

karakter anak sesuai karakter yang ingin ditanamkan pada diri anak yang disampaikan saat anak berada dalam kondisi alam bawah sadar yang seperti sedang tidur atau mendekati tidur. Dengan begitu perilaku negatif pada anak dapat dirubah dengan cara yang mudah dan dapat menambah kedekatan anak dengan orangtua melalui *hypnosleep*. *Hypnosleep* dilakukan ketika anak mau tidur malam dilanjut pada saat anak bangun pagi dan dilakukan secara rutin atau bertahap. Dalam *hypnosleep*, orang tua berperan sebagai hipnotis, sementara anak selaku suyet atau orang yang dihipnosis.

Gelombang otak manusia dibagi menjadi empat kategori yaitu, *beta* (<12-25Hz), *alpha* (<8-12Hz), *theta* (<4-8Hz) dan *delta* (<0.5-4Hz). Gelombang otak dapat diukur dengan alat *electroencephalograph (EEG)*.

Gambar 2.1

Gelombang Otak Manusia

Brain Wave Frequencies		
Brain-wave Frequency	State of Consciousness	Brain-wave Sample
BETA 40 to 30 cps	Fully-Awake, Alert, Excitement, Tension	
ALPHA 8 to 13 cps	Deeply-Relaxed, Passive-Awareness, Composed	
THETA 4 to 7 cps	Drowsiness, Unconscious, Deep-Tranquility	
DELTA .5 to 3.5 cps	Sleep, Unaware, Deep-Unconsciousness	

Otak manusia memancarkan frekuensi tertentu untuk setiap kondisi. Gelombang otak paling rendah adalah gelombang

dapat ditangani dengan mudah dan dapat merubah perilaku negatif anak menjadi perilaku yang lebih baik lagi dengan menanamkan sugesti positif melalui kata-kata, dongeng atau cerita.

d. *Hypnosleep* dalam Perspektif Islam

Seperti yang telah dijelaskan diawal, bahwa *hypnosleep* adalah suatu media ‘penyembuhan’ dengan cara membawa konseli dalam kondisi *trance*. Ketika anggota tubuh dan otak konseli berada dalam suasana rileks dan nyaman, maka pintu masuk bagi kekuatan bawah sadar manusia akan terbuka. Pada kondisi semacam ini, terapis memberikan sugesti-sugesti positif dalam rangka untuk menangani perilaku negatif anak.⁶²

Setelah peneliti pelajari tentang *hypnosleep* dalam perspektif Islam, ternyata sebenarnya konsep yang dipakai dan dikembangkan di dunia *hipotisme* sudah dipraktikkan dalam Islam, yakni utilisasi (penggunaan) alam bawah sadar, *alpha-theta*. Dimana kondisi ini disejajarkan dengan *khusyu*’ oleh Agus Mustofa.⁶³ Misalnya pada ayat berikut:

قُلْ أَدْعُوا اللَّهَ أَوْ أَدْعُوا الرَّحْمَنَ أَيًّا مَا تَدْعُوا فَلَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ وَلَا تَجْهَرُوا بِصَلَاتِكُمْ وَلَا تَخَافُتْ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا ﴿١١٠﴾

⁶² Marpuah, *Metode Hipnoterapi pada Penanganan Anak Phobia di Tranzcare Mampang Prapatan Jakarta Selatan*, (Skripsi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah, 2009), hal.43

⁶³ Agus Mustofa, *Energi Dzikir Alam Bawah Sadar*, (Surabaya:PADMA Press, 2011),hal.

Verbal sebagai Bentuk Penghindaran Perlakuan Kekerasan pada Anak Prasekolah" menjelaskan bahwa tingkah laku eksternalisasi pada anak prasekolah merujuk pada tingkah laku yang ditunjukkan dengan karakteristik kegagalan anak dalam mengontrol emosi dan impuls-impuls pada dirinya, yang menyebabkan beberapa tingkah laku antara lain seperti tingkah laku agresif, tidak patuh, tingkah laku merusak barang, atau bentuk perilaku penyimpangan.

Secara umum, tingkah laku tersebut menyebabkan lingkungannya seperti orang tua, saudara, *peer group*, serta sekolah menjadi terganggu dengan tingkah laku anak tersebut, bahkan seringkali teman-teman di prasekolah menjadi korban atas perilakunya. Meskipun diyakini bahwa beberapa tingkah laku akan berubah seiring dengan usia, namun tetap diyakini dari hasil penelitian bahwa tingkah laku bermasalah eksternal yang muncul pada usia dini akan relatif stabil pada usia-usia selanjutnya. Faktor-faktor yang dianggap sebagai faktor resiko terlihat dalam berbagai variasi bentuk tingkah laku diberbagai *setting*, baik di rumah maupun di sekolah. Dari hasil beberapa penelitian dinyatakan bahwa tingkah laku bermasalah memiliki korelasi dengan aktivitas pengasuhan di rumah maupun di sekolah, sehingga berbagai macam perlakuan kekerasan sering terjadi di rumah oleh orang tua terhadap anak maupun antar anak prasekolah di sekolah.

Menurut *Ecological System Theory* dari Bronfenbrenner, keluarga dan institusi pendidikan prasekolah merupakan lingkungan terdekat

(*immediate environment*) bagi anak. Salah satu ranah perkembangan yang dibelajarkan di masa ini adalah bahasa. Menurut ahli, perkembangan bahasa memuncak selama usia prasekolah. Kata-kata baru diperoleh dengan mengagumkan didorong perkembangan otak yang pesat. Para anak prasekolah belajar memahami dunia sekitarnya melalui pengamatan dan interaksi sosial. Bahasa sebagai alat komunikasi verbal merupakan alat bantu untuk belajar mempraktekkan keterampilan sosial. Oleh karena itu, perlu penanganan dan strategi yang ditanamkan kepada anak dan orang tua, baik di sekolah melalui pendidik maupun di rumah dengan menggunakan teknik pembiasaan komunikasi verbal agar perlakuan kekerasan antar anak dan orang tua terhadap anak dapat dihindari.

Dalam jurnal penelitian tersebut terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini yakni sama-sama membahas tentang perilaku bermasalah pada anak-anak. Perbedaannya pada jurnal penelitian tersebut menggunakan teknik pembiasaan komunikasi verbal, sedangkan pada penelitian ini menggunakan terapi *hypnosleep* dalam menanganinya.⁸⁰

Dalam jurnal yang ditulis oleh Ani Nur Aeni jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang tentang "*Pendidikan Karakter Untuk Siswa SD Dalam Perspektif Islam*" dijelaskan bahwa pendidikan karakter merupakan sebuah upaya untuk

⁸⁰Rita Eka Izzaty, *Strategi Penanganan Tingkah Laku Bermasalah Eksternalisasi melalui Teknik Pembiasaan Komunikasi Verbal sebagai Bentuk Penghindaran Perlakuan Kekerasan pada Anak Prasekolah*, (Staf Pengajar Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, April, 2007), hal .01

membangun karakter anak. Sedangkan karakter dapat disebut dengan pendidikan akhlak, yang bertujuan untuk membentuk akhlak karimah. Landasan pendidikan karakter dalam Islam adalah al-Qur'an dan Hadits.

Proses pendidikan karakter pada anak SD harus disesuaikan dengan tahap perkembangan dan pembentukan karakter pada usia anak SD, dalam operasionalnya di SD dapat menggunakan model TADZKIRAH (Teladan, Arahkan, Dorongan, Zakiyah, Kontinuitas, Ingatan, *Repitition*, Organisasikan dan *Heart*) yang memiliki arti peringatan dan memiliki makna yang *pertama* teladan, seorang guru harus memberikan contoh atau keteladanan yang baik untuk siswanya. *Kedua* arahkan atau memberikan bimbingan, berdasarkan tahap perkembangan siswa SD sudah mengenal baik-buruk, benar-salah, yang diperhatikan yang dilarang, maka dalam hal ini harus diberikan arahan atau bimbingan untuk mencapai yang baik, benar dan diperintahkan. *Ketiga* dorongan atau motivasi, pemberian motivasi oleh guru sangat penting dilakukan dalam rangka membangkitkan semangat dan menumbuhkan rasa percaya diri siswa. *Keempat* zakiyah atau bersih, murni, para guru memiliki hati yang bersih dan ikhlas dalam memberikan bimbingan dan arahan. *Kelima* kontinuitas atau pembiasaan, yakni dengan menggunakan metode pembiasaan. *Keenam* ingatan, guru mengingatkan siswa bahwa senantiasa kita berada dalam pengawasan Allah, dampaknya siswa lebih menjaga sikapnya. *Ketujuh* repitisi dan refleksi atau pengulangan. *Kedelapan heart*, proses pendidikan kepada siswa dengan menyentuh sisi yang paling sensitif yakni hatai atau qolbu

