

**GAMBARAN PENGETAHUAN ORANG TUA TERHADAP HYPNOPARENTING
UNTUK MENINGKATKAN POLA MAKAN ANAK USIA PRASEKOLAH**

DI TK ABA PELITA PURWOREJO



SKRIPSI

Oleh

ANISA NUR HASNA

152191080

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO UNGARAN

2020

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan AKG, seiring bertambahnya usia, kebutuhan gizi anak akan meningkat. Begitu juga usia anak 4-5 tahun harus lebih banyak dari usia sebelumnya (usia 1-3 tahun). Meski tetap mengacu pada pola makan 3 kali makan utama dan 2 kali makan sampingan. Kebutuhan nutrisi dapat dipenuhi dengan pola makan yang bergizi seimbang (Promkes, 2013).

Tujuan Pembangunan Berkelanjutan Kedua (TPB) atau SDG's bertujuan untuk menemukan solusi berkelanjutan untuk menghilangkan kelaparan dan semua bentuk kekurangan gizi pada tahun 2030 dan mencapai ketahanan pangan. Lebih dari 37% anak di bawah usia 5 tahun mengalami stunting pada tahun 2013, sama dengan 8,4 juta anak di seluruh Indonesia. Selain masalah stunting, pada tahun 2013 juga 12% anak balita terkena wasting (berat badan rendah dibandingkan tinggi badan) dan kurang lebih jumlah yang sama mengalami kegemukan (Bappenas dan UNICEF, 2017).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi gizi kurang pada tahun 2018 di Indonesia sebesar 17,7%, terdiri atas gizi kurang 13,8% dan gizi buruk 3,9%. Angka prevalensi nasional bila dibandingkan tahun 2007 (18,4%) dan 2010 (17,9%) tampaknya mengalami peningkatan. Perubahan tersebut terutama pada prevalensi gizi buruk yaitu dari 5,4% pada tahun 2007 menjadi 4,9% pada tahun 2010, dan 5,7% pada tahun 2013. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah gizi kurang dan gizi buruk setiap tahun dari tahun 2010 hingga 2013 (Badan Litbang Kemenkes, 2013). Sementara dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2019, anak yang mengalami masalah gizi akan ditargetkan turun menjadi 17%. Adapun prevalensi yang mengalami stunting (tinggi badan di bawah standar menurut usia) sebesar 30,8%, turun dibanding hasil riskesdas tahun 2007, 2010, dan 2013.

Pendataan gizi buruk di Purworejo didasarkan pada indeks masa tubuh (BB/TB) atau umur (BB/U). Berdasarkan hasil penimbangan tahun 2016, jumlah anak kurang gizi adalah 19 orang. Dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, angka ini mengalami penurunan yaitu pada tahun 2015 jumlah anak gizi buruk sebanyak 35 anak (0,09%), tahun 2014 43 anak (0,09%), dan tahun 2013 48 anak (0,10). Dan pada tahun 2012 sebanyak 41 anak (0,10%) (Profil Kesehatan Kabupaten Purworejo Tahun 2016).

Masalah anak dengan kesulitan makan dapat merusak perkembangan mereka. Dampak kesulitan makan yang tidak dapat segera diatasi dapat mengakibatkan gangguan tumbuh

kembang akibat gizi buruk dan gangguan perilaku pada anak (Dewi, 2012). Anak usia 3-5 tahun beresiko mengalami gizi kurang karena masalah makan sering terjadi saat ini, karena anak mulai aktif menjadi konsumen, dan cenderung memilih makanan yang ingin di santap. Faktor makanan merupakan faktor langsung yang mempengaruhi status gizi. Faktor makanan ini merupakan pola makan yang dapat dinilai dari jumlah dan jenis makan yang dimakan serta cara pemberian makan. Hypnoparenting dapat digunakan untuk mengatasi masalah pada anak yang mengalami kesulitan makan (Faeni, 2012).

Hypnoparenting adalah seni mendidik anak melalui komunikasi verbal dan non verbal yang sangat efektif, sehingga setiap kata yang ada dalam sugesti kita akan didengar dan disimpan dalam alam bawah sadar anak hingga ia dewasa. Orang tua yang berhasil menanamkan nilai-nilai baik dalam alam bawah sadar anaknya akan menjaga anaknya tetap dewasa. Karena alam bawah sadar merupakan ingatan jangka panjang (long-term memory), kesimpulan yang diambil dari pikiran bawah sadar akan menjadi bagian dari tingkah laku atau moral seseorang (Septian, 2014)

Faktanya, secara umum hipnotis telah dipraktikkan oleh masyarakat sejak lama, namun kita tidak tahu bagaimana melakukannya. Kunci sukses hipnosis terletak pada kasih sayang dan kelembutan sebagai orang tua. Suara lembut, pendengaran kabur, empati, dan suara menggoda memungkinkan sugesti berkerja dengan cepat di pikiran bawah sadar anak (Faeni, 2012),

Teknik Hypnoparenting dilakukan pada saat anak berada dalam ritme pemikiran Alpa dan Theta karena pada saat itu ia menjadi fokus dan dapat berkonsentrasi pada gagasan utama yaitu pencapaian beberapa tujuan atau mewujudkan potensinya. Dalam keadaan hipnotis ini, seorang anak mudah menerima tujuan positif yang bisa berguna untuk tumbuh kembangnya. Tujuan positif ini akan terus tersimpan dalam pikiran bawah sadar mereka, yang berguna untuk mengisi sisi mental dan emosional mereka. Manfaat dari hypnoparenting adalah memudahkan orang tua untuk berkomunikasi dengan anak (Aprilia, 2010).

Hypnoparenting dapat dilakukan pada saat anak berada dalam ritme Alpa dan Theta, karena pada saat itu ia menjadi fokus dan dapat fokus pada gagasan utama, yaitu mencapai banyak tujuan atau merealisasikan potensinya. Dalam keadaan terhipnotis ini, anak akan mudah mencapai tujuan yang positif, yang berguna untuk tumbuh kembangnya. Tujuan positif ini akan terus menerus disimpan dalam pikiran bawah sadar mereka, yang berguna untuk mengisi aspek psikologis dan emosional mereka. Keunggulan hypnoparenting ini adalah memudahkan orang tua berkomunikasi dengan baik pada anak (Aprilia, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Kusumaningrum, 2015) dari penelitian ini didapatkan karakteristik usia rata-rata responden adalah $45,57 \pm 18,92$, berat badan $15,81 \pm 4,00$ tinggi badan $99,00 \pm 7,69$, laki-laki 8 (38,09%) dan perempuan 13 (61,90%). Analisis statistik non parametrik menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata status gizi sebelum dan sesudah dilakukan hypnoparenting, dan tidak ada perbedaan rata-rata status gizi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Hasil penelitian yang dilakukan (Novitasari, 2019) menunjukkan bahwa nilai rata-rata 2.00, nilai minimum 0.00, dan nilai maksimum 7.00. menurut uji Mann Withney, nilai p adalah 0,000. Dengan demikian dapat disimpulkan Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Semarang memiliki

pengaruh positif terhadap peningkatan nafsu makan anak, oleh karena itu bila orang tua menghipnotis anaknya maka pola makannya akan lebih baik.

Berdasarkan Studi Pendahuluan di TK ABA PELITA PURWOREJO pada bulan November 2020, data dari guru TK menunjukkan terdapat 3 anak kurus, yaitu seorang anak laki-laki usia 3 tahun dengan IMT 10,5 kg dan seorang anak laki-laki usia 4 tahun dengan IMT 11 kg dan seorang anak perempuan usia 4 tahun dengan IMT 11,5 kg. Hasil wawancara dengan orang tua menunjukkan bahwa anaknya mengalami kurang nafsu makan dan sering kali hanya memilih makanan yang disukai. Data dari 10 responden orang tua menunjukkan anaknya mengalami kesulitan makan dan hanya bisa minum susu UHT setiap hari dan makan \pm 3-4 sendok makan. Hasil wawancara dengan orang tua 3 dari 10 ibu menunjukkan bahwa untuk mengatasi masalah kesulitan makan anak ada beberapa ibu yang memberikan vitamin suplemen penambah nafsu makan dan menurut data 6 ibu selain menggunakan vitamin suplemen penambah nafsu makan ibu juga menggunakan pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan anak guna mengatasi masalah ini, dan 4 ibu lainnya mengatakan berusaha memberikan makanan yang disukai mereka.

Sebagai orang tua, kita harus dapat menemukan kebutuhan anak-anak kita dan, memberi mereka kemudahan bahkan kita tidak boleh membatasi gerak dan perkembangan anak karena berbagai pantangan atau larangan (Sutiyono, 2010).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yaitu “Gambaran Pengetahuan Orangtua Terhadap Hypnoparenting untuk meningkatkan pola makan pada anak prasekolah di TK ABA Pelita Purworejo”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penelitian latar belakang diatas maka dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut ini dilakukan untuk mengetahui "Adakah pengaruh Hypnoparenting terhadap peningkatan pola makan anak usia prasekolah di TK ABA Pelita Purworejo?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan orang tua tentang pengaruh Hypnoparenting terhadap peningkatan pola makan pada anak prasekolah di TK ABA Pelita Purworejo.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui gambaran nafsu makan anak sebelum di beri hypnoparenting pada anak usia prasekolah
- b. Mengetahui status gizi anak prasekolah sebelum dan sesudah menjalani hipnoparenting di TK ABA PELITA
- c. Mengetahui pengaruh hypnoparenting terhadap pola makan sebelum dan sesudah dilakukan pada anak prasekolah di TK ABA PELITA

d. Mengetahui perbedaan nafsu makan anak sebelum dan sesudah diberikan hypnoparenting pada anak usia prasekolah di TK ABA PELITA

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk orang tua dan masyarakat

Dapat mengaplikasikan hypnoparenting dalam meningkatkan nafsu makan anak dan memperbaiki gizi pada anak.

2. Untuk mahasiswa kebidanan

Hasil penelitian penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian pada topik yang sama.

3. Untuk penulis

Dapat meningkatkan pemahaman tentang hypnoparenting untuk mengatasi pola makan pada anak agar tidak terjadi defisiensi gizi pada anak.