

Original article

The Effect Of Hypnoteaching On The Habit Of Using Harsh Language In Elementary School Grades 4-6 At Rumah Belajar Ceria Palembang City In 2024

Okta Della Yuza¹, Sri Martini¹, Rosyati Pastuty¹

¹Department of Midwifery, *Politeknik kesehatan Palembang*, Palembang, Indonesia

Corresponding author:
Name: Okta Della Yuza
Address : Baturaja,
Palembang
E-mail:
oktadellayz@gmail.com

Abstract

At school age there is an emotional upheaval that is inseparable from environmental influences. At this time children also experience growth and development. Development that experiences obstacles will lead to forms of child behavior with angry reactions in the form of verbal actions, such as speaking harshly. If this habit of speaking harshly is allowed to continue, then this habit will develop into verbal bullying. Hypnoteaching is one of the hypnotherapy techniques that can help change children's behavior and prevent and overcome problems that may occur because it emphasizes more on giving suggestions in repetition (repetition) so that children will feel confident that they are good children. The belief will make the children leave the bad habits. To find out the effect of hypnoteaching on the habit of using harsh language in elementary school children in grades 4-6 at Rumah Belajar Ceria in 2024. This study used true experimental method with randomized pretest-posttest group design. This research was conducted in October 2023-April 2024. The number of samples in this study were 36 children who were actively studying at Rumah Belajar Ceria. Analysis of research data using nonparametric tests Wilcoxon with Independent Sample T-Test. The average habit of using harsh language before being given hypnoteaching was in the mild category, while the average knowledge of mothers after being given the intervention was in the category of not speaking harshly. The results of the research show that there is an influence of hypnoteaching on the habit of using harsh language in elementary school in grades 4-6 at Rumah Belajar Ceria in 2024 ($p=0.000<0.05$). There is an effect of hypnoteaching on the habit of using harsh language in elementary school children in grades 4-6 at Rumah Belajar Ceria in 2024.

Key word: Hypnotherapy, Hypnoteaching, and Harsh Language.

1. INTRODUCTION

Pada masa usia sekolah terjadi pergolakan emosi yang tidak terlepas dari berbagai macam pengaruh, seperti: lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Pada masa ini anak juga mengalami pertumbuhan dan perkembangan secara emosional, fisik, dan sosial. Perkembangan yang mengalami hambatan akan berujung pada bentuk perilaku anak dengan reaksi kemarahan berupa tindakan verbal, seperti mengolok, menyindir, menghina, dan berkata kasar [1].

Kata-kata kasar yang dikeluarkan oleh anak tentunya tidak diperoleh dengan begitu saja, tetapi hasil dari sebuah proses belajar sosial (*social learning*) yang diterima oleh anak melalui pengamatan kesehariannya. Mulai dari mendengarkan orang tua berbicara kasar, mengikuti temannya, sampai akhirnya menjadi sebuah kebiasaan menirukan dan menerapkan kata-kata yang didengarnya. Apabila kebiasaan berkata kasar ini dibiarkan secara terus-menerus, maka kebiasaan ini akan berkembang menjadi tindakan *bullying* verbal [2].

Bullying verbal merupakan jenis *bullying* yang disampaikan melalui perkataan, dapat berbentuk perkataan yang mencela, menyoraki, penghinaan, julukan nama, fitnah, kritikan yang menjatuhkan, ajakan dan ungkapan yang mengarah pada pelecehan seksual, dan sebagainya.

Efek dari perilaku ini dapat menyebabkan hambatan perkembangan anak secara psikologis, emosional maupun sosial. Hal ini bisa menjadi masalah di masa depan dan menyakiti anak-anak lain [3].

Hipnoterapi merupakan suatu metode sederhana dengan mengeksplor pikiran bawah sadar menjadi sangat sugestif sehingga dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Ilmu hipnoterapi dapat diterapkan pada anak usia sekolah karena dapat membantu perubahan perilaku anak dan mencegah serta menanggulangi masalah-masalah yang mungkin terjadi, seperti *bullying* verbal [4]. Salah satu teknik hipnoterapi yaitu *hypnoteaching*. *Hypnoteaching* merupakan metode pembelajaran yang lebih menekankan pada pemberian sugesti secara repetisi (pengulangan) tentang dampak *habit of using harsh language* pada nilai agama dan moral, sehingga anak akan merasa yakin bahwa dirinya adalah anak baik. Keyakinan itu akan membuat anak meninggalkan kebiasaan-kebiasaan yang buruk [5].

Berdasarkan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) mencatat 226 kasus *bullying* terjadi pada tahun 2022 dengan siswa Sekolah Dasar (SD) menjadi korban *bullying* terbanyak yaitu 26%. Data Komisi Perlindungan Anak Daerah (KPAD) Sumatera Selatan tahun 2018, tercatat bahwa terdapat 41 kasus *bullying* di Sumatera Selatan dari 161 kasus *bullying* di Indonesia. *Bullying* ini mayoritas dilakukan terhadap anak perempuan yaitu sebanyak 54% dengan jenis *bullying* verbal yang paling tinggi yaitu 85%. Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada bulan Desember 2023 di Rumah Belajar Ceria melalui wawancara kepada relawan pengajar terdapat 40 orang anak kelas 4-6 SD, dan diantaranya sering menggunakan kata-kata kasar (*Harsh Language*) seperti, berkata kotor, mengejek, menghina, mengolok-olok, dan memanggil teman dengan panggilan yang tidak menyenangkan [6].

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh *Hypnoteaching* Terhadap *Habit Of Using Harsh Language* Pada Anak SD Kelas 4-6 di Rumah Belajar Ceria Kota Palembang Tahun 2024".

2. METHOD

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian menggunakan eksperimen semu (*quasi experimental*) yaitu penelitian yang dilakukan dengan menggunakan treatment namun tidak secara acak menciptakan perbandingan dalam rangka menyimpulkan perubahan yang disebabkan perlakuan [7]. Model *quasi experimental* yang digunakan pada penelitian ini adalah *nonequivalent control group design*. Sebelum diberi treatment, baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi test yaitu pretest, dengan maksud untuk mengetahui keadaan kelompok sebelum treatment. Kemudian setelah diberikan treatment, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan test yaitu posttest, untuk mengetahui keadaan kelompok setelah treatment [8].

Penelitian ini dilaksanakan selama bulan Oktober 2023 sampai April 2024. Di Rumah Belajar Ceria, Sungai Pedado, Kelurahan Keramasan, Kecamatan Kertapati, Kota Palembang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak SD kelas 4-6 yang aktif belajar di Rumah Belajar Ceria berjumlah 54 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 orang anak yang mempunyai *habit of using harsh language*. Kemudian sampel ditentukan menggunakan tabel jumlah sampel Isaac dan Michael dengan tingkat kepercayaan 95% dan didapatkan sampel sebanyak 36 orang. Sampel dipilih secara acak melalui *microsoft excel* dengan cara memberikan nomor-nomor pada seluruh anggota populasi. Kemudian, nomor-nomor yang keluar akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen diberikan *hypnoteaching* dan kelompok kontrol diberikan ceramah yang setiap kelompoknya berjumlah 18 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* yaitu pengambilan sampel yang dilakukan secara acak, setiap individu memiliki peluang sama untuk dijadikan sampel. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, sedangkan analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat uji statistik menggunakan uji *wilcoxon* dengan uji beda *Independent Sample T-Test* [8].

3. RESULT

Penelitian ini melibatkan sampel sejumlah 16 anak dan memperoleh hasil sebagaimana pada tabel-tabel di bawah ini:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Kebiasaan Berbicara Kasar Pada Kelompok Eksperimen

Tingkat Kebiasaan Berbicara Kasar	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Tidak berbicara kasar	0	0	15	83,3
Kebiasaan berbicara kasar ringan	14	77,8	2	11,1
Kebiasaan berbicara kasar sedang	2	11,1	1	5,6
Kebiasaan berbicara kasar berat	2	11,1	0	0
Jumlah	18	100	18	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 18 responden kelompok eksperimen sebelum diberikan *hypnoteaching* mayoritas kebiasaan berbicara kasar ringan sebanyak 14 responden (77,8%), kebiasaan berbicara kasar sedang sebanyak 2 responden (11,1%), kebiasaan berbicara kasar berat sebanyak 2 responden (11,1%), dan responden dengan kategori tidak berbicara kasar sebanyak 0 responden (0%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Kebiasaan Berbicara Kasar Pada Kelompok Kontrol

Tingkat Kebiasaan Berbicara Kasar	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Tidak berbicara kasar	0	0	1	5,6
Kebiasaan berbicara kasar ringan	16	88,9	16	88,9
Kebiasaan berbicara kasar sedang	2	11,1	1	5,6
Kebiasaan berbicara kasar berat	0	0	0	0
Jumlah	18	100	18	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 18 responden kelompok kontrol sebelum diberikan ceramah mayoritas kategori kebiasaan berbicara kasar berada pada kategori kebiasaan berbicara kasar ringan sebanyak 16 responden (88,9%), kebiasaan berbicara kasar sedang sebanyak 2 responden (11,1%), kebiasaan berbicara kasar berat sebanyak 0 responden (0%) dan yang tidak berbicara kasar sebanyak 0 responden (0%).

Tabel 3
Pengaruh *Hypnoteaching* Terhadap *Habit of Using Harsh Language* Pada Anak SD Kelas 4-6 di Rumah Belajar Ceria Kota Palembang Tahun 2024

<i>Habit of Using Harsh Language</i>		Kelompok Eksperimen								Total	p
		Setelah Intervensi									
		Tidak Mempunyai		Ringan		Sedang		Berat			
		n	%	n	%	n	%	n	%		
Kelompok Eksperimen Sebelum Intervensi	Ringan	14	77,8	0	0	0	0	0	0	14	0,000
	Sedang	1	5,6	1	5,6	0	0	0	0	2	
	Berat	0	0	1	5,6	1	5,6	0	0	2	
Total		15	83,3	2	11,1	1	5,6	0	0	18	

Hasil uji *wilcoxon* kelompok eksperimen didapatkan nilai *p* value 0,000 atau $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya ada pengaruh *hypnoteaching* terhadap *habit of using harsh language* pada anak SD kelas 4-6 di Rumah Belajar Ceria Kota Palembang Tahun 2024.

Tabel 4
Pengaruh Ceramah Terhadap *Habit of Using Harsh Language* Pada Anak SD Kelas 4-6 di Rumah Belajar Ceria Kota Palembang Tahun 2024

<i>Habit of Using Harsh Language</i>		Kelompok Kontrol Setelah Intervensi								Total	p
		Tidak Mempunyai		Ringan		Sedang		Berat			
		n	%	n	%	n	%	n	%		
Kelompok Kontrol Sebelum Intervensi	Ringan	1	5,6	15	83,3	0	0	0	0	16	0,003
	Sedang	0	0	1	5,6	1	5,6	0	0	2	
	Berat	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Total		1	5,6	16	88,9	1	5,6	0	0	18	

Hasil uji *wilcoxon* kelompok kontrol didapatkan nilai *p* value 0,003 yang bermakna bahwa ada pengaruh pemberian ceramah terhadap *habit of using harsh language* pada anak SD kelas 4-6 di Rumah Belajar Ceria Kota Palembang Tahun 2024.

Tabel 5
Perbedaan Rata-Rata Hasil Kebiasaan Berbicara Kasar Anak Menggunakan Metode *Hypnoteaching* Dengan Metode Ceramah

		Independent Samples Test						
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Hasil	Equal variances assumed	.336	.566	5.902	34	.000	21.389	3.624
	Equal variances not assumed			5.902	33.535	.000	21.389	3.624

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan nilai sig. (2 tailed) sebesar $0.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan signifikan rata-rata hasil kebiasaan berbicara kasar anak menggunakan metode *hypnoteaching* dengan metode ceramah.

4. DISCUSSION

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa kategori kebiasaan berbicara kasar pada anak sebelum dilakukan metode *hypnoteaching* yaitu, mayoritas berada pada kategori kebiasaan berbicara kasar ringan sebanyak 14 responden (77,8%), kebiasaan berbicara kasar sedang 2 responden (11,1%), kebiasaan berbicara kasar berat 2 responden (11,1%), dan yang tidak berbicara kasar sebanyak 0 responden (0%).

Pada masa usia sekolah anak belajar berkomunikasi, bersosialisasi dan belajar kata-kata baru dengan orang-orang sekitar. Anak akan aktif bergaul sehingga mudah meniru segala hal yang dia lihat dalam lingkungannya, tanpa menyaring informasi yang positif maupun negatif, karena segala informasi yang didapatkan sangat menarik bagi anak. Hal ini sejalan dengan pendapat Psikolog Anak dan Praktisi Theraplay, Astrid W. E. Napitupulu, alasan utama anak berkata kasar adalah karena kata-kata tersebut terdengar lucu di telinga mereka. Bila mereka mengatakannya, anak-anak akan mendapat perhatian dan respon dari orang di sekitarnya. Anak-anak sering menangkap kata kasar yang didengar dari lingkungannya, seperti keluarga, teman, televisi maupun internet [9]. Dalam penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa faktor lingkungan mempengaruhi kebiasaan berbicara kasar anak karena semakin anak aktif bergaul maka semakin mudah anak meniru apa saja yang dilihat dan didengar dalam lingkungannya.

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa kategori kebiasaan berbicara kasar anak sesudah dilakukan metode *hypnoteaching* yaitu, mayoritas berada pada kategori tidak berbicara kasar 15 responden (83,3%), kebiasaan berbicara kasar ringan sebanyak 2 responden (11,1%), kebiasaan berbicara kasar sedang sebanyak 1 responden (5,6%), dan kebiasaan berbicara kasar berat sebanyak 0 responden (0%).

Anak usia sekolah yang mengalami keberhasilan dalam penurunan kebiasaan berbicara kasar karena adanya *hypnoteaching* yang dilakukan dengan cara menanamkan sugesti positif dalam alam bawah sadar anak. Prinsip kerja *hypnoteaching* (komunikasi dengan otak) sering digunakan oleh tenaga pengajar atau praktisi sebagai sarana dalam membentuk kepribadian dan potensi anak [10]. Pemberian *hypnoteaching* menyebabkan penurunan kebiasaan berbicara kasar anak, hal ini sejalan dengan penelitian Akhmad & Az Zahra (2019), bahwa pelatihan *hypnotherapy* efektif untuk menurunkan intensitas berbicara kasar siswa MTs Muhammadiyah Srumbung. Siswa yang mengikuti pelatihan *hypnotherapy* memiliki skor intensitas berbicara kasar lebih rendah dibanding yang tidak mengikuti pelatihan *hypnotherapy* dengan nilai t sebesar -5.438 dan p value 0,030 ($p < 0,050$) [11].

Dalam penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa *hypnoteaching* dapat mempengaruhi kebiasaan berbicara kasar anak karena saat pembelajaran dilakukan anak dalam keadaan rileks sehingga sugesti positif yang diberikan mudah diterima anak.

Pada tabel 3 menunjukkan hasil penelitian menggunakan uji *wilcoxon* pada kelompok eksperimen menggunakan *hypnoteaching* didapatkan p value 0.000 (p value < 0.005) yang dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *Hypnoteaching* Terhadap *Habit of Using Harsh Language* Pada Anak SD Kelas 4-6 di Rumah Belajar Ceria Kota Palembang Tahun 2024.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Cahyadi (2018), bahwa hipnoterapi dapat merubah perilaku karena proses penyelesaian langsung ke sumber masalah di pikiran bawah sadar yang merupakan pusat database program dan informasi dalam diri manusia. Pemberian sugesti ke alam bawah sadar melalui kata-kata dapat memberikan perubahan perilaku terhadap objek sugesti dan sugesti tersebut dapat dideteksi kembali oleh seseorang ketika berada dalam alam sadar [12]. Hasil Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jayanti (2019), didapatkan hasil bahwa ada pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan kebiasaan berbicara kasar pada mahasiswa kebidanan Poltekkes Kemenkes Palembang tahun 2019 dengan p value sebesar 0,007 [13].

Dari hasil penelitian, peneliti berpendapat bahwa *hypnoteaching* sangat efektif karena pembelajarannya menggunakan bahasa-bahasa alam bawah sadar sehingga membuat anak tertarik melakukan dan memahami pembelajaran yang diberikan. *Hypnoteaching* juga membuat proses pembelajaran bersifat aktif, anak lebih bisa berimajinasi, berpikir secara kreatif, suasana pembelajaran rileks dan menyenangkan yang membuat anak merasa bersemangat mengikuti pembelajaran sehingga sugesti mudah diterima anak dan mereka lebih termotivasi untuk merubah kebiasaan kurang baiknya.

Berdasarkan tabel 5 hasil penelitian uji beda *Independent Sample T-Test* didapatkan nilai sig. (2 tailed) sebesar $0.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kebiasaan berbicara kasar anak menggunakan metode *hypnoteaching* dengan metode ceramah.

Pemberian *hypnoteaching* membuat proses pembelajaran menjadi rileks dan menyenangkan sehingga sugesti positif lebih mudah masuk ke alam bawah sadar anak. Pengajar juga bersifat aktif dan menarik dipandangan anak. Anak yang diberikan *hypnoteaching* cenderung lebih fokus pada pelajaran daripada siswa yang diberikan ceramah.

Pemberian ceramah memiliki rata-rata nilai lebih sedikit daripada *hypnoteaching*. Ceramah yang biasa dilakukan oleh pengajar seharusnya tidak monoton dan diberikan variasi seperti memberikan pujian kepada anak yang berani maju untuk mengerjakan soal karena dengan hal kecil seperti ini metode ceramah juga akan mampu membuat anak menjadi semangat dalam proses pembelajaran.

Dari hasil penelitian, peneliti berpendapat bahwa *hypnoteaching* lebih efektif daripada ceramah karena proses pembelajaran bersifat aktif, anak lebih bisa berimajinasi, berpikir secara kreatif, suasana pembelajaran rileks dan menyenangkan yang membuat anak merasa bersemangat mengikuti pembelajaran sehingga sugesti mudah diterima anak dan mereka lebih termotivasi untuk merubah kebiasaan kurang baiknya.

5. CONCLUSION

Hasil analisis data menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai *p*-value 0,000 untuk metode *hypnoteaching*. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *hypnoteaching* terhadap *habit of using harsh language* pada anak SD kelas 4-6 di Rumah Belajar Ceria Tahun 2024. Hasil uji beda menggunakan *Independent Sample T-Test* didapatkan nilai sig. (2 tailed) sebesar $0.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kebiasaan berbicara kasar anak menggunakan metode *hypnoteaching* dengan metode ceramah, dimana pemberian *hypnoteaching* lebih efektif diberikan untuk menurunkan *habit of using harsh language* pada anak daripada dengan pemberian ceramah.

ACKNOWLEDGMENTS

Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Direktur Poltekkes Palembang dan semua pihak yang terlibat sehingga dapat melaksanakan penelitian ini.

REFERENCES

- [1] Ruswan, A., Suhaedah, & Nurunnahar, I. (2021). *Analisis perilaku berbicara kasar siswa sekolah dasar dengan pendekatan fenomenologi*. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar PGSD, 597–607. <http://proceedings.upi.edu/index.php/semnaspgsdpwk%0AAAnalisis>
- [2] Karmila, Y., Fatmawati, & Iswari, M. (2018). *Mengurangi perilaku berkata negatif melalui prosedur aversi pada anak autisme X*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus, 5(2), 145–153
- [3] Pratiwi, I., Herlina, H., & Utami, G. T. (2021). *Gambaran Perilaku Bullying Verbal Pada Siswa Sekolah Dasar : Literature Review*. Jkep, 6(1), 51–68. <https://doi.org/10.32668/jkep.v6i1.436>
- [4] Sumawati, R., & Yanti, M. (2020). *Penerapan Hypnobreastfeeding Dan Hypnoparenting Pada Ibu 2 Jam Post Partum*. Jurnal Dunia Kesehatan, 5(2), 5–10
- [5] Edistria, E., Rahman, B., & Abdillah, A. A. (2019). *Penerapan Hypnoteaching Untuk Meningkatkan Kemampuan Self-Regulated Learning Mahasiswa Papua Dalam Mata Kuliah Desain Pembelajaran*. Epigram, 16(1), 73–90. <https://doi.org/10.32722/epi.v16i1.1423>
- [6] Noviana, E., Pranata, L., & Fari, A. I. (2020). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Sma Tentang Bahaya Bullying*. Publikasi Penelitian Terapan Dan Kebijakan, 3(2), 75–82. h
- [7] Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). *Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur Review*. Jurnal Ilmiah Mandala Education, 8(3), 2476–2482. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3800>
- [8] Sugiyono, D. (2021). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. In Penerbit Alfabeta (Cetakan ke). Alfabeta
- [9] Djawad Dahlan. (2011). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya, Bandung
- [10] Ruswan, A., Suhaedah, & Nurunnahar, I. (2021). *Analisis perilaku berbicara kasar siswa sekolah dasar dengan pendekatan fenomenologi*. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar PGSD, 597–607. <http://proceedings.upi.edu/index.php/semnaspgsdpwk%0AAAnalisis>
- [11] Akhmad, L., & Az Zahra, A. (2019). *Pelatihan Hypnotherapy Untuk Menurunkan Intensitas Berbicara Kasar Siswa MTS Muhammadiyah Srumbung*. Psikosains, 14(2), 82–88.
- [12] Cahyadi, A. (2018). *Metode Hipnoterapi Dalam Merubah Perilaku*. Jurnal Ilmiah Syi'ar, 17(2), 73. <https://doi.org/10.29300/syr.v17i2.897>
- [13] Jayanti, Dwi Risca (2019). *Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Kebiasaan Berbicara Kasar Mahasiswa Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Palembang Tahun 2019*.