

**PENERAPAN *ISLAMIC HYPNOPARENTING* DALAM MEMBANGUN
KOMUNIKASI ORANG TUA-ANAK SESUAI DENGAN ALQURAN**

Ahmad Rifa'i¹, Hardiyanti Rahmah², Jarinah Elsa Budiarti³

STIQ Amuntai, Kalimantan Selatan, Indonesia

¹ahmadrifai210788@gmail.com ²rahmah.anwar@gmail.com ³jarinahelsabudiarti@gmail.com

Abstrak

Pada era teknologi saat ini, banyak orang tua yang tidak tahu kemana harus menuntun anaknya, hal ini dapat dilihat dari problem-problem yang sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari salah satu problem tersebut adalah kekerasan terhadap anak. Bentuk kekerasan yang sering dilakukan orangtua adalah kekerasan verbal atau kekerasan emosi, misalnya dilakukan dalam bentuk memarahi, membentak, memaki, memukul menggunakan benda keras, menampar bahkan merendahkan martabat anak melalui kata-kata yang tidak pantas didengar oleh anak-anak. Selain itu, rata-rata anak-anak menerima 460 komentar negatif atau kritik dan hanya 75 komentar positif atau dukungan setiap harinya yang dilakukan oleh orang dewasa. Didalam Alquran terdapat ayat yang memperhatikan betapa pentingnya menjaga tutur kata yang baik dan lembut dalam berkomunikasi kepada anak, khususnya pada Q.S. An-nisa ayat 9. Dimana penerapan Islamic Hypnoparenting, yakni seni mendidik anak masa kini ala Rasulullah SAW melalui komunikasi verbal maupun nonverbal, dengan memberikan sugesti-sugesti yang positif sehingga perkataan dan nasehat orang tua akan didengarkan dan disimpan dalam pikiran bawah sadar anak. Fokus penelitian ialah bagaimana Islamic Hypnoparenting yang sesuai dengan ajaran Alqur'an dapat diterapkan dalam membangun komunikasi yang baik antara orang tua dan anak. Metode Penelitian menggunakan metode library research. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Islamic Hypnoparenting yang terdapat dalam Q.S. An-Nisa Ayat 9 yaitu: Komunikasi menggunakan menganjurkan untuk selalu menggunakan bahasa yang positif, komunikasi terbuka dan menggunakan strategi yang tepat, komunikasi dengan kesabaran serta menggunakan teknik pengulangan dan komunikasi menggunakan kasih sayang, akan membantu orang tua membangun komunikasi yang efektif pada anak.

Kata Kunci : Islamic Hypnoparenting, Komunikasi, Orang Tua, Anak, Alquran

PENDAHULUAN

Alquran merupakan kitab Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW yang mengandung segala sesuatu yang berhubungan dengan filsafah, keimanan, kisah-kisah, ilmu pengetahuan, aturan-aturan yang mengatur tingkah laku dan aturan hidup manusia sebagai

mahluk sosial, sehingga berbahagia di dunia dan di akhirat.¹ Islam sebagai agama wahyu yang diturunkan oleh Allah swt. telah memberikan dasar-dasar dalam mendidik anak bahkan sejak masih dalam kandungan untuk membentuk kepribadian anak agar sesuai dengan nilai-nilai Islam, karena dengan menanamkan nilai-nilai Islam sejak dini pada anak akan sangat membantu terbentuknya sikap dan kepribadian anak pada masa dewasa kelak.

Masa kanak-kanak adalah waktu yang sangat baik bagi orang tua untuk mengajarkan nilai-nilai pendidikan Islam. Pada masa ini, otak anak sedang tumbuh dengan cepat dan mudah menerima pengaruh dari orang-orang terdekat. Peran orang tua dalam hal ini tidak hanya sekadar memberi nasihat, tetapi juga menjadi contoh yang baik bagi anak.²

Sekarang ini, banyak orang tua merasa bingung bagaimana membimbing anaknya dan cara memberikan pengasuhan yang benar, karena anak-anak sering terpengaruh oleh teknologi digital. Hal ini bisa dilihat dari berbagai masalah yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya adalah kekerasan terhadap anak. Kadang-kadang, istilah kekerasan terhadap anak muncul karena anak tidak mendapatkan perlindungan serta kasih sayang yang seharusnya.

Bentuk kekerasan yang sering dilakukan orangtua adalah kekerasan verbal atau kekerasan emosi, misalnya dilakukan dalam bentuk memarahi, mengomel, membentak, memaki, memukul menggunakan benda keras, menampar, menjewer bahkan merendahkan martabat anak melalui kata-kata yang tidak pantas didengar oleh anak.

Penelitian menunjukkan bahwa rata-rata anak mendapat 460 komentar negatif atau kritik serta hanya 75 komentar positif atau dukungan setiap harinya. Meski begitu, banyak orang tua mengira bahwa cara mereka membesarkan anak sudah tepat dan benar. Hal inilah yang memicu munculnya label-label pada anak seperti anak nakal, anak penentang, anak tidak mau menurut atau taat perintah orang tua dan sebagainya.

Permasalahan yang terjadi berkaitan dengan anak salah satu penyebabnya ialah kesalahan cara berkomunikasi dan menyampaikan nasehat kepada anak. Pengasuhan anak yang baik tidak boleh menggunakan cara kasar, baik secara fisik maupun mental, tidak boleh marah-marah, apalagi sampai memukul. Selain tidak diperbolehkan, tindakan tersebut adalah tindakan kejahatan terhadap anak dan tidak efektif untuk mengubah perilaku anak yang bermasalah.

¹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Alqur'an dan Terjemah Departemen Agama RI*. (Semarang: CV. Toha Putra, 1989), h. 27.

² Silawati dan Afrida Yanti, "Pemanfaatan Hypnoparenting dalam Menanamkan Karakter Anak di Lembaga Konseling dan Konsultasi Pekanbaru Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau," t.t.

Jika mengingat permasalahan itu semua, sebenarnya secara tidak sadar orangtua sudah menerapkan hypnoparenting dalam kehidupan sehari-hari bahkan sering dilakukan kepada anak, hanya saja orangtua tidak tahu bahwa selama ini mereka sering melakukan proses hypnoparenting. Bahkan parahnya orangtua secara tidak sadar menggunakan teknik hypnoparenting ini untuk memasukkan sugesti-sugesti yang negatif kedalam pikiran bawah sadar anak, tentunya ini sangat berbahaya bagi tumbuh kembang anak tersebut.

Di dalam Alquran terdapat ayat yang memperhatikan betapa pentingnya menjaga tutur kata yang baik dan lembut dalam berkomunikasi kepada anak, khususnya pada Q.S. An-Nisa ayat 9 :

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ
وَلْيُفُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Artinya: Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatirkan terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar. (Q.S. An-Nisa/4:9).³

Dalam hal ini, yang menjadi masalah penelitian adalah bagaimana Islamic Hypnoparenting yang sesuai dengan ajaran Alqur'an dapat diterapkan untuk membangun komunikasi yang efektif, santun dan baik dari orang tua kepada anak, agar bisa menjadi teladan yang positif bagi anak.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang peneliti gunakan adalah metode penelitian library research, yang mana dalam konteks penelitian library research ini, data-data diambil dari eksplorasi bahan-bahan pustaka. Adapun jenis penelitian ini menurut Dr. Amir Hamzah adalah jenis penelitian studi teks kewahyuan, yaitu penelitian terhadap teks-teks Alquran yang membahas permasalahan-permasalahan tertentu, misalnya terkait masalah pendidikan, politik, ekonomi, sosial dan sebagainya.⁴ Untuk melakukan penelitian studi teks kewahyuan, maka peneliti

³ *Alqur'an dan Terjemah Departemen Agama RI.*, h. 116.

⁴ Amir Hamzah, *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research Edisi Revisi* (Sampang: Literasi Nusantara, 2020), h. 24.

terlebih dahulu menentukan masalah yang ingin diteliti, setelah itu baru dicari jawaban terhadap permasalahan di dalam Alquran dengan menggunakan pendekatan kewahyuan yaitu metode tafsir tahlili (analisis).⁵

Metode tafsir tahlili adalah suatu cara untuk menjelaskan maksud dan arti ayat-ayat Alquran dari sekian banyak seginya dengan menjelaskan ayat dengan ayat sesuai dengan urutan-urutannya di dalam mushaf, melalui penafsiran kosa kata, penjelasan asbabun nuzul (sebab-musabab turunnya ayat), munasabah (keterkaitan ayat dengan ayat lainnya), isi kandungan ayat dan tafsir ayat dari berbagai mufassir tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Islamic Hypnoparenting

1. Hipnosis

Hipnosis berasal dari kata Hypos yang berarti tidur. Namun secara sederhana hipnosis adalah fenomena mirip tidur.⁶ Secara istilah hipnosis adalah suatu kondisi dimana seseorang masuk kedalam kondisi menyerupai tidur dengan tingkat sugestibilitas yang tinggi, yang mana kondisi ini dipengaruhi oleh komunikasi maupun kondisi lingkungan. Hipnosis merupakan kondisi seseorang yang gelombang otaknya berada pada gelombang Alpha atau Theta, dibawah pengaruh sugesti, sehingga kondisinya menjadi rileks dan mudah ditanamkan sugesti oleh kondisi yang berlangsung ini.

Definisi hipnosis menurut beberapa ahli adalah sebagai berikut:

- a. Menurut Dave Elman, hipnosis adalah penggunaan sugesti, baik secara langsung maupun tidak langsung.
- b. Menurut Milton Erickson, hipnosis adalah kondisi di mana fokus perhatian seseorang menjadi lebih sempit.
- c. Menurut Michael Preston, hipnosis adalah keadaan sadar yang menguasai pikiran bawah sadar.

⁵ Nursapia Harahap, "Penelitian Kepustakaan" Vol. 8 No. 1 (2014): h. 7.

⁶ Mohammad Noer, *Hypno Teaching for Cucces Learning* (Yogyakarta: Pustaka Insan Madani, 2010), h. 17.

Dari penjelasan di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa hipnosis adalah kondisi pikiran yang muncul akibat sugesti, sehingga mampu memengaruhi seseorang dan mengubah tingkat kesadaran dengan cara menurunkan gelombang aktivitas otak.

2. Parenting

Kata parenting berasal dari bahasa Inggris, dari kata parent yang berarti orang tua. Parenting ialah suatu proses menjadi orang tua, maksudnya yakni bagaimana orang tua menjalankan tugas dan tanggung jawabnya dalam mendidik anak.⁷

Selanjutnya, parenting secara bahasa berasal dari Bahasa Inggris “parent” yang berarti “orangtua”. Menurut Brooks, parenting adalah serangkaian interaksi antara orang tua dan anak yang terus berlangsung, di mana proses ini mengalami perubahan pada kedua pihak yang terlibat.⁸

Parenting jika diartikan secara sempit adalah “menjadi orang tua” sedangkan dalam arti yang luas yakni seni mengelola pikiran melalui suatu program pengasuhan orang tua terhadap anaknya dengan memperhatikan perkembangan anak yang meliputi fisik, emosional, intelektual dan spiritual dari masa anak-anak sampai ia dewasa.⁹

Jadi, bisa disimpulkan bahwa parenting adalah cara orang tua dalam membimbing pertumbuhan dan perkembangan anak, yang mencakup berbagai proses, tindakan, serta interaksi antara orang tua dan anak. Dalam hal ini, kedua pihak saling mendapatkan manfaat dan menguntungkan satu sama lain saat anak tumbuh menjadi dewasa.

Islamic Hypnoparenting atau Hipnoparenting Islami adalah suatu bentuk pola asuh yang berlandaskan nilai-nilai ajaran Islam yakni Alquran dan As-sunnah. Disinilah hypnoparenting menempatkan diri, yaitu bagaimana mendidik orang tua dengan cara-cara yang tepat dalam membentuk kepribadian anak. Dalam hypnoparenting, terlebih dahulu otak akan menerima rangsangan eksternal berupa perkataan dan tindakan, kemudian akan ditangkap oleh panca indera, lalu di proses ke dalam pikiran bawah sadar. Semua perkataan dan peristiwa yang terjadi akan terekam kuat dalam pikiran bawah sadar.

⁷ Ulfah, *Digital Parenting, Bagaimana Orang Tua Melindungi Anak-anak dari Bahaya Digital*, h. 41.

⁸ Brooks B, Jane, *Parenting, 3rd edition* (London: Mayfield Publishing Company, t.t.).

⁹ Eva Nur Khofifah, *Parenting Booster* (Jakarta Selatan: Loka Media, t.t.), h. 3.

B. Ayat Alquran yang membahas Islamic Hypnoparenting

1. Surah An-Nisa Ayat 9

Surah An-Nisa terdiri dari 176 ayat dan diwahyukan di Kota Madinah. Surah ini merupakan surah yang terpanjang dalam Alquran setelah Surah Al-Baqarah. Isi surah ini berupa seruan untuk beriman, mengambil pelajaran dari bangsa-bangsa yang ada sebelumnya, memutus hubungan persaudaraan dengan orang-orang yang menjadi musuh Allah, serta membantu anak-anak yang tidak memiliki ayah. Surah ini juga membahas berbagai topik seperti perkawinan, bagaimana membagikan harta warisan setelah seseorang meninggal, pentingnya menaati pemimpin yang berakhlak baik, hijrah, perang suci atau jihad dalam jalan Islam dan hal-hal lainnya.¹⁰

Mengenai penelitian ini, peneliti mengambil pembahasan salah satu ayat yang membahas tentang urusan-urusan keluarga yang terdapat dalam surah An-Nisa ayat. Adapun gambaran umum dari surah An-Nisa ayat 9 yaitu sebagai berikut:

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Artinya: Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatirkan terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar. (Q.S. An-Nisa /4:9).¹¹

2. Asbabun Nuzul Surah An-Nisa Ayat 9

Mujahid ra. Menjelaskan bahwa ayat ini diturunkan berkenaan dengan permintaan Sa'ad bin Abi Waqqas yang suatu saat sedang menderita sakit keras. Lalu Rasulullah SAW datang menjenguknya, maka Sa'ad bin Abi Waqqas berkata: "Wahai Rasulullah, kami seorang yang kaya raya dan tidak memiliki ahli waris kecuali seorang anak perempuan. Adakah boleh aku menyedekahkan dua pertiga dari harta kekayaanku?". Rasulullah menjawab: "Tidak boleh", kemudian kata Sa'ad berkata: "Adakah separuh dari harta kekayaanku?". Rasulullah menjawab: "Tidak!". Sa'ad berkata kembali: "Adakah sepertiga dari harta kekayaanku?". Rasulullah menjawab: "Ya, sepertiga. Sepertiga itu sangat banyak". Kemudian

¹⁰ Kamal Faqih Imani, *Tafsir Nuzulul Qur'an Jilid 3*, h. 471.

¹¹ *Al-Qur'an dan Terjemahnya Departemen Agama RI*.

Rasulullah saw. Bersabda: “Sesungguhnya kamu meninggalkan ahli waris dalam keadaan kaya (berkecukupan) adalah lebih baik daripada meninggalkan ahli waris yang miskin meminta-minta kepada umatnya”.¹²

3. Munasabah Surah An-Nisa Ayat 9

Dalam pembahasan ini penulis menjabarkan munāsabah ayat dengan ayat dalam suatu surah sesuai dengan ayat yang penulis kaji dan hubungan antara surah An-Nisa dengan surat sebelumnya yakni surah Ali Imran dan hubungan An-Nisa dengan surah sesudahnya yakni surah Al-Maidah.

Ayat-ayat yang terdahulu (5-8) terdahulu menjelaskan tentang diharamkan memakan harta anak yatim, serta diperintahkan untuk menyerahkan semua harta tersebut kepadanya bila telah dewasa dan juga larangan mengambil mahar perempuan yang sudah dinikahi atau menikahi tanpa mahar. Maka dalam ayat ini dijelaskan tentang pembagian harta pusaka dan perlakuan terhadap anak-anak yatim dan hartanya.¹³

Adapun munasabah antar surah An-Nisa dengan surah sebelumnya dan surah sesudahnya sebagai berikut: Pertama, hubungan antara surat An-Nisa dengan surah Ali Imran. Yakni pada akhir surat Ali Imran, Allah memerintahkan umat Islam untuk bertakwa, pada ayat ini yang merupakan awal surah An-Nisa selanjutnya perintah bertakwa itu dipertegas kembali, maka dalam permulaan surah An-Nisa ini disebutkan perintah memelihara anak yatim serta pembagian harta pusaka.¹⁴

Kedua, hubungan antara surah An-Nisa dengan surah Al-Maidah, yakni pada surah An-Nisa menerangkan beberapa macam aqad, seperti perkawinan, perceraian, warisan, perjanjian, wasiat dan sebagainya. Selanjutnya, sebagaimana halnya surat Al-Baqarah dan surah Ali Imran mengemukakan hal-hal yang berhubungan dengan pokok-pokok agama seperti keesaan Allah dan kenabian, maka surah An-Nisa dan Al-Māidah menerangkan tentang furu' agama (hukum fiqh), seperti hal-hal yang berhubungan dengan hukum keluarga dan sebagainya.

4. Pendapat Mufassir

a. Tafsir Al-Misbah

¹² Ahmad Hatta, *Tafsir Qur'an Perkata* (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2009), h. 78.

¹³ Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya Jilid 2*, h. 123.

¹⁴ *Al-Qur'an dan Terjemahnya Departemen Agama RI*, h. 111.

Pesan aqidah yang disampaikan dalam surah ini menekankan pentingnya menggunakan kata-kata yang baik, yaitu kalimat-kalimat yang sesuai dengan kebiasaan masyarakat setempat, asal tidak bertentangan dengan nilai-nilai aqidah. Ayat ini mengingatkan agar pesan disampaikan dengan bahasa yang sesuai dengan adat dan kebiasaan masyarakat, sesuai dengan ukuran dan norma yang berlaku di antara mereka.¹⁵

b. Tafsir Fi Zhilalil Quran

Dalam ayat ini, disampaikan bahwa hati orang tua yang sangat peka terhadap anak-anaknya yang masih kecil. Diceritakan bahwa anak-anak mereka seperti burung yang patah sayapnya, tidak ada yang memberi kasih sayang dan melindungi mereka. Hal ini diterangkan kepada mereka tentang anak-anak yatim yang urusannya ditinggalkan kepada mereka setelah kehilangan orang tua. Selain itu, diberi perintah agar mereka bertakwa kepada Allah dalam mengurus anak-anak kecil yang dipercayakan oleh Allah kepada mereka.¹⁶

c. Tafsir Al-Maraghi

Alquran Surah An-Nisa ayat 9 ini adalah masih membahas tentang para wali, yaitu orang tua dan orang yang dititipi anak-anak yatim. Juga membicarakan perintah kepada mereka agar memperlakukan anak yatim dengan baik, berbicara kepada mereka seperti berbicara pada anak sendiri, dengan lembut, baik, dan sopan, serta memanggil mereka dengan sebutan seperti anakku, sayangku, dan sejenisnya.¹⁷

d. Tafsir Kementerian Agama

Dalam tafsir ini dijelaskan bahwa seseorang yang semakin dekat dengan akhir hidupnya diberi peringatan agar berpikir, jangan sampai meninggalkan anak-anak atau keluarga yang lemah dan tidak mampu dalam hal kesejahteraan mereka di masa depan. Oleh karena itu, beribadah kepada Allah dengan taat, mendekatkan diri kepada-Nya, dan selalu berbicara dengan lembut, terutama kepada anak yatim yang menjadi tanggung jawab mereka.

¹⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Jilid 2* (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 354.

¹⁶ Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an: Dibawah Naungan Al-Qur'an* (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), h. 286.

¹⁷ Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Terjemah Tafsir Al-Maraghi Jilid 4* (Semarang: PT. Karya Toha Putra., 1993), h. 347.

C. Analisis Islamic Hypnoparenting dalam Alquran

Alquran memang tidak secara rinci membahas tentang Islamic Hypnoparenting, akan tetapi bisa dipahami dari apa yang tersirat dalam makna ayat Alquran yakni Surah An-Nisa ayat 9:

1. Komunikasi Menggunakan Bahasa yang Positif

Berkomunikasi menggunakan bahasa yang positif dengan surah An-Nisa ayat 9 terdapat dalam makna Qaulan Sadiidan yang artinya dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar lagi tepat. Dalam kitab Tafsir Al-Misbah dijelaskan juga bahwa makna ayat ini menekankan perlunya untuk memilih kata-kata yang positif yakni kalimat-kalimat yang baik agar pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik. Solusi terbaik bagi para orang tua adalah menjalin komunikasi dengan bahasa yang baik sudah jelas dalam surah An-Nisa ayat 9 ini. Penguasaan bahasa yang positif sangat diperlukan oleh para orang tua, sebab tidak sedikit terjadi konflik anak dan orang tua yang terjadi akibat dari kesalahan dalam menggunakan bahasa. Islamic Hypnoparenting yang terdapat dalam surah An-nisa ayat 9 adalah menghindari kata jangan, Untuk menerapkan bahasa yang positif, terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan ketika menyampaikan sesuatu kepada anak, yaitu:

a. Hindari Kata Jangan

Hindari penggunaan kata “jangan” kepada anak khususnya anak usia 1 – 7 tahun, masa emas anak (golden age) karena pikiran bawah sadar tidak bisa mengerti kata jangan, pasti yang dilakukan pikiran bawah sadarnya adalah melakukan kalimat setelah kata jangan. Anak sering sekali mendengar kata larangan “jangan” di kehidupan sehari-hari. “Jangan anak, jangan main, jangan malas, jangan ini dan jangan itu” Alhasil, semakin orang tua sering menggunakan kata “jangan”, maka anak akan semakin melakukannya.

b. Berikan Pujian

Pujian yang baik bisa memberi dampak positif pada anak. Sebagai orang tua, sebaiknya memberikan pujian atau apresiasi kepada anak ketika dia melakukan sesuatu yang benar. Dengan memberikan pujian, pikiran bawah sadar anak akan menyimpan bahwa orang tuanya senang ketika ia melakukan

hal tersebut. Akibatnya, anak akan merasa semangat dan ingin melakukan serta mengulangnya lagi.

c. Gunakan Kata “Tolong, Maaf dan Terimakasih”

Menggunakan kata “tolong” kesannya memang lebih sopan untuk memerintah. Menggunakan kata “tolong” terkesan lebih halus dan lebih manusiawi. Terbiasa menggunakan kata “tolong” dapat menjadikan keluarga jadi lebih hidup dalam berkomunikasi. Selanjutnya, kata “maaf” adalah kata yang digunakan untuk meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan. Setiap manusia pasti memiliki kesalahan, apalagi dalam hal berkomunikasi yang terkadang tidak bisa di kontrol sehingga tidak sengaja melukai hati seseorang. Sebagai orang tua, terapkanlah kata “maaf” dalam kehidupan sehari-hari jika melakukan kesalahan, karena dengan meminta maaf, akan membuat anak merasa kalau dirinya dihargai dan diperhatikan. Selanjutnya kata “terima kasih” merupakan wujud dari rasa syukur. Menerapkan kata “terima kasih” dalam keluarga dapat mengajarkan kepada anak secara langsung dan tidak langsung tentang bagaimana menghargai orang lain dan menghargai dirinya sendiri. Menggunakan kata “terima kasih” dalam keluarga juga merupakan bentuk apresiasi orang tua kepada anak.

2. Komunikasi Menggunakan Strategi yang Tepat

Surah An-nisa ayat 9 memberikan isyarat bagi orang tua untuk memberikan nasehat kepada anak melalui strategi yang tepat. Tafsir Al-Misbah memberikan makna mengenai Qaulan Sadiidan yaitu seorang yang menyampaikan sesuatu/ucapan yang benar dan mengena tepat pada sasarannya. Ayat ini tidak sekadar berarti benar, sebagaimana terjemahan sementara penerjemah, tetapi ia juga harus berarti tepat sasaran.

Banyak golden moment (momen emas) yang sering dilewatkan oleh para orang tua selama bersama dengan anak, padahal golden moment itulah waktu yang tepat untuk mendidik anak. Islamic Hypnoparenting berkaitan dengan komunikasi yang dilakukan dengan cara melakukan hipnosis (sugesti) yang positif, hypnoparenting ini dilakukan dengan mengendalikan sugesti positif yang dihembuskan orang tua ke dalam pikiran bawah sadarnya melalui strategi yang tepat.

a. Menatap Wajah Anak

Melihat wajah anak adalah momen yang baik saat berkomunikasi. Ini sangat penting ketika anak sedang berbicara, lalu orang tua melihat wajahnya, anak akan merasa perkataannya didengar, diperhatikan, dan dihargai, sehingga merasa nyaman saat berbicara dengan orang tua. Melihat wajah anak sambil memberi nasihat kecil-kecilan, karena tatapan memiliki kekuatan yang hebat. Tatapan bisa membuat frekuensi komunikasi antara orang tua dan anak menjadi lebih sejalan. Selain itu, tatapan juga bisa meningkatkan rasa kasih sayang dan cinta.

b. Storytelling

Dalam Alquran terdapat banyak kisah yang jika diceritakan kepada anak berulang-ulang dan konsisten maka akan memunculkan pribadi anak yang jauh lebih baik. Misalnya kisah Uwais Al-Qarni, ketika didongengkan sebuah cerita, anak akan diam dan terbenyong karena fokus untuk menyimak cerita yang didongengkan oleh orang tua. Kesempatan ini merupakan waktu yang sangat efektif dalam menghipnosis anak karena ketika akan tidur gelombang otak anak berada dalam kondisi Alpha. Sehingga saat anak mendengarkan, maka pikiran bawah sadarnya menangkap nilai-nilai moral dan pesan yang tersirat dalam kisah tersebut.

Metode bercerita atau storytelling merupakan metode yang cukup efektif dalam menarik perhatian anak. Sejak zaman dahulu orang tua menggunakan cerita sebagai pengantar tidur. Terdapat kekuatan yang sangat besar di balik storytelling. Ketika orang tua bercerita kepada anak, maka anak akan terbangun imajinasinya, sehingga pada saat itu anak akan mudah menangkap nilai-nilai yang terkandung dalam cerita. Hal ini terbukti bahwa manfaat storytelling begitu besar dalam mempengaruhi atau menanamkan nilai-nilai positif kepada anak.

3. Komunikasi Menggunakan Teknik Pengulangan

Surah An-Nisa ayat 9, makna (سَدِيدًا) sadiidan, dalam tafsir Al-Misbah menurut pakar bahasa, Ibn Faris menunjuk kepada makna istiqamah/konsisten. Surah An-nisa ayat 9 ini menekankan kepada para orang tua agar mendidik atau menasehati anak secara konsisten dengan mengulang-ngulang setiap hari.

Sebagai seorang Muslim, hendaknya orang tua membiasakan untuk mendidik anak secara berulang-ulang, seperti shalat 5 waktu setiap hari, puasa ramadhan, membiasakan membaca Alquran setiap hari, shalat sunnah dan melakukan kebiasaan-kebiasaan baik lainnya. Dengan dilakukannya pengulangan setiap hari, maka akan jadi kebiasaan bagi sang anak di kemudian hari. Sebab Allah swt dan Rasulullah saw sangat menyukai orang-orang yang melakukan suatu kebaikan yang dilakukan secara berulang-ulang (istiqomah). Hal ini berarti metode pengulangan memang bagus diterapkan untuk mendidik anak, karena metode islamic hypnoparenting ini adalah metode cepat dan efektif untuk mengajarkan anak sesuai dengan contoh yang diberikan oleh Rasulullah saw. Untuk menerapkannya, lakukan setiap hari dan ulangi kalimat tersebut setiap kali berinteraksi dengan anak.

4. Komunikasi Menggunakan Kasih Sayang

Tafsir Al-Maraghi juga memaparkan bahwa orang-orang yang ditugaskan mengasuh anak yatim harus memberi perlakuan yang baik kepada anak yatim, berbicara kepada mereka seperti berbicara kepada anak kandungnya sendiri, yaitu dengan lembut, baik, dan sopan, serta memanggil mereka dengan sebutan seperti "anakku" atau "sayangku" dan sebagainya.

Memanggil anak dengan perkataan yang halus, baik dan sopan adalah bentuk memperlakukan anak dengan kasih sayang. Seorang anak akan merasa dilindungi dan dihargai ketika mereka mendapatkan kasih sayang dari orang disekitarnya. Bentuk kasih sayang kepada anak dapat ditunjukkan dengan komunikasi nonverbal, komunikasi nonverbal ini adalah sebuah proses penyampaian pesan yang dilakukan melalui kata-kata atau bahasa. Memperlakukan anak dengan kasih sayang dapat dilakukan dengan cara seperti:

a. Mengusap kepala anak

Mengusap kepala anak sambil mendo'akan keberkahan untuknya akan membuat anak merasa mendapatkan kasih sayang sehingga anak akan merasa dilindungi dan disayangi. Ketika mengusap kepala anak, usahakan sambil mengucapkan perkataan-perkataan yang baik, sopan dan bisikkan ditelinga anak sugesti yang dapat mempengaruhi kepribadiannya di masa depan.

b. Memberikan pelukan kepada anak

Perlu diketahui bahwa pelukan akan menciptakan sebuah kenyamanan yang tidak bisa digantikan dengan apapun. Pelukan mampu menentramkan jiwa anak dan membuat anak merasa dilindungi, merasa tentram dan disayangi. Memberikan pelukan kepada anak adalah waktu yang tepat untuk menanamkan sugesti yang positif. Ketika memberikan pelukan, anak akan merasa bahwa dirinya sangat dekat dengan orang yang memeluknya, maka gunakanlah kesempatan ini untuk menasehati anak dengan ucapan-ucapan yang lembut dan sopan santun sehingga akan tersimpan dalam pikiran bawah sadar anak.

c. Memberikan senyuman kepada anak

Memberikan senyuman dapat mempengaruhi pikiran bawah sadar anak. Ketika seorang anak sedang asyik bermain, maka seorang ibu yang ingin memberhentikan anaknya bermain dapat dilakukan dengan cara memberikan senyuman, sambil memegang pundak anak lalu mengucapkan kata-kata yang dapat menyugesti anak, seperti “Anakku sayang, mainnya dilanjutkan besok aja yaa”. Melakukan dengan cara seperti itu akan lebih baik daripada menegur dengan cara marah-marah atau teriak-teriak.

KESIMPULAN

Dari hasil uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ayat Alquran yang membahas mengenai Islamic hypnoparenting yaitu surah An-Nisa ayat 9, menjelaskan secara spesifik cara mendidik anak melalui komunikasi yang baik. Adapun komunikasi tersebut ialah komunikasi dengan bahasa yang positif, komunikasi menggunakan strategi yang tepat, komunikasi dengan teknik pengulangan dan komunikasi dengan kasih sayang.

Metode Islamic hypnoparenting ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk menambah ilmu sebagai referensi khususnya bagi para orang tua dalam mendidik anak.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Hatta, Tafsir Qur'an Perkata (Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2009), h. 78.

- Ahmad Mustafa Al-Maraghi, Terjemah Tafsir Al-Maraghi Jilid 4 (Semarang: PT. Karya Toha Putra., 1993), h. 347.
- Alqur'an dan Terjemah Departemen Agama RI., h. 116.
- Amir Hamzah, Metode Penelitian Kepustakaan Library Research Edisi Revisi (Sampang: Literasi Nusantara, 2020), h. 24.
- Brooks B, Jane, Parenting , 3rd edition (Londond: Mayfield Publishing Company, t.t.).
- Departemen Agama Republik Indonesia, Alqur'an dan Terjemah Departemen Agama RI. (Semarang: CV. Toha Putra, 1989), h. 27.
- Eva Nur Khofifah, Parenting Booster (Jakarta Selatan: Loka Media, t.t.), h. 3.
- Jack Elias, Hipnosis & Hipnoterapi Transpersonal/NPL (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), h. 8.
- Kamal Faqih Imani, Tafsir Nuzulul Qur'an Jilid 3, h. 471.
- M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Misbah Jilid 2 (Jakarta: Lentera Hati, 2002), h. 354.
- Mohammad Noer, Hypno Teaching for Cucces Learning (Yogyakarta: Pustaka Insan Madani, 2010), h. 17.
- Nursapia Harahap, "Penelitian Kepustakaan" Vol. 8 No. 1 (2014): h. 7.
- Sayyid Quthb, Tafsir Fi Zhilalil Qur'an: Dibawah Naungan Al-Qur'an (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), h. 286.
- Silawati dan Afrida Yanti, "Pemanfaatan Hypnoparenting dalam Menanamkan Karakter Anak di Lembaga Konseling dan Konsultasi Pekanbaru Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau," t.t.
- Ulfah, Digital Parenting, Bagaimana Orang Tua Melindungi Anak-anak dari Bahaya Digital, h. 41.