

## Optimalisasi Pola Asuh tentang Hypnoparenting di Wilayah Pangaribuan Tahun 2023

Dimpu Rismawaty Nainggolan, Riance Mardiana Ujung  
Prodi kebidanan tapanuli utara Poltekkes kemenkes medan

### ARTICLE INFORMATION

Received: "Oktober 00, 00"  
Available online: "Oktober 00, 00"

### KEYWORDS

Pola Asuh, Hypnoparenting, anak usia 2-5 tahun

### CORRESPONDENCE

E-mail: [dimpunainggolan@gmail.com](mailto:dimpunainggolan@gmail.com)

### A B S T R A C T

Metode hypnoparenting merupakan suatu metode dalam mendidik anak oleh orangtua dengan cara pemberian sugesti positif. Hypnoparenting dilakukan tanpa harus membuat seorang anak tertidur, seperti hipnosis yang sering dilihat di televisi. Oleh karena itu, perlu peran orangtua dalam menanamkan kedisiplinan anak dengan menggunakan metode atau cara yang tepat dan tanpa adanya kekerasan. Peserta dalam kegiatan penyuluhan adalah ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pangaribuan sebanyak 79 Responden. Diperoleh data dari desa Pakpahan sebanyak 38 orang, Lumban Sormin 9 orang, Sibingko 7 orang, Godung Borotan 11 orang dan Najumambe sebanyak 14 orang. Berdasarkan hasil Pre-test dan Post Test dapat dilihat bahwasanya ada penambahan jumlah ibu yang berpengetahuan baik dari 23 (29,11%) ibu pada saat pre test menjadi 49 orang (62,03%) dan jumlah ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun yang berpengetahuan kurang pada saat pre test sebanyak 56 orang (70,89%) pada saat post test menjadi 30 orang (37,97%). Setelah dilakukan Penyuluhan, ibu dan kader mengetahui tentang dasar-dasar tehnik *hypnoparenting* dan mampu melakukan *hypnoparenting*. Selain itu, sebagian besar peserta antusias selama mengikuti kegiatan dan dapat dilihat dengan banyaknya pertanyaan dan konsultasi seputar permasalahan dalam pola asuh anak. Diharapkan orang tua dapat mengimplementasikan *hypnoparenting* saat menghadapi kesulitan mengasuh anak, khususnya dalam mengatasi masalah makan, bermain Gadget, tidur tidak teratur.

## 1. PENDAHULUAN

Anak merupakan harapan orang tua, bangsa dan negara yang akan melanjutkan tongkat estafet pembangunan serta memiliki peran strategis, mempunyai ciri atau sifat khusus yang akan menjamin kelangsungan eksistensi bangsa dan negara pada masa depan. Setiap anak harus mendapatkan pembinaan sejak dini dan mendapat kesempatan untuk dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, baik fisik, mental maupun sosial. Terlebih lagi bahwa masa kanak-kanak merupakan periode pembentukan watak, kepribadian dan karakter terdiri seorang manusia.

Untuk itu diperlukan pengasuhan anak yang sangat bermanfaat bagi perkembangan anggota keluarga. Aspek perkembangan merupakan dasar dari pembentukan karakter anak. Pengetahuan mengenai *parenting* juga membahas bagaimana karakter anak terbentuk. Orangtua yang paham macam-macam karakter anak, tentu lebih siap menghadapi dan menyesuaikan gaya pengasuhannya daripada orangtua yang tidak paham mengenai macam-macam karakter anak. Pengetahuan yang kurang mengenai karakter anak, bisa berdampak pada proses *parenting* yang terkesan otoriter, sehingga anak terus menerus ditekan tanpa dipahami karakternya.

Pengasuhan (*parenting*) memerlukan sejumlah kemampuan interpersonal dan mempunyai tuntutan emosional yang besar, namun sangat sedikit pendidikan formal mengenai tugas ini. Kebanyakan orang tua mempelajari praktik pengasuhan dari orang tua mereka sendiri. Suami dan istri mungkin saja membawa pandangan yang berbeda mengenai pengasuhan ke dalam pernikahan. *Parenting* juga merupakan segala tindakan yang menjadi bagian dalam proses interaksi yang berlangsung terus-menerus dan mempengaruhi bukan hanya bagi anak tapi juga bagi orang tua, yang dilakukan oleh orang dewasa kepada anak-anak yang dilakukan sejak awal anak dilahirkan hingga dewasa dalam rangka melindungi, merawat, mengajari, mendisiplinkan dan memberi panduan.

Tujuan mengasuh dan mendidik anak adalah memberikan pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan anak agar mampu bermasyarakat. Orang tua menanamkan nilai-nilai kepada anaknya untuk membantu mereka membangun kompetensi dan kedamaian. Mereka menanamkan kejujuran, kerja keras, menghormati diri, memiliki perasaan kasih sayang, dan bertanggung jawab.

Pada zaman modern saat ini, teknologi informasi dan komunikasi semakin mengalami kemajuan yang sangat pesat serta semakin canggih. Ditunjukkan dengan hadirnya teknologi gadget, seperti iPad, tablet, smartphone, komputer dan televisi, yang bermanfaat untuk memudahkan semua aktivitas. Hal ini akan memunculkan anggapan setiap orang memiliki gadget banyak memberikan manfaat dalam hal berkomunikasi, urusan bisnis maupun pekerjaan, mencari informasi dari jarak jauh, atau hanya untuk hiburan semata (Chusna, 2017).

Fakta hingga saat ini didapatkan hasil bahwa gadget tidak hanya dipergunakan oleh orang dewasa atau orang yang sudah lanjut usia yang berusia 60 tahun ke atas saja, melainkan dipergunakan di kalangan remaja yang berusia 12-21 tahun, dan di kalangan anak-anak yang berusia 7-11 tahun, serta lebih ironisnya lagi gadget digunakan untuk kalangan anak-anak yang berusia 3-6 tahun yang seharusnya pada usia tersebut anak-anak belum pantas untuk menggunakan gadget (Novitasari & Khotimah, 2016).

Pada dasarnya anak-anak belum waktunya untuk diberikan sebuah gadget. Hal ini akan berakibat anak-anak akan berubah menjadi perilaku yang konsumtif berlebih terhadap penggunaan gadget sehingga diperlukan pengawasan yang ketat dalam aktivitas sehari-hari mereka (Kurnia, 2014). Sejalan dengan hasil observasi yang dilakukan Novitasari (2016), yang terdapat di daerah Kompleks Perumahan Pondok Jati dari 17 anak semua sudah menggunakan gadget yang berupa smartphone maupun tablet pc. Anak-anak lebih sering menggunakan gadget untuk memainkan aplikasi permainan, baik itu permainan bersifat edukatif maupun non edukatif. Oleh karena itu diharapkan pada setiap orang tua yang memiliki anak usia dini yaitu usia 2 tahun keatas harus 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.

Metode hypnoparenting merupakan suatu metode dalam mendidik anak oleh orangtua dengan cara pemberian sugesti positif . 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.

*Parenting* seringkali berpengaruh pada proses penyelesaian tugas perkembangan anak. Pemahaman mengenai tugas perkembangan merupakan bekal dasar *parenting*. Orangtua yang memahami tahap-tahap perkembangan anak tentu memiliki tingkat kesiapan yang lebih matang pada pendidikan anak dalam keluarga, dibanding orangtua yang berpengetahuan minim mengenai tugas perkembangan anak. Setiap orang tua menginginkan anaknya menjadi orang yang berkepribadian baik, sikap mental yang sehat serta memiliki akhlak yang terpuji. Orang tua sebagai pembentuk pribadi yang pertama dalam kehidupan anak, dan harus menjadi teladan yang baik bagi anak-anaknya. Pola asuh orang tua adalah suatu cara yang digunakan oleh orang dalam mencoba berbagai strategi untuk mendorong anak-anaknya mencapai tujuan yang diinginkan. Dimana tujuan tersebut antara lain

pengetahuan, nilai moral, dan standart perilaku yang harus dimiliki anak bila dewasa nanti (Mussen, 2016)

Pengasuhan merupakan suatu proses atau interaksi antara ayah, ibu dan anak-anak serta lingkungan masyarakat namun tidak sedikit orang tua mengalami kesulitan dalam mendidik dan mengasuh anak, karena menjadi orang tua tidak ada sekolah formal yang melatih kita menjadi orang tua. Beberapa kesulitan dapat kita alami ketika menjadi orang tua misalnya: anak yang menolak makan, mandi, tidur, belajar atau bahkan anak yang tantrum dan sering memukul temannya. Akhir-akhir ini muncul beberapa metode untuk mengarahkan anak-anak berperilaku baik. Salah satu metode dalam rangka membawa anak-anak menjadi sesuatu yang diharapkan tanpa harus memaksa apalagi dengan ancaman dan kekerasan adalah dengan metode Hypnoparenting, yaitu metode yang menggabungkan praktek pengasuhan anak dengan pengetahuan hypnosis. Hypnoparenting adalah teknik hypnotherapy (terapi dengan hipnosis) yang secara khusus diterapkan oleh orang tua dalam mengasuh anak. Secara garis besar, teknik 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 ( Hidayati, 2015). Untuk itu diperlukan upaya yang sinergi, antara petugas kesehatan di lapangan, dosen dan keluarga sehingga dapat mengatasi masalah Pola Asuh anak melalui pendekatan *hypno* untuk mengatasi kesulitan makan dan pola asuh anak untuk meningkatkan tumbuh kembang, dan kesejahteraan anak.

Berdasarkan uraian diatas, kami tim Pengabdian masyarakat Program studi D III Kebidanan Tarutung Poltekkes Kemenkes Medan tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan Optimalisasi Pola Asuh Tentang Hypnoparenting di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2023.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Sasaran utama dalam pelaksanaan Pengabdian Masyarakat mengenai pengetahuan ibu untuk Optimalisasi Pola Asuh dan memahami tugas perkembangan anak usia 2-5 tahun tentang Hypnoparenting yaitu :

1. Ibu yang memiliki anak pada usia 2-5 tahun dapat mengimplementasikan hasil kegiatan ini sehingga perkembangan anak dapat berjalan dengan baik dan normal misalnya tidak menggunakan gadget sembarang waktu dan tempat, sulit makan.
2. Pihak Puskesmas Pangaribuan diharapkan agar melakukan pemeriksaan secara maksimal sehingga dapat mendeteksi lebih dini adanya penyimpangan di tahap Perkembangan bagi anak usia 2-5 tahun.

Metode yang dilakukan dalam Pelaksanaan Pengabdian masyarakat ini adalah :

- a. Melaksanakan survey awal pada hari jumat tanggal 02 Juni 2023 untuk mengetahui gambaran pelaksanaan dan jadwal Posyandu, masalah yang sering didapatkan yang berkaitan dengan AKI dan AKB, dan jumlah anak berusia 2-5 Tahun di Wilayah kerja Puskesmas Pangaribuan.
- b. Melakukan koordinasi kegiatan pengabdian masyarakat kepada Kepala Puskesmas, Bidan Koordinator, bidan desa dan kepala desa di wilayah kerja Puskesmas Pangaribuan pada hari Jumat tanggal 30 Juni 2023 untuk pelaksanaan pengabdian yaitu berupa pola asuh orangtua kepada anak usia 2-5 tahun.
- c. Pre test pola asuh tentang hypnoparenting dan memberikan penyuluhan melalui metode ceramah & tanya jawab menggunakan media powerpoint & Leaflet, serta memberikan contoh melakukan hypnoparenting kepada anak yang hadir di posyandu tersebut.
- d. Melakukan Post test mengenai pola asuh tentang hypnoparenting pada anak berusia 2-5 tahun yang telah mengikuti pre test dipertemuan sebelumnya.

### 3. KETERKAITAN

Kegiatan ini melibatkan ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun, Tim Pengabdian kepada Masyarakat, Kepala Puskesmas, Bidan Koordinator dan Bidan Desa yang telah memfasilitasi pelaksanaan posyandu sebagai tempat pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat untuk mengetahui pola asuh tentang hypnoparenting di posyandu yang berada di Wilayah kerja Puskesmas Pangaribuan.

### 4. EVALUASI

#### a. Cara evaluasi

Melakukan pre dan post test dengan kuesioner tentang Optimalisasi Pola Asuh tentang Hypnoparenting.

#### b. Waktu evaluasi

Pre test dilaksanakan sebelum kegiatan Penyuluhan mengenai Optimalisasi Pola Asuh tentang Hypnoparenting dilaksanakan dan Post test dilaksanakan pada pertemuan posyandu bulan berikutnya.

#### c. Kriteria evaluasi

Memberikan pertanyaan tentang Optimalisasi Pola Asuh tentang Hypnoparenting.

#### d. Indikator pencapaian tujuan

Kuesioner tingkat pengetahuan ini untuk mengetahui seberapa besar pengaruh tingkat pengetahuan ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun mengenai optimalisasi pola asuh tentang hypnoparenting dengan jumlah pertanyaan sebanyak 25 butir. Indikator dalam kuesioner akan di dapat jawaban yang tegas, yaitu "baik dan kurang". Instrumen penelitian ini menggunakan daftar pernyataan yang berbentuk kuesioner, responden hanya diminta untuk memberikan tanda centang (√) pada jawaban yang dianggap sesuai dengan Skala Likert yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju serta diberi nilai 4, 3, 2 dan 1. Rumus yang di gunakan untuk mengukur presentase dari jawaban yang di dapat dari kuesioner menurut Nursalam (2016), yaitu

$$\text{Presentase} = \frac{\text{Jumlah nilai yang benar}}{4 \times \text{Jumlah soal}} \times 100 \%$$

Hasil yang diperoleh didapatkan pada nilai persentase yaitu sebagai berikut.

a)Tingkat pengetahuan kategori Baik jika nilainya  $\geq 60 \%$

b)Tingkat pengetahuan kategori Kurang jika nilainya  $\leq 60 \%$

#### e. Tolok ukur : format kuesioner dan cek list

### 5. WAKTU DAN TEMPAT PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan sesuai dengan jadwal Posyandu sebagai berikut :

**Tabel 1 Jadwal Pelaksanaan Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan**

No	Posyandu	Pre Test (Mengevaluasi Tingkat Pengetahuan), Penyuluhan dan Memberi Contoh Hypnoparenting			Post Test (Mengevaluasi Tingkat Pengetahuan)		
		Tanggal	Pukul	Jumlah Ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun (Orang)	Tanggal	Pukul	Jumlah Ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun (Orang)
1	Pakpahan	04-07-2023	10.00 s/d selesai	38	08-08-2023	10.00 s/d selesai	38
2	Lumban Sormin	13-07-2023	09.00 s/d selesai	9	18-08-2023	09.00 s/d selesai	9
3	Sibingko	18-07-2023	10.00 s/d selesai	7	22-08-2023	10.00 s/d selesai	7
4	Godung Borotan	21-07-2023	10.00 s/d selesai	11	25-08-2023	10.00 s/d selesai	11
5	Najumambe	24-07-2023	10.00 s/d selesai	16	28-08-2023	10.00 s/d selesai	14

## 6. HASIL PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan memberi contoh mengenai pola asuh tentang hypnoparenting dilaksanakan pada 79 ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun yang ada di 5 Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan, yaitu Desa Pakpahan, Lumban Sormin, Sibingko, Godung Borotan dan Najumambe.

Distribusi ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun untuk setiap desa dapat dilihat seperti tabel di bawah .

**Tabel 2. Distribusi ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun pada desa tempat posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan**

No	Nama Desa	Jumlah Ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun
1	Pakpahan	38
2	Lumban Sormin	9
3	Sibingko	7
4	Godung Borotan	11
5	Najumambe	14
	Total	79

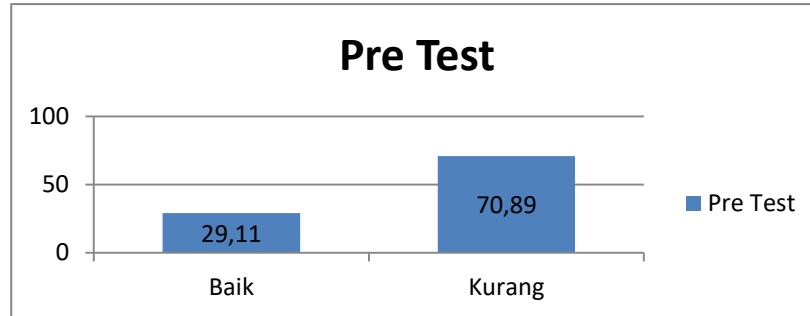
### a. Pengetahuan

#### 1) Pre Test

Kegiatan Pre test dilaksanakan sebelum mendapatkan materi tentang Pola Asuh tentang Hypnoparenting untuk mengukur pengetahuan ibu yaitu yang berkaitan dengan kebebasan bermain di rumah teman, kesempatan bermain gadget atau handphone, batasan perilaku, membedakan baik buruk secara sederhana, menyampaikan pendapat, bercerita saat sedih,

mengembangkan sikap objektif, mengajarkan keterbukaan serta minat dan bakat, pola asuh, dan hypnoparenting. Kegiatan Pre test ini terdiri dari 25 pernyataan tentang pola asuh tentang hypnoparenting,

Hasil pre test didapatkan sebagai berikut : Ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun dengan pengetahuan baik sebanyak 23 orang (29,11%) dan pengetahuan kurang 56 orang (70,89%).



Gambar 1 Distribusi hasil pre test tentang Pola Asuh tentang Hypnoparenting

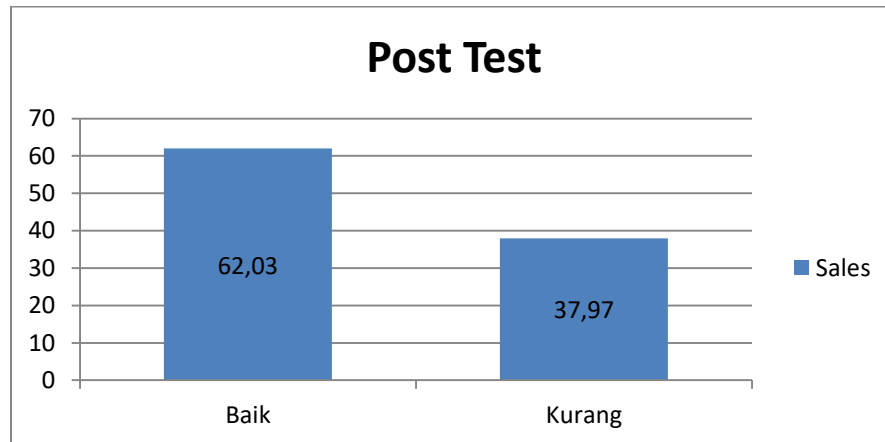
## 2) Pelaksanaan Penyuluhan

Pelaksanaan kegiatan berupa pemberian edukasi mengenai Pola Asuh tentang Hypnoparenting yaitu dengan kebebasan bermain di rumah teman, kesempatan bermain gadget atau handphone, batasan perilaku, membedakan baik buruk secara sederhana, menyampaikan pendapat, bercerita saat sedih, mengembangkan sikap objektif, mengajarkan keterbukaan serta minat dan bakat.

Tim pengabdian menyampaikan materi dengan metode ceramah menggunakan media Powerpoint dan leaflet dengan waktu selama 50 menit, kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab selama 45 menit. Proses penyuluhan berlangsung dengan lancar dimana Materi yang disampaikan direspon oleh peserta dengan baik dan antusias terlihat dari banyak pertanyaan yang diajukan oleh peserta atau ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun.

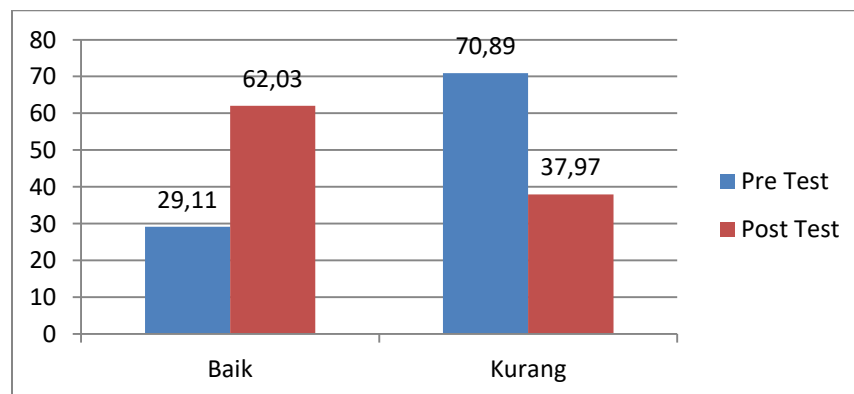
## 3) Post Test

Kegiatan post test ini bertujuan untuk melihat sejauh mana efektivitas kegiatan penyuluhan yang dilakukan kepada ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun. Post test dilakukan sesuai jadwal pelaksanaan posyandu pada bulan berikutnya. Kuesioner yang diberikan sama dengan pada pre test untuk mengukur pengetahuan tentang pola asuh tentang hypnoparenting dengan membaca ulang leaflet di rumah masing-masing. Hasil post test didapat sebagai berikut: ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun yang berpengetahuan baik sebanyak 49 orang (62,03%) dan pengetahuan kurang 30 orang (37,97%).



Gambar 2 Distribusi Hasil Post Test tentang tentang Pola Asuh tentang Hypnoparenting

Berdasarkan hasil pre test pada gambar 1 dan post test dan gambar 2 dapat dilihat bahwa ada penambahan jumlah ibu hamil yang berpengetahuan baik dari 23 (29,11%) ibu pada saat pre test menjadi 49 orang (62,03%) dan jumlah ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun yang berpengatahuan kurang pada saat pre test sebanyak 56 orang (70,89%) pada saat post test menjadi 30 orang (37,97%).



Gambar 3 Pre dan Post Test

## 7. Pembahasan

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, namun dilakukan dengan mensugesti anak dengan kalimat- kalimat yang mampu membuat anak percaya diri dan dengan kata-kata yang halus dan bernilai positif.

Pengertian lain mengenai hypnoparenting adalah seni mendidik anak dengan menggunakan pendekatan komunikasi verbal dan non verbal, sehingga apa yang disampaikan orangtua kepada anaknya tersimpan rapi dalam pikiran bawah sadarnya. (Dewi.P, 2015).

Saat pemberian penyuluhan tentang hypnoparenting di Wilayah kerja Puskesmas Pangaribuan dihadiri ibu yang memiliki bayi 2-5 tahun berjumlah 79 orang. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman atau kemampuan ibu yang memiliki bayi usia 2-5 tahun agar dapat mengenal secara dini beberapa kesulitan yang alami oleh i b u

dalam menghadapi masalah pada anak misalnya: anak suka yang menolak makan, mandi, tidur, belajar, bermain gadget tanpa mengingat waktu.

Untuk itu diperlukan upaya yang sinergi, antara petugas kesehatan di lapangan, dosen dan keluarga sehingga dapat mengatasi masalah pola asuh pada anak usia 2-5 tahun yang tujuannya untuk meningkatkan tumbuh kembang, dan kesejahteraan anak. melalui pelaksanaan *hypnoparenting*.

Pemberian penyuluhan dan pendidikan kesehatan adalah sebuah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya. Hasil dari pendidikan kesehatan adalah bertambahnya pengetahuan atau berubahnya pola pengetahuan dari tidak tahu menjadi tahu. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui indra yang dimilikinya sehingga menghasilkan pengetahuan (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan responden diukur dengan menggunakan kuesioner sebelum dilakukan penyuluhan (pre test) dan sesudah penyuluhan (post test). Menurut Notoadmodjo (2010) pre test dan post test dilakukan untuk menguji adanya perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya penyuluhan.

Peningkatan pengetahuan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pemberian pendidikan kesehatan menggunakan power point dan leaflet yang dapat dibaca oleh ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun dan dapat dilakukan orang tua di rumah masing-masing. Keberhasilan metode ini bergantung pada penerapan berkelanjutan yang dilakukan orang tua di rumah. Pada terapi hypnoparenting, orang tua yang pertama dijadikan obyek wawancara. Orang tua harus terbuka tentang semua hal dari kondisi latar belakang si anak hingga lingkungan sosialnya, Karena sangat mungkin memori negatif si anak waktu dari kecil terbawa hingga ia beranjak dewasa. Dari situ, seorang terapis bisa mendiagnosis masalah pada anak. Kemudian, baru anak yang diwawancara, lalu disimpulkan. Hasil diagnosis tersebut diberikan kepada orang tua, yang selanjutnya diberi petunjuk untuk menjalankan metode hipnosis di rumah. Caranya tidak lepas dari berkomunikasi, mendidik, membimbing, mengubah kebiasaan, dan menyugesti si anak berdasarkan permasalahan anak.

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.

Berdasarkan hasil pre test dan post test yang dilakukan oleh Tim Pengabdian pada ibu yang memiliki bayi usia 2-5 tahun tentang pola asuh parenting terdapat penambahan jumlah ibu yang berpengetahuan baik dari 23 (29,11%) ibu pada saat pre test menjadi 49 orang (62,03%) dan jumlah ibu yang memiliki anak berusia 2-5 tahun yang berpengetahuan kurang pada saat pre test sebanyak 56 orang (70,89%) pada saat post test menjadi 30 orang (37,97%). Adapun masalah pada anak usia 2-5 tahun pada kuesioner yang digunakan dan disebarkan Tim Pengabdian kepada responden adalah sebagai berikut kebebasan bermain di rumah teman, kesempatan bermain gadget atau handphone, batasan perilaku, membedakan baik buruk secara



sederhana, menyampaikan pendapat, bercerita saat sedih, mengembangkan sikap objektif, mengajarkan keterbukaan serta minat dan bakat, pola asuh, dan hypnoparenting.

Dari hasil pengukuran pengetahuan ini dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang mengenali masalah pola asuh pada anak usia 2-5 tahun dan mengetahui cara melakukan hypnoparenting. Setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah melalui media powerpoint dan leaflet secara langsung. Pada saat melaksanakan pengabdian masyarakat ditemukan seluruh peserta dan kader selama ini belum mengetahui pola asuh dengan tehnik *hypnoparenting*. Setelah kegiatan pengmas, baik ibu dan kader telah mengetahui tentang dasar-dasar tehnik *hypnoparenting* sehingga ibu dapat memahami dan mampu melakukan *hypnoparenting* pada anaknya dan dibuktikan melalui kegiatan Re-demonstrasi. Selain itu, sebagian besar peserta antusias selama mengikuti kegiatan dan dapat dilihat dengan banyaknya pertanyaan dan konsultasi seputar permasalahan dalam pola asuh anak.

Pola asuh adalah pola pengasuhan orang tua terhadap anak, yaitu bagaimana orang tua memperlakukan anak, mendidik, membimbing dan mendisiplinkan serta melindungi anak dalam mencapai proses kedewasaan sampai dengan membentuk perilaku anak sesuai dengan norma dan nilai yang baik dan sesuai dengan kehidupan masyarakat (Fitriyani, 2015).

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa pola asuh orang tua merupakan gambaran tentang sikap dan perilaku orang tua dalam berinteraksi dengan anak selama mengadakan kegiatan pengasuhan untuk membentuk perilaku anak yang baik.

## **8. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepadamasyarakat dengan tema “Optimalisasi Pola Asuh tentang *Hypnoparenting* di Wilayah Kerja Puskesmas Pangaribuan” bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan orang tua tentang tehnik *hypnoparenting* sebagai upaya dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi orang tua dalam pola asuh anak. Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatanPengabdian kepada Masyarakat adalahsebagai berikut:

1. Orang tua balita sangat antusias mendapatkan materi tentang tehnik *hypnoparenting*
2. Ada perbedaan pengetahuan danketerampilan orang tua tentang tehnik *hypnoparenting* sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Ibu yang memiliki usia 2-5 tahun sebagian besar memahami tehnik *hypnoparenting* pasca penyuluhan

## DAFTAR PUSTAKA

Aprilia, Y. (2010). *Hypno sentri*. Gagas Media.

Agus. (2012). *Dahsyatnya Hypnoparenting*. Penebar Plus.

Akbar Ali Navis. 2014. *Menjadi orang tua teladan dengan hypnoparenting*. Jakarta: Kata Hati

Chusna, Puji, Asmaul, 2017. 'Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak'. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*. Volume 17 Nomor 2

Dewi P. Dr. 2012. *Hypnoparenting*. Jakarta: Buku Kita

Faeni. (2013). *Hypnoparenting*. PT Mizan :Republika

Hidayati, N. (2015). *Efektifitas Penyuluhan Berbasis Hypnoparenting Pada Wali Murid Di Paud Bogor*.

Munjinah .A, Hidayah. N. *Optimalisasi Pola Asuh Dengan Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan Menggunakan Hypnorarenting di Wonokromo Surabaya, Jurnal Unnusa, 2018*.

Pratomo, Dewi, (2012). *Hypnoparenting Sugesti Positif agar Anak Sehat, Cerdas, Bahagia, dan Berprestasi*. Mizan.

Silawati, A . (2015). *Pemanfaatan Hypnoparenting dalam menanamkan karakter anak dilembaga konseling dan Konsultasi pekan baru, Jurnal Risalah,*

vol 26 no 2