

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Hypnoparenting Islami

1. Pengertian Hypnoparenting Islami

Hypnoparenting berasal dari dua kata yaitu *hipnosis* dan *parenting* (mendidik anak). Hypnoparenting merupakan salah satu aplikasi hipnosis untuk tujuan merawat dan mendidik anak (*parenting*).

Hipnosis merupakan kondisi seseorang dibawah pengaruh sugesti. Gelombang otaknya berada pada gelombang alpha atau theta (bawah sadar), sehingga kondisinya relaks dan mudah ditanamkan sugesti oleh situasi yang berlangsung pada saat itu.¹

Hipnosis adalah fenomena alamiah dan ilmiah, yang dialami setiap manusia. Dikatakan alamiah karena, manusia memang sudah terbiasa masuk dan mengalami kondisi hipnosis.² Hipnosis dikatakan ilmiah, karena hipnosis bisa diurai, dianalisis dan dipelajari polanya, kemudian dipetakan secara sistematis.

Hipnosis bukan sesuatu yang irasional dan diluar nalar, karena keberadaan hipnosis bisa memenuhi kaidah sebab akibat. Hipnosis ada 2 macam, yaitu sebagai berikut:

a) Hipnosis informal

Hipnosis informal sama dengan hipnosis alamiah, yaitu hipnosis yang terjadi secara alami yakni tubuh manusia menyerahkan geraknya atas dominasi pikiran bawah sadar seseorang tidak memiliki ruang untuk melakukan penolakan.

¹ Dewi P. Faeni, *Hypnoparenting*, (Jakarta: Noura Books, 2015), cet.1., hlm.4.

² Asep Herna, *Hebatnya Hipnosis Anak*, (Jakarta: Panda Media, 2014), cet.1, hlm. 83.

b) Hipnosis formal

Hipnosis formal adalah sebuah seni komunikasi baik verbal maupun non verbal untuk menggeser kesadaran manusia dari kesadaran normal ke pikiran bawah sadar. Fungsi hipnosis formal untuk anak dibagi menjadi 2, yaitu; *pertama*, fungsi terapeutik yaitu untuk memasukkan sugesti terapi sebagai solusi atas masalah yang diderita anak. Wujudnya antara lain melepas emosi negatif anak, menyembuhkan penyakit psikosomatik (penyakit yang diakibatkan problem mental), menghilangkan kebiasaan buruk, trauma, fobia, dan lain sebagainya. *Kedua*, fungsi empowerment, yaitu membangkitkan kompetensi dan potensi anak sehingga terjadi lompatan prestasi yang jauh lebih baik dari sebelumnya. Yang masuk dalam kategori ini adalah meningkatkan daya ingat anak, meningkatkan semangat belajar, keberanian, percaya diri, kreativitas dan lain sebagainya.³

Kedua fungsi diatas harus dimiliki dan dilakukan oleh seorang hipnoterapist dengan benar. Hipnoterapist adalah orang yang sedang melakukan terapi hipnosis kepada seseorang yang dihipnosis. Proses hipnosis dikatakan berhasil, ketika seorang hipoterapist berhasil membawa frekuensi gelombang otak anak pada frekuensi tetha. Karena, pada kondisi tetha pikiran bawah sadar seseorang tetap aktif dan panca indera masih menerima stimulus dari luar. Sehingga frekuensi ini adalah frekuensi yang sangat tepat untuk memasukkan sugesti kepada anak.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa, hypnoparenting adalah suatu ilmu yang menggabungkan pengetahuan tentang mendidik dan membesarkan anak dengan pengetahuan hipnosis. Hypnoparenting merupakan suatu usaha yang dilakukan

³ *Ibid.*, hlm. 85-87.

oleh orang tua dan pendidik dengan mempetakan dan membuat sistemasi atas segala hal yang berhubungan dengan tugas sebagai orang tua ditinjau dari sudut pandang cara kerja pikiran dan pengaruh agar anak dapat mandiri dan siap menghadapi masa depannya.⁴

Hypnoparenting juga dapat diartikan sebagai pembinaan anak dengan memperhatikan pengaruh hipnosis untuk menanamkan rekaman/sugesti positif pada pikiran bawah sadar anak.⁵ Hypnoparenting adalah seni mendidik anak dengan menggunakan pendekatan komunikasi verbal dan nonverbal sehingga apa yang disampaikan oleh orang tua kepada anaknya tersimpan rapi dalam pikiran bawah sadarnya.⁶

Adapun *hypnoparenting Islami* yaitu, seni mendidik anak dengan komunikasi verbal maupun nonverbal yang sangat efektif, sehingga setiap perkataan dan nasehat kita didengarkan dan disimpan di pikiran bawah sadar anak sampai ia dewasa. Pikiran bawah sadar merupakan *long term memory* (memori jangka panjang), sehingga apapun yang disimpan di dalam pikiran bawah sadar akan menjadi bagian dari tingkah laku atau akhlak seseorang.⁷

Misalnya melatih anak untuk bersedekah. Sedekah merupakan latihan berbagi kebahagiaan untuk orang lain, sedekah mendidik anak untuk tidak serakah, saling berbagi kepada sesama, dan mensyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah kepada kita.

⁴ Arismantoro, *Tinjauan Berbagai Aspek Character Building: Bagaimana Mendidik Anak Berkarakter?*, (Yogyakarta: Tiara Wacana, 2008), hlm. 40.

⁵ Bianda Nadia, *Hipnotis Metode Terapi Anak dengan Hipnoterapy*, (Jakarta: Gudang Ilmu, 2010), hlm. 124.

⁶ Henny Puspitarini, *Hypnoparenting Islami Mendidik Anak Berbasis Qur'ani*, (Klaten: Caesar Media Pustaka, 2015), cet.1, hlm. 82.

⁷ Septian el Syakir, *Islamic Hypnoparenting Mendidik Anak Masa Kini Ala Rasulullah*, (Jakarta: PT kawan Pustaka, 2014), cet.1, hlm. 15.

Anak yang dibiasakan untuk saling berbagi maka akan menjadi anak yang berhati lembut dan penyayang.⁸ Orang tua yang berhasil menanamkan nilai-nilai kebaikan dipikiran bawah sadar anak, seperti halnya melatih anak untuk bersedekah, akan membuat anak terjaga sampai kelak ia dewasa nanti.

2. Langkah-Langkah Hipnosis Anak

Hipnosis adalah seni komunikasi, karenanya dalam proses hipnosis diperlukan kreativitas dan improvisasi tinggi. Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam menghipnosis anak yaitu sebagai berikut:

a) Prainduksi

Prainduksi ini adalah tahapan ketika si anak menjadi nyaman dan tenang.⁹ Filosofi dari prainduksi adalah cara membangun kepercayaan anak. Proses hipnosis akan berhasil ketika anak percaya dan bersedia untuk di hipnosis.

Prainduksi terdapat dua elemen, yaitu: *pertama*, pahami dan mengerti apa masalah anak dan apa yang sangat dibutuhkan anak, prosesnya yaitu harus dilakukan dengan sangat simpatik. *Kedua*, ketahui tipe sugestibilitas anak, fungsinya untuk mengetahui apakah anak masuk ke katagori sangat sugestif, moderat atau sulit. Selain itu, untuk melatih kepekaan anak terhadap sugesti-sugesti yang diucapkan. Anak dilatih untuk menyinergika pikiran dan merespons tubuhnya.¹⁰

b) Induksi

⁸ *Ibid.*, hlm. 186.

⁹ Dewi P. Faeni, *op.cit.*, hlm. 26.

¹⁰ Asep Herna, *op.cit.*, hlm. 88-89 .

Induksi merupakan tindakan menggeser kesadaran anak untuk memasuki ke pikiran bawah sadarnya. Induksi merupakan upaya awal mengistirahatkan atau membuat lengah anak. Dalam tahapan ini, kondisi anak seperti sedang dibius dan biasanya masih mendengar suara dengan sayup-sayup. Filosofi dari teknik ini adalah mengajak anak untuk merilekskan bagian-bagian tubuhnya secara bertahap, dari mulai ujung kepala hingga telapak kakinya.¹¹

c) Deepaning (Pendalaman)

Deepaning adalah teknik dalam hipnosis untuk mempertahankan atau bahkan memperdalam rileksasi. Karena, induksi hanya mengantarkan anak pada kondisi rileksasi ringan (*light trance*). Kondisi pada tahap ini sangat mungkin berakhir, karena intervensi *critical factor* anak yang segera membuat anak kembali ke kesadaran normal . maka harus sesegera mungkin melakukan *deepaning* sehingga anak bisa tetap dalam kondisi hipnosis, bahkan masuk ke wilayah *trance medium* atau dalam.¹²

d) Sugesti Terapeutik

Sugesti terapeutik merupakan bagian terpenting dalam proses hipnosis. Sugesti terapeutik adalah proses *installment* program positif baik untuk menyelesaikan masalah (terapi) maupun pembangkit potensi diri anak (*empowerment*).¹³

Pada tahapan ini, usahakan anak berada dalam gelombang tetha, karena ini merupakan waktu yang tepat (*golden moment*) untuk memasukkan sugesti positif

¹¹ *Ibid.*, hlm. 89-90.

¹² *Ibid.*, hlm. 95.

¹³ *Ibid.*, hlm. 100.

kepada anak dengan menggunakan kata-kata yang membangun atau konstruktif. Pada tahapan ini harus dilakukan dengan cepat dan efektif, jangan sampai anak tertidur atau masuk dalam gelombang delta, karena hipnosis akan menjadi sia-sia.¹⁴

Sugesti terapeutik harus dirancang saat anak bahkan keluar dari kondisi hipnosis atau pascahipnosis. Sehingga sugesti yang diperoleh dan dimasukkan kedalam pikiran bawah sadar akan menetap dimemori anak dan siap dijalankan oleh anak.

e) Terminasi

Ketika proses terapi atau *empowerment* selesai, tahap selanjutnya yaitu terminasi. Terminasi adalah proses membangunkan anak dari kondisi teta atau alpha ke kondisi betha (kesadaran normal) . sama dengan ketika proses induksi, terminasi harus dilakukan dengan pelan dan bertahap. Hal ini bertujuan, agar anak merasa nyaman, karena sistem tubuhnya dipersiapkan terlebih dahulu untuk bangun. Semakin lama proses terminasi, maka semakin baik. Karena, semakin siap sistem tubuh anak untuk bangun. Proses terminasi sebaiknya digunakan sambil memperkuat sugesti terapeutik, sehingga sugesti tersebut semakin efektif dan dijalankan dalam kehidupan sadar.¹⁵

3. Metode Hypnoparenting Islami

Metode yang digunakan dalam hypnoparenting Islami sebagaimana yang dicontohkan oleh Rasulullah yaitu sebagai berikut:

a) Menanamkan kalimat tauhid

¹⁴ Dewi P. Faeni, *op.cit.*, hlm. 27-28.

¹⁵ Asep Herna, *op.cit.*, hlm. 107-108.

Rasulullah sudah mencontohkan hal yang pertama kali harus diajarkan kepada anak adalah keimanan, bahkan sebelum mempelajari Al Qur'an. Karena keimanan merupakan pondasi seseorang dalam menjalankan kehidupan. Rasulullah mengajarkan keimanan terlebih dahulu ketika masih kecil karena, anak-anak sangat mudah merekam informasi dan menyimpan dalam pikiran bawah sadarnya atau hatinya yang sifatnya jangka panjang dan permanen sehingga menjadi keyakinan dan menentukan karakteristik si anak. Karena, tanpa keimanan seberapapun tinggi tingkat ilmu pengetahuan dan teknologi yang dicapai oleh manusia tidak akan pernah memperoleh kedamaian hati dalam diri seseorang.¹⁶

Allah SWT berfirman:

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ (١٣)

“Dan (ingatlah) ketika luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya: “Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Alla, sesungguhnya mempersekutukan Allah adalah benar-benar kezaliman yang besar”. (QS. Luqman:13)¹⁷

Ayat diatas menjelaskan tentang pesan lukman kepada anaknya untuk tidak menyekutukan Allah. Oleh karena itu jelaslah sudah bahwa dengan memberikan pendidikan tauhid kepada anak adalah prioritas utama dalam upaya mendidik dan mengembangkan potensi fitrah anak untuk menjadi landasan dasar bagi pengembangan seluruh potensi yang dimilikinya.¹⁸

Seorang anak yang ketika masih kecil sudah ditanamkan tentang keimanan, diberi pemahaman tentang kalimat tauhid, serta diceritakan tentang kebesaran

¹⁶ Septian el Syakir, *op.cit.*, hlm. 33-34

¹⁷ Departemen Agama, *Al-qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Departemen Agama, 1990), hlm. 654.

¹⁸ Juwariyah, *Dasar-dasar Pendidikan Anak dalam Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Teras, 2010), cet. 1, hlm. 51.

Allah SWT, maka anak tersebut akan tumbuh menjadi anak yang baik karena anak tersebut sudah memiliki pondasi yang kuat.

Selain itu, mendahulukan pendidikan tauhid bisa melembutkan hati anak. Anak yang berhati lembut mudah menerima nasehat yang baik dari orang tuanya. Jika anak tidak diajarkan kalimat tauhid maka hati akan menjadi keras sehingga nasehat apapun yang diberikan selalu dibantah dan tidak ditaati oleh anak.

b) Role model (Teladan, panutan atau contoh)

Role model adalah panutan atau teladan, yaitu sesuatu yang patut ditiru atau baik untuk dicontoh, seperti kelakuan, perbuatan, sifat dan lain sebagainya. Sebagai orang tua, yang harus dilakukan adalah menanamkan role model yang benar sejak kecil, sehingga ketika anak mengalami sebuah masalah, anak bisa mengatasinya sesuai dengan yang dilakukan oleh role modelnya.

Adapun role model yang harus dijadikan panutan oleh anak yaitu Rasulullah. Rasulullah adalah role model yang harus ada di hati anak-anak. Allah SWT berfirman:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا. (الاحزاب: ٢١)

“ Sesungguhnya pada Rasul Allah (Muhammad) ada ikatan yang baik bagimu, yaitu bagi orang yang mengharap (pahala) Allah dan hari yang kemudian, serta ia banyak mengingat Allah.” (QS. Al-Ahzab: 21)¹⁹
Allah sudah menyiapkan tauladan yang baik untuk anak yaitu Rasulullah

SAW sebagai panutan yang baik agar anak tidak tersesat dalam hidupnya. Semua yang baik dan benar ada pada diri Rasulullah, mulai dari perkataan, sifat, tingkah laku, dan seluruh akhlaknya.

¹⁹ Departemen Agama, *op.cit.*, hlm. 670 .

c) Memahami dunia anak

Sebagai orang tua harus bisa memahami dunia anak, seperti halnya dalam kecerdasan majemuk anak (*multiple intelligences*). Konsep ini memiliki esensi bahwa setiap orang adalah unik, setiap orang perlu menyadari dan mengembangkan ragam kecerdasan manusia dan kombinasi-kombinasinya.²⁰

Setiap orang memiliki kombinasi kecerdasan yang berbeda. Menurut Gardner, kecerdasan seseorang tidak diukur dari tes psikologi standar, namun dapat dilihat dari kebiasaan seseorang menyelesaikan masalahnya sendiri (*problem solving*), serta kebiasaan seseorang menciptakan produk-produk baru yang mempunyai nilai budaya (*creativity*).²¹

kecerdasan majemuk sendiri dibagi menjadi 8 macam, yaitu:

(1) Kecerdasan linguistik (*word smart*)

Kecerdasan linguistik adalah kemampuan menggunakan kata-kata secara efektif, baik secara lisan maupun tulisan. Kecerdasan ini mencakup kepekaan terhadap arti kata, suara, ritme dan intonasi dari kata yang diucapkan. Strategi pembelajarannya yaitu, mengajak anak berdialog dan berdiskusi, membacakan cerita, bermain peran, dan lain sebagainya.

(2) Kecerdasan logika matematika (*logic smart*)

Kecerdasan logika matematika adalah kemampuan seseorang dalam memecahkan masalah. Ia mampu memikirkan dan menyusun solusi dengan urutan yang masuk akal. Strategi pembelajarannya yaitu, bermain puzzle, bermain dengan bentuk-bentuk geometri, eksperimen sederhana, dan lain-lain.

²⁰ Septian el Syakir, *op.cit.*, hlm. 48.

²¹ Chatib Munif, *Gurunya Manusia*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2011), cet.1, hlm. 132.

(3) Kecerdasan kinestetik atau fisik (*body smart*)

Kecerdasan kinestetik adalah kemampuan dalam menggunakan tubuh kita secara trampil untuk mengungkapkan ide, pemikiran dan perasaan. Strategi pembelajarannya yaitu, mengajak anak bermain bersama, berolahraga, bermain drama, dan lain-lain.

(4) Kecerdasan visual spasial (*picture smart*)

Kecerdasan visual spasial adalah kemampuan untuk melihat dan mengamati dunia visual dan spasial secara akurat. Strategi pembelajarannya yaitu, mengajak anak melukis, menggambar, atau mewarnai, membuat prakarya, dan lain sebagainya.

(5) Kecerdasan intrapersonal (*self smart*)

Kecerdasan intrapersonal adalah kemampuan yang berhubungan dengan kesadaran dan pengetahuan tentang diri sendiri. Strategi pembelajarannya yaitu, bercakap-cakap, membuat jadwal kegiatan sehari-hari, dan lain-lain.

(6) Kecerdasan interpersonal (*people smart*)

Kecerdasan interpersonal adalah kemampuan untuk mengamati dan mengerti maksud, motivasi, dan perasaan orang lain. Strategi pembelajarannya yaitu, membuat peraturan bersama dalam keluarga melalui diskusi, melatih anak-anak menghargai perbedaan pendapat, dan lain sebagainya.

(7) Kecerdasan musikal (*music smart*)

Kecerdasan musikal adalah kemampuan untuk menikmati, mengamati, membedakan, mengarang, membentuk, dan mengekspresikan bentuk-bentuk

musik. Strategi pembelajarannya yaitu, mengajak anak bermain alat musik, menirukan berbagai nada, mengajak anak bernyanyi, dan lain-lain.

(8) Kecerdasan naturalis (*nature smart*)

Kecerdasan naturalis adalah kemampuan untuk mengenali, membedakan, mengungkapkan, dan membuat kategori terhadap apa yang dijumpai di alam maupun lingkungan. Strategi pembelajarannya yaitu, karya wisata alam, menanam pohon di halaman rumah dan mencatat perkembangannya, dan lain sebagainya.²²

Selain kedelapan kecerdasan diatas, ada kecerdasan majemuk yang ke sembilan yaitu, kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang menyangkut kemampuan manusia mengenal Tuhannya, meyakini keberadaan dan keesaannya, serta melakukan apa yang diperintahkan dan menjahui apa yang dilarang. Adapun strategi pembelajarannya yaitu, diskusi bersama tentang semua ciptaan Tuhan, mengenalkan tata cara sholat yang benar, serta menghafal surat-surat pendek.²³

Dengan mengetahui kecerdasan yang dimiliki anak, maka lebih mudah orang tua untuk memahami dunia anak, serta lebih mudah untuk mengetahui apa yang dibutuhkan anak saat ini.

d) Membangun rapport (Hubungan)

Rapport berasal dari bahasa perancis (*rapo*), yang berarti hubungan, relasi yang harmonis, nyaman, serasi, dan keadaan saling percaya antara seseorang dengan yang lainnya.

²² Septian el Syakir, *op.cit.*, hlm.48-52.

²³ *Ibid*, hllm. 53

Dalam ilmu hipnosis, rapport merupakan hal yang sangat penting dalam kesuksesan *hypnotherapy*. Karena, jika seorang *hypnotherapist* tidak berhasil membangun rapport dengan orang yang di hipnosis, maka proses hipnoterapi tidak akan berjalan dengan efektif.

Ketika seseorang sudah berhasil membangun rapport dengan baik kepada lawan bicaranya, maka mereka berkomunikasi dengan melibatkan pikiran bawah sadar seseorang dan terbangunlah tingkat kepercayaan yang sangat tinggi. Hal ini, sangat memudahkan ketika memasukkan sugesti atau perintah kepada lawan bicara.

Untuk meningkatkan rapport dengan anak, cara yang ditempuh adalah sebagai berikut:

(1) Facing (tatap muka)

Facing adalah menatap wajah anak ketika sedang melakukan komunikasi. Hal ini sangat penting, karena ketika anak sedang berbicara kemudian kita menatap wajah anak, maka anak merasa perkataannya didengarkan, diperhatikan, dan dihargai sehingga timbul rasa nyaman ketika berbicara dengan orang tua.

(2) Pacing (Menyamakan diri dengan anak)

Pacing adalah teknik membangun rapport dengan melakukan *matching* (menyamakan) dan *mirroring* (mengikuti) komunikasi lawan bicara kita baik itu secara verbal maupun nonverbal. Hal ini sangat efektif untuk membangun hubungan dan kenyamanan lawan bicaranya.²⁴

²⁴ *Ibid.*, hlm. 77-79.

Jika cara pertama (facing) dan cara kedua (pacing) dilakukan dengan baik, maka akan terbangunlah rapport yang baik bagi anak.

e) Sugesti positif

Hypnoparenting dilakukan dengan mengandalkan sugesti positif yang dihembuskan orang tua kedalam pikiran bawah sadarnya. Dari sini, diharapkan muncul karakter positif yang ditampakkan dalam diri anak. Adapun sugesti positif yang tepat untuk anak yaitu; memberikan pujian yang proposional, bijak dalam menggunakan kata “jangan”, memberikan kisah atau cerita yang menarik pada anak, dan memberikan perumpamaan pada anak.²⁵

f) Future pacing (memberi gambaran)

Future pacing adalah membayangkan atau memberikan gambaran tentang situasi di masa yang akan datang, jika kita melakukan atau tidak melakukan sesuatu.

Di dalam Al Qur'an banyak sekali ditemukan future pacing, seperti bagi manusia yang bertakwa maka mendapatkan pahala dan surga, dan bagi manusia yang tidak beriman maka mendapatkan dosa dan neraka. Allah gambarkan dengan jelas tentang gambaran jika melakukannya dan tidak melakukannya.²⁶

g) Anchoring (melibatkan emosi)

Anchoring adalah teknik yang melibatkan emosi, adanya pengalaman sebelumnya, kenangan yang bermuatan positif atau negatif sehingga berperan menjadi stimulus atas munculnya reaksi. Anchoring merupakan bagian dari

²⁵ Henny Puspitarini, *op.cit.*, hlm. 142-144.

²⁶ Septial el Syakir, *op.cit.*, hlm.107-108.

membangun rapport dalam *hypnoparenting*, sehingga rumah ideal dambaan anak dan orangtua akan terwujud.

h) Coaching question

Coaching question adalah pertanyaan yang mengarahkan anak untuk memilih pilihan yang ingin atau harus mereka lakukan. Orang tua mengajukan pertanyaan yang sifatnya menggiring atau mengarahkan anak untuk menyelesaikan masalahnya sendiri. Dengan mengajukan coaching question, anak merasa tidak digurui, dilarang atau diperintah orang tua, akan tetapi secara tidak sadar, anak terpengaruh untuk berbuat sesuai harapan orang tua.²⁷

i) Repetition (Pengulangan)

Repetition adalah pengulangan yang dilakukan agar suatu tindakan menjadi sebuah kebiasaan dan terprogram dipikiran bawah sadar seseorang. Pengulangan memiliki hikmah yang sangat besar, bahkan merupakan sebuah amalan yang disukai oleh Allah, jika dilakukan secara terus menerus.²⁸

B. Perilaku Anak Berkarakter Positif

1. Pengertian Perilaku Anak

Perilaku adalah kegiatan atau aktifitas yang melingkup seluruh aspek jasmaniah dan rohaniah yang bisa dilihat. Perilaku merupakan serentetan kegiatan yang dilakukan manusia, seperti berjalan-jalan, berbicara, makan, tidur, bekerja, dan sebagainya. Perilaku manusia adalah refleksi dari berbagai gejala kejiwaan seperti pengetahuan, persepsi, minat, keinginan dan sikap. Hal-hal yang mempengaruhi perilaku seseorang sebagian terletak dalam diri individu sendiri yang disebut juga faktor internal sebagian

²⁷ Henny Puspitarini, *op.cit.*, hlm. 144-145.

²⁸ Septian el Syakir, *op.cit.*, hlm. 119-121.

lagi terletak di luar dirinya atau disebut dengan faktor eksternal yaitu faktor lingkungan.²⁹

Skinner merumuskan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Dengan demikian perilaku manusia terjadi melalui proses stimulus, organisme, respons sehingga teori Skinner ini disebut dengan teori “S-O-R” (Stimulus, Organisme, Respons). Berdasarkan teori “S-O-R” tersebut, maka perilaku manusia dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu :

a) Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Perilaku tertutup terjadi bila respon terhadap stimulus tersebut masih belum dapat diamati orang lain (dari luar) secara jelas. Respons seseorang masih terbatas dalam bentuk perhatian, perasaan, persepsi, pengetahuan dan sikap terhadap stimulus yang bersangkutan. Bentuk *covert behavior* yang dapat diukur adalah pengetahuan dan sikap.

b) Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Perilaku terbuka terjadi bila respon terhadap stimulus tersebut sudah berupa tindakan atau praktik ini dapat diamati orang lain dari luar (*observable behavior*).³⁰

Perilaku dapat dibatasi sebagai jiwa (berpendapat, berfikir, bersikap dan sebagainya). Untuk memberikan respon terhadap situasi di luar objek tersebut. Respon ini dapat bersifat pasif (tanpa tindakan). Bentuk operasional dari perilaku dapat dikelompokkan menjadi 3 jenis, yaitu :

1) Perilaku dalam bentuk pengetahuan, yaitu perilaku dengan mengetahui situasi dan rangsangan.

²⁹ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), hlm.287.

³⁰ Soekidjo Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 23.

- 2) Perilaku dalam bentuk sikap, yaitu tanggapan perasaan terhadap keadaan atau rangsangan dari luar diri si subyek, sehingga alam itu sendiri akan mencetak perilaku manusia yang hidup di dalamnya, sesuai dengan sifat keadaan alam tersebut (lingkungan fisik) dan keadaan lingkungan sosial budaya yang bersifat non fisik, tetapi mempunyai pengaruh kuat terhadap pembentukan perilaku manusia.
- 3) Perilaku dalam bentuk tindakan, yang sudah konkrit berupa perbuatan terhadap situasi dan suatu rangsangan dari luar.³¹

Adapun, perilaku anak adalah suatu tindakan, tingkah laku, sikap yang dilakukan oleh anak seperti tertawa, menangis, berbicara, membaca, dan lain sebagainya dalam rangka bentuk respon anak terhadap lingkungan yang berada di sekitar anak.

2. Pengertian Karakter Positif

Secara etimologis, kata karakter berasal dari bahasa Yunani yaitu *charrasein* yang berarti *to engrave* (mengukir, melukis, memahat atau menggores).³² Dalam kamus besar bahasa Indonesia, kata karakter diartikan dengan tabi'at, sifat-sifat kejiwaan, akhlak, atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lain dan watak.³³ Dengan demikian, orang berkarakter berarti orang yang berkepribadian, berperilaku, bersifat, bertabiat atau berwatak.

Karakter identik dengan kepribadian atau akhlak. Kepribadian merupakan ciri, karakteristik atau sifat khas diri seseorang yang bersumber dari bentukan-bentukan

³¹ *Ibid.*, hlm. 25.

³² Furqon Hidayatullah, *Pendidikan Karakter Membangun Peradaban Bangsa*, (Surakarta: Yuma Pustaka 2010), hlm. 12.

³³ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Gramedia, 2008), hlm. 258.

yang diterima dari lingkungan, seperti keluarga pada masa kecil dan bawaan sejak lahir.³⁴

Dalam beberapa literatur, pengertian karakter, watak, dan sifat seringkali menjadi perdebatan sendiri, berdasarkan sudut pandang yang berbeda-beda. Karakter dapat diartikan sebagai suatu sifat khas dan hakiki pada diri seseorang yang membedakan dengan orang lain.³⁵

Secara konseptual, istilah karakter dipahami dalam dua kubu pengertian, yaitu; *Pertama*, bersifat deterministik. Karakter dipahami sebagai sekumpulan kondisi rohaniah pada diri sendiri yang sudah teranugerahi (*given*), dengan demikian ia merupakan kondisi yang kita terima begitu saja dan tidak bisa diubah. Ia merupakan tabiat seseorang yang bersifat tetap, menjadi tanda khusus yang membedakan orang yang satu dengan lainnya.

Kedua, bersifat non deterministik atau dinamis. Disini, karakter dipahami sebagai tingkat kekuatan atau ketangguhan seseorang dalam upaya mengatasi kondisi rohaniah yang sudah *given*. Ia merupakan proses yang dikehendaki seseorang (*willed*) untuk menyempurnakan kemanusiaannya.

Bertolak dari dua pengertian diatas, muncul pemahaman tentang karakter yang lebih realistis, yakni karakter dipahami sebagai kondisi rohaniah yang belum selesai, ia bisa dikembangkan mutunya, tapi bisa pula ditelantarkan sehingga tak ada peningkatan mutu atau bahkan makin tepuruk.³⁶

³⁴ Marzuki, *Pendidikan Karakter Islam*, (Jakarta: Amzah, 2015), cet.1, hlm. 19-20.

³⁵ Bagus Mustakim, *Pendidikan Karakter Membangun Delapan Karakter Emas Menuju Indonesia Bermartabat*, (Yogyakarta: Samudra Biru, 2011), cet.1, hlm. 29.

³⁶ Saptono, *Dimensi-Dimensi Pendidikan Karakter Wawasan, Strategi dan Langkah Praktis*, (Salatiga: Erlangga Group, 2011), hlm. 18.

Menurut Thomas Linckona, karakter merupakan sifat alami seseorang dalam merespon situasi secara bermoral. Sifat alami itu dimanifestasikan dalam suatu tindakan yang nyata melalui tingkah laku yang baik, jujur, bertanggung jawab, menghormati orang lain, dan karakter mulia lainnya. Linckona menekankan tiga hal dalam mendidik karakter, yakni; *knowing, loving, and acting the good*. Menurutnya keberhasilan pendidikan karakter dimulai dengan pemahaman karakter yang baik, mencintainya, dan pelaksanaannya atas karakter yang baik.

Menurut Suyanto, karakter adalah cara berpikir dan berperilaku yang menjadi ciri khas tiap individu, baik dalam lingkungan keluarga, masyarakat, bangsa dan negara. Individu yang berkarakter baik adalah individu yang bisa membuat keputusan dan siap mempertanggungjawabkan tiap akibat dari keputusan yang ia buat.³⁷

Karakter positif sama halnya dengan karakter yang baik (*good character*). Orang yang memiliki karakter yang baik yaitu mereka tahu hal yang baik (*knowing the good*), menginginkan hal yang baik (*desiring the good*), dan melakukan hal yang baik (*doing the good*).

Adapun isi atau substansi dari karakter yang baik adalah kebajikan (*virtue*), yaitu kecenderungan untuk melakukan tindakan yang baik menurut sudut pandang *moral universal*. Seperti, memperlakukan semua orang secara adil.³⁸

Jadi, karakter positif yaitu ciri khas atau watak seseorang yang ketika melakukan suatu tindakan berdasarkan atas nilai-nilai moral atau berdasarkan kata hati.

3. Cara Membentuk Perilaku Anak Berkarakter Positif

³⁷Agus Wibowo, *Pendidikan Karakter Strategi Membangun Karakter Bangsa Berperadaban*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), cet.1, hlm. 32-33.

³⁸ Saptono, *op.cit.*, hlm. 20.

Untuk membentuk perilaku anak berkarakter positif, maka diperlukan sebuah bimbingan yang baik dari orang tuanya. Membimbing perilaku anak merupakan sebuah proses membantu anak membangun perilaku anak sehingga perilaku tersebut dan menjadi karakter positif bagi anak. Adapun langkah-langkah yang ditempuh yaitu sebagai berikut:

a) Menggunakan pendekatan konstruktif

Peran utama dalam pendekatan konstruktif adalah untuk membimbing dan membantu anak mengkonstruksikan atau membangun perilaku mereka dan menggunakannya dengan cara yang produktif dan sesuai secara sosial.

b) Mengetahui serta menggunakan praktik yang sesuai dengan perkembangan anak

Untuk membentuk perilaku anak yang sesuai dengan harapan orang tua, maka harus mengetahui perkembangan anaknya.

c) Memenuhi kebutuhan anak

Sebagai orang tua harus memenuhi kebutuhan anaknya. Baik kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohani anak.

d) Membantu anak dalam membangun perilaku baik

Membantu anak dalam membangun perilaku baik berarti membantu mereka belajar dalam bertanggung jawab atas apa yang mereka buat.

e) Bangun harapan yang sesuai

Harapan-harapan membentuk batasan perilaku yang diinginkan. Harapan-harapan tersebut merupakan tonggak penunjuk jalan yang digunakan anak dalam belajar mengarahkan perilaku mereka. Hal-hal yang dapat dilakukan untuk mendorong harapan yang sesuai yaitu dengan menetapkan batas, karena

menetapkan batas sangat berkaitan dengan pembangunan harapan dan berhubungan dengan pendefinisian perilaku yang sesuai dan tidak sesuai

f) Beri tauladan perilaku yang tepat bagi anak

Setiap anak harus diberikan contoh perilaku yang baik dan tepat, agar anak mampu meniru atau mencontoh serta menerapkan kedalam kehidupan sehari-hari tentang apa yang telah di lihatnya.

g) Bangun kemitraan dengan orang tua, keluarga dan pihak lain

Cara yang tepat untuk membentuk perilaku anak agar menjadi karakter yang positif yaitu dengan melibatkan beberapa pihak, yakni dari orang tua, keluarga, dan lingkungan sekitar. Adapun pihak utama dalam membentuk perilaku anak adalah orang tua, karena orang yang paling utama dan pertama dikenali anak adalah orang tua.

h) Kenali dan hargai hak-hak dasar

Setiap anak berhak memperoleh hak-haknya. Ketika kita mengenali serta menghargai apa yang dibutuhkan oleh anak, maka akan lebih mudah untuk membimbing dan mengarahkan perilaku anak ke arah yang lebih baik.

i) Ajarkan kehidupan dan pembelajaran kooperatif

Kooperatif berarti saling bekerja sama. Untuk meningkatkan hidup kooperatif anak, maka kita harus mengajarkan pentingnya bekerja sama, karena setiap individu tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain. Dari sini, maka akan timbul perilaku positif dari anak, yakni sikap peduli dengan orang lain.

j) Gunakan dan ajarkan manajemen konflik

Mengajarkan strategi pemecahan konflik sangatlah penting, karena untuk memberikan anak ketrampilan dalam mengatasi masalah dan memecahkan konflik mereka sendiri.³⁹ Misalnya, seorang anak sedang bertengkar dengan temannya, biasanya mereka hanya menangis dan mengadu kepada orang tua. Dari sini, orang tua harus mengajarkan kepada anak untuk bisa memecahkan masalahnya sendiri. Jika anak itu bertengkar maka anak harus meminta maaf pada temannya dengan saling bersalaman.

³⁹ George S. Marrison, *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta: PT Indeks, 2012), edisi kelima, hlm. 345-363.