunakan metode *islamic hypnoparenting*. Metode *islamic hypnoparenting* adalah suatu cara atau seni mendidik anak dengan menggunakan komunikasi verbal maupun non verbal yang sangat efektif, menggunakan kasih sayang, empati dan kelembutan hati dari orang tua sehingga setiap perkataan dan nasehat kita didengar dan disimpan di pikiran bawah sadar anak sampai ia dewasa. Mendidik anak dalam metode ini berlandaskan Al-Quran dengan pendekatan *hypnosis* dengan menggunakan rasullulah Saw, sebagai teladan bagi anak. dengan menggunakan cara mengenalkan anak kepada Rasulullah Saw.



Gambar 1: kerangka berpikir