



**PENGARUH *HYPNOPARENTING* TERHADAP PENINGKATAN
NAFSU MAKAN ANAK *TODDLER* YANG MENGALAMI *PICKY EATER*
DI DESA WONOREJO KECAMATAN PRINGAPUS KABUPATEN
SEMARANG**

ARTIKEL PENELITIAN

Oleh

NINDY ROSA FILIA ADI NOVITASARI

NIM. 010115A081

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

Pengaruh *Hypnoparenting* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak *Toddler* Yang Mengalami *Picky Eater* Di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

OLEH:

NINDY ROSA FILIA ADI NOVITASARI

010115A081

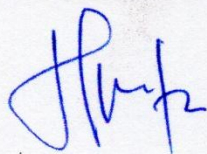
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN

★ UNIVERSITAS NGUDI WALUYO ★

Telah diperiksa dan setuju oleh pembimbing dan telah diperkenankan
untuk diujikan.

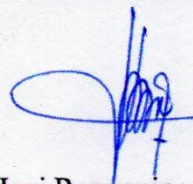
Ungaran, Oktober 2019

Pembimbing Utama



Ns. Trimawati, S. Kep., M.Kep
NIDN. 0622088302

Pembimbing Pendamping



Ns. Heni Purwaningsih, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0609088102

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**Pengaruh *Hypnoparenting* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak
Toddler Yang Mengalami *Picky Eater* Di Desa Wonorejo Kecamatan
Pringapus Kabupaten Semarang**

Disusun Oleh

NINDY ROSA FILIA ADI NOVITASARI

NIM. 010115A081


Telah diseminarkan dan disahkan oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi S1

Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Jumat

Tanggal : 25 Oktober 2019

**Tim Penguji
Ketua/Pembimbing Utama**


Ns. Trimawati, S. Kcp., M.Kcp
NIDN. 0622088302

Anggota Penguji

Anggota/Pembimbing Pendamping

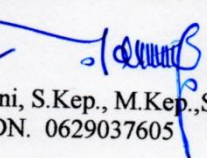

Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M., Kep., Sp. Kep Jiwa
NIDN. 0602027901


Ns. Hemi Purwaningsih, S.Kep., M.Kep
NIDN 0609088102



Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan


Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0629037605

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel berjudul .

PENGARUH *HYPNOPARENTING* TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN ANAK *TODDLER* YANG MENGALAMI *PICKY EATER* DI DESA WONOREJO KECAMATAN PRINGAPUS KABUPATEN SEMARANG



Disusun Oleh :
NINDY ROSA FILIA ADI NOVITASARI
NIM. 010115A081

Telah disetujui dan disahkan oleh Pembimbing Utama Skripsi Program Studi S1
Keperawatan Fakultas Keperawatan
Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, November 2019

Pembimbing Utama

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Ns. Trimawati', is written over a faint circular stamp.

Ns. Trimawati, S. Kep., M. Kep
NIDN 0622088302

**Pengaruh *Hypnoparenting* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak
Toddler Yang Mengalami *Picky Eater* Di Desa Wonorejo Kecamatan
Pringapus Kabupaten Semarang**

* **Nindy Rosa Filia Adi Novitasari**

**Ns. Trimawati, *Ns. Heni Purwaningsih

Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

e-mail : nindyrosa.nindyrosa@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Anak usia *toddler* sering mengalami masalah *picky eater* yang mempunyai dampak nafsu anak menjadi menurun. *Hypnoparenting* yang bekerja langsung pada alam bawah sadar anak untuk mendisiplinkan anak secara mudah tanpa paksaan bisa dilakukan, dengan *hypnoparenting* orangtua bisa mengatasi berbagai macam masalah yang dialami anak diantaranya yaitu mengompol, *picky eater*, sulit tidur, malas belajar, suka menggigit jari dan masalah lain yang tidak dikendaki orangtua.

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang mengalami *picky eater* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Desain Penelitian : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi eksperiment* dengan desain *non equivalent control group*. Populasi penelitian ini adalah 257 anak. Jumlah sampel sebanyak 20 anak, menggunakan teknik *purposive sampling* dan pengumpulan data dengan kuesioner pengukuran nafsu makan (Judarwanto, 2010). Menggunakan uji *Wilcoxon* dengan uji *Mann Withney*.

Hasil : Ada pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang mengalami *picky eater* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang didapatkan nilai *p-value* sebesar $0,000 < \alpha 0,05$

Saran : Diharapkan orangtua bisa menerapkan teknik *hypnoparenting* untuk meningkatkan nafsu makan dengan cara mensugesti anak agar bisa makan dengan mudah tanpa pilih-pilih makanan dan mensugesti anak agar patuh dengan orangtua.

Kata Kunci : *hypnoparenting*, nafsu makan, *picky eater*, *toddler*

Kepustakaan : 44 (2009-2018)

THE EFFECT OF HYPNOPARENTING TOWARD THE INCREASE OF APPETITE ON TODDLER WHO EXPERIENCE PICKY EATER AT WONOREJO VILLAGE, PRINGAPUS SUB-DISTRICT, SEMARANG REGENCY

Abstract

Background : Toddler, often experience picky eater which has the effect of decreasing children's appetite. Hypnoparenting that work directly on children's subconscious to discipline them easily without coercion can be done with hypnoparenting parents can overcome various kinds of problems experienced by children including bedwetting, picky eater, insomnia, lazy learning, likes biting fingers and other problems parents don't want.

Objective : To know the effect of hypnoparenting toward the increase of appetite on toddler who experience picky eater at Wonorejo Village, Pringapus Sub-District, Semarang Regency

Research design: This study used a quantitative approach with a quasi experiment method with a non equivalent control group design. The population of this study were 257 children. The samples were 20 children, by using purposive sampling technique and collecting data with questionnaire about appetite by (Judarwanto, 2010). The bivariate data analysis used Mann Withney Test

Results: There is effect of hypnoparenting toward the increase of appetite on toddler who experience picky eater at Wonorejo Village, Pringapus Sub-District, Semarang Regency, obtained p-value $0,000 < \alpha(0.05)$

Suggestion: Parents are expected to use hypnoparenting techniques to increase appetite by suggesting children to eat easily without choosing food and suggesting children to obey their parents.

Keywords : hypnoparenting, appetite, picky eater, toddler

Literature : 44 (2009-2018)

PENDAHULUAN

Masa *toddler* yang berada pada usia 12 sampai 36 bulan merupakan masa eksplorasi lingkungan yang intensif karena anak berusaha mencari tahu hal baru dan mulai menirukan dari orang terdekatnya namun masih bergantung pada pengasuh untuk menyediakan kebutuhan dasarnya (Mascola, AJ, Bryson, SW, & Agras, 2010). Balita membutuhkan asupan karbohidrat sekitar 75-90%, protein 10-20% dan lemak sekitar 15-20% (Sutomo, 2010). Jika tidak terpenuhi maka anak akan mengalami kurang gizi (Marmi, & Rahardjo, 2012). Angka kejadian *picky eating* terus mengalami peningkatan. Penelitian di San Fransisco tahun 2010 menemukan kejadian *picky eating* tertinggi pada anak umur diatas 2 tahun sebanyak 13-22% (Kwok FYY, Ho YYF, Chow CM, So CYN, 2013). Penelitian sebelumnya di Indonesia menunjukkan angka kejadian *picky eating* yang tinggi. Penelitian di Semarang ditemukan 60,3% anak mengalami *picky eating* (Kusuma., A.Fitri., Y., 2013). Gejala yang ditimbulkan dari *picky eaters* diantaranya memuntahkan atau menyemburkan makanan yang sudah masuk dalam mulut, makan dengan durasi yang lama, memainkan makanan, menutup mulut rapat-rapat, menepis suapan, suka memilih jenis makanan, dan kebiasaan yang aneh atau ganjil (Kusumaningrum, 2015). Dampak yang terjadi dari *picky eater* anak yaitu anak akan kekurangan gizi, menurunnya daya intelegensi dan menurunnya daya ketahanan anak (Waryana, 2010). Perilaku *picky eaters* dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah

tekanan untuk makan, faktor kepribadian dan praktik orangtua atau gaya makan, termasuk kontrol orangtua dan pengaruh sosial serta faktor-faktor lainnya seperti tidak adanya ASI eksklusif, pengenalan makanan pelengkap sebelum 6 bulan dan pengenalan terakhir tentang makanan yang lembut (Yuliani, 2015). Orangtua dapat mengatasi *picky eater* anak dengan teknik pola asuh yaitu dengan cara *hypnoparenting*. *Hypnoparenting* dapat mengatasi berbagai macam masalah yang dialami anak diantaranya yaitu mengompol, *picky eater*, sulit tidur, malas belajar, suka menggigit jari dan masalah lain yang tidak dikendaki orangtua. Suatu metode hipnosis yaitu *hypnoparenting* menjadikan alternatif untuk mengubah berbagai perilaku negatif anak yang menolak makan guna meningkatkan asupan nutrisi dan status gizi (Sutiyono, 2010). *Hypnoparenting* yang dilakukan orangtua kepada anak, pada prinsipnya membawa anak menuju ke gelombang alpha dan theta dengan cara sederhana, yaitu dengan melakukan pengulangan, baik dalam bentuk kata-kata, suara, maupun gerakan. *Hypnoparenting* dapat dilakukan orangtua dengan penuh kasih sayang, empati, dan kelembutan hati akan memberikan dampak secara fisiologis dan psikologis pada anak (Pratomo, 2012). *Hypnoparenting* dapat dilakukan sehari 2 kali yaitu ketika tidur dan bangun (Nurjannah, Sulhan, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan November 2018 di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus

Kabupaten Semarang, data dari bidan desa setempat menyatakan ada 3 balita yang mengalami berat badan di bawah IMT yakni seorang anak perempuan berumur 3 tahun mempunyai IMT 11 kg dan berumur 2 tahun mempunyai IMT 9 kg, serta seorang anak laki-laki berumur 3 tahun mempunyai IMT 11,5 kg. Hasil wawancara dengan ibu-ibu di Desa Wonorejo menyatakan bahwa anaknya mengalami *picky eater*. Data dari 5 ibu menyatakan anaknya susah makan, setiap hari hanya meminum susu formula dan makan hanya 1 sampai 3 sendok makan saja. Hasil wawancara dengan 3 ibu lainnya mengatakan anak suka menyemburkan makanan dan terkadang memuntahkan makanan yang dimakan. Hasil wawancara dari 8 ibu mengatakan bahwa untuk mengatasi sulit makan pada anaknya, ibu memberikan vitamin penambah nafsu makan. Data 4 dari ibu lainnya mengatasi dengan melakukan pijat bayi dan berharap bisa menambah nafsu makan anaknya, dan 2 ibu mengatakan mencoba menyajikan makanan dengan tata hias yang menarik. Namun dari beberapa cara tadi belum ada ibu yang mencoba *hypnoparenting* untuk cara mengatasi *picky eater* pada anaknya.

Berdasarkan pada uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang mengalami *picky eater* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, desain penelitian menggunakan rancangan eksperimen semu (*quasy experiment design*) berbentuk *design non equivalent (pretest-posttest) control group design*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 9-17 Juli 2019. Populasi penelitian sebanyak 257 responden. Pengambilan sampel ditentukan dengan kriteria inklusi maupun kriteria eksklusi. Teknik yang digunakan yaitu *Purposive sampling*. Ada 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kontrol yang masing-masing jumlah sampelnya sebanyak 20 responden. Total sampel penelitian 40 responden.

HASIL

A. Analisis Univariat

1. Gambaran nafsu makan anak *toddler* sebelum diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi dan kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang.

Tabel 4.1 Distribusi nafsu makan anak *toddler* sebelum diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi dan kontrol

Nafsu makan	Intervensi		Kontrol	
	f	(%)	f	(%)
Menurun	20	100.0	20	100.0
Meningkat	0	0	0	0
Total	20	100.0	20	100.0

2. Gambaran nafsu makan anak *toddler* sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi dan kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang.

Tabel 4.1 Distribusi nafsu makan anak *toddler* sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi dan kontrol

Nafsu makan	Intervensi		Kontrol	
	f	(%)	f	(%)
Menurun	7	35.0	18	90.0
Meningkat	13	65.0	2	10.0
Total	20	100.0	20	100.0

B. Analisis Bivariat

1. Perbedaan nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Tabel 4.3 Perbedaan nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi

Nafsu makan	N	Median	SD	<i>p value</i>
Sebelum	20	3,00	0,444	0.000
Sesudah	20	6,00	1,789	

2. Perbedaan nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Tabel 4.4 Perbedaan nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok kontrol

Nafsu makan	N	Median	SD	<i>p value</i>
Sebelum	20	2,00	0,489	0.157
Sesudah	20	3,00	0,933	

3. Pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang

mengalami *picky eater* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Tabel 4.7 Pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang mengalami *picky eater*

Nafsu makan	N	Median	SD	<i>p value</i>
	20	2,00	1,886	0.000

PEMBAHASAN

- A. Gambaran nafsu makan anak *toddler* sebelum diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi dan kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa semua kelompok baik kelompok intervensi dan kontrol mempunyai frekuensi nafsu makan menurun sebanyak 20 responden (100%). Anak usia *toddler* lebih banyak tertarik pada dunia permainan disekitar mereka. Selain itu anak usia *toddler* memiliki kapasitas perut yang tidak terlalu besar, terkadang menyebabkan anak susah makan, dan setiap harinya juga diikuti dengan makanan ringan atau snack yang dapat mempengaruhi indera perasa anak. Pada usia ini Biasanya anak menjadi sulit makan karena semakin bertambahnya aktivitasnya mereka seperti bermain dan berlari sehingga kadang mereka menjadi malas untuk makan. Selain itu pola pemberian makan yang tidak sesuai dengan keinginan anak dapat menyebabkan anak

menjadi sulit makan, sedangkan pada usia prasekolah terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan kecukupan nutrisi (Saputri, 2015).

Menurut Fajria & Rika (2013) penurunan nafsu makan pada anak yang mengalami kesulitan makan karena perilaku pemberian makan dari orangtua seperti kurang menariknya makanan yang diberikan, serta orangtua yang kurang memberikan contoh untuk makan. Balita sering mengalami gangguan selera makan. Nafsu makan disebabkan karena rasa lapar yang dikendalikan oleh sistem saraf yang berpusat pada hipotalamus. Selain itu faktor lingkungan seperti anak asyik bermain lupa makan (Aizah, 2009). Pada penelitian Scaglioni (2018) *factors influencing children's eating behavior* menyatakan bahwa kebiasaan makanan orangtua dan strategi makan adalah faktor penentu yang paling dominan dari perilaku makan anak. Orangtua harus mengekspos anak-anak mereka ke berbagai pilihan makanan yang baik. Orangtua harus bisa membangun kebiasaan sehat jangka panjang dan menciptakan pola makan yang menyenangkan pada anak, karena dari hal tersebut merupakan faktor penentu perilaku yang menyebabkan malnutrisi dan gangguan makan (Scaglioni, 2018).

B. Gambaran nafsu makan anak *toddler* sesudah diberi *hypnotherapy* pada kelompok intervensi dan kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang.

Hasil penelitian didapatkan bahwa setelah diberikan *hypnotherapy* pada kelompok intervensi nafsu makan anak meningkat sebesar 13 anak (65%) dan nafsu makan masih menurun 7 anak (35%). Anak usia *toddler* yang mengalami keberhasilan dalam peningkatan nafsu makan anak karena adanya *hypnotherapy* yang dilakukan orangtua kepada anak dengan cara menanamkan rekaman *sugesti positif* dan menetralkan rekaman / *sugesti* pada jiwa bawah sadar anak. Prinsip kerja *hypnosis* (komunikasi dengan otak) sering digunakan para orangtua sebagai sarana dalam membentuk kepribadian anak dan potensi anak (Anugraheni, 2015).

Efek *hypnotherapy* sebelum dan sesudah dilakukan menyebabkan nafsu makan anak meningkat hal ini sejalan dengan penelitian (Jafri, 2014) yang mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh *hypnotherapy* terhadap peningkatan nafsu makan anak usia pra sekolah yang sulit makan dengan rata-rata perbedaan 0,5 dan *p value* 0,003.

C. Perbedaan nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnotherapy* pada kelompok intervensi di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Hasil penelitian didapatkan median pada kelompok intervensi sebelum dilakukannya penelitian yakni 3,00. Setelah dilakukannya penelitian meningkat menjadi 6,00. Hasil penelitian dengan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000. Sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan secara bermakna nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang.

Penelitian ini dilakukan pada anak *toddler* dengan hasil adanya perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan *hypnoparenting*. *Hypnoparenting* yang dilakukan oleh orangtua selama 3 hari berturut-turut sebanyak 2 kali dalam sehari. Anak yang mengalami *picky eater* dapat dipengaruhi oleh banyak hal diantaranya yaitu pendidikan orangtua dengan pendidikan seorang ibu mempunyai pengetahuan yang masih kurang sehingga ibu tidak tau bagaimana cara mengatasi apabila anak mengalami *picky eater* yang bila dibiarkan akan berdampak pada kesehatan anak, karena pada masa anak-anak *hypnoparenting* dapat mempengaruhi perilaku dari seseorang.

Hypnoparenting pada anak-anak merupakan sebuah keadaan yang ada pada gelombang pikiran *alpha* dan *theta* yang fenomenanya seperti perasaan melamun atau berimajinasi. Dalam keadaan hipnotis, seorang anak mudah menerima saran-saran positif yang berguna bagi

perkembangan, mulai dari masa kanak-kanak hingga remaja. Saran-saran positif tersebut akan tersimpan di pikiran bawah sadar mereka (Nadia, 2010).

D. Perbedaan nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Hasil penelitian didapatkan hasil bahwa nilai median pada kelompok kontrol sebelum dilakukannya penelitian yakni 3,00 dan setelah dilakukannya penelitian, nilai median tetap yakni 3,00. Berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,157. Sehingga dapat disimpulkan tidak ada perbedaan secara bermakna nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang.

Nafsu makan anak *toddler* akan menunjukkan peningkatan jika orangtua mampu mengubah asupan pola makan atau cara memberikan makan pada anak. Banyak cara yang dapat dilakukan oleh orangtua untuk meningkatkan nafsu makan anak dengan cara farmakologi ataupun nonfarmakologi. Cara farmakologi dapat dilakukan dengan cara memberikan suplemen makan tambahan penambah nafsu makan anak, dan nonfarmakologi dengan teknik *hypnoparenting*.

Manfaat dari pemberian *hypnoparenting* antara lain yaitu menjalin komunikasi antara anak

dan orangtua, mendesain pikiran bawah sadar anak dengan program baik yang diinginkan orangtua (Navis, 2013). Pada penelitian Al-Harasi S (2010) “*Hypnosis for children undergoing dental treatment*” harasi menyatakan bahwa anak dapat patuh dalam merawat gigi setelah orangtua menggunakan terapi hipnosis.

E. Pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang mengalami *picky eater* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang

Hasil penelitian didapatkan bahwa nilai median 2,00 dengan nilai minimum 0,00 dan nilai maksimum 7,00. Berdasarkan hasil uji *Mann Withney* didapatkan hasil nilai *p-value* sebesar 0,000. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang mengalami *picky eater* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang.

Setelah dilakukan *hypnoparenting* pada anak *toddler* selama 3 hari berturut-turut dengan frekuensi 2 kali dalam sehari, terjadi perubahan nafsu makan pada anak hal ini dapat dikarenakan adanya sugesti-sugesti positif yang diberikan orangtua. Orangtua adalah orang yang paling berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Dimana jika orangtua dapat mengasuh dan memberikan contoh yang benar maka anak bisa melihat dan meniru apa yang

dilakukan oleh orangtuanya. Orangtua harus berperan aktif dalam melakukan *hypnoparenting* kepada anak, karna manfaat dari *hypnoparenting* sendiri tidak hanya untuk perubahan perilaku anak dalam peningkatan nafsu makan anak, tetapi untuk menanam karakteristik anak, dan membentuk kedisiplinan anak (Maghfiroh, 2015).

Hypnoparenting merupakan salah satu cara untuk mencegah terjadinya *picky eater* pada anak, karena *hypnoparenting* menggunakan prinsip kerja *hypnosis* (komunikasi dengan otak) dimana orangtua sebagai sarana dalam membentuk kepribadian anak dan potensi anak memberikan komunikasi sugesti positif secara terus menerus pada anak pada jiwa bawah sadarnya mengenai suatu permasalahan yang sedang dihadapi. Pemberian *hypnoparenting* selama 6 kali, memberikan rangsangan eksternal pada otak melalui indera pendengaran. Sehingga hal ini akan diproses di alam sadarnya sehingga akan terekam kuat di alam bawah sadarnya.

Penelitian ini sejalan dengan Anugraheni(2015) ada pengaruh *hypnoparenting* terhadap kejadian *picky eater* pada anak prasekolah di TK Islam Terpadu Bina Insani Kecamatan Mojojoto Kota Kediri Tahun 2015, hal yang sama pada penelitian (Anugraheni, 2017) ada pengaruh *hypnoparenting* terhadap *temper tantrum* pada anak prasekolah di TK Islam Terpadu Bina Insani Kecamatan Mojojoto Kota Kediri. Sejalan dengan itu penelitian Anggraini

(2018) menyatakan bahwa ada pengaruh *hypnoparenting* pada tingkat kelelahan pada anak kanker dalam menghadapi efek samping terapi kanker. Pada penelitian Sudarsana et al (2019) “*the utilization of gadgets in instilling characet of children using hypnoparenting*” menyatakan bahwa melalui teknik *hypnoparenting* orangtua dapat membimbing anak menanamkan karakter sejak dini dengan memanfaatkan gadget dengan benar.

KESIMPULAN

1. Gambaran nafsu makan anak *toddler* sebelum diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi dan kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang masing masing pada kategori nafsu menurun sebanyak 20 responden (100%)
2. Gambaran nafsu makan anak *toddler* sesudah diberi *hypnoparenting* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang pada kelompok intervensi pada kategori meningkat sebanyak 13 responden (65%) dan kontrol sebagian besar pada kategori menurun 18 responden (90%)
3. Ada perbedaan secara bermakna nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok intervensi di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang dengan *p-value* sebesar 0,000

4. Tidak ada perbedaan secara bermakna nafsu makan anak *toddler* sebelum dan sesudah diberi *hypnoparenting* pada kelompok kontrol di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang dengan nilai *p-value* sebesar 0,157.
5. Ada pengaruh *hypnoparenting* terhadap peningkatan nafsu makan anak *toddler* yang mengalami *picky eater* di Desa Wonorejo Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang dengan *p value* 0,000 <0,05

SARAN

1. Bagi instansi pendidikan
Diharapkan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam rangka pengembangan ilmu keperawatan dan untuk materi perkuliahan mengenai gangguan makan anak khususnya nafsu makan anak, *picky eater* dan dan cara teknik pola asuh *hypnoparenting*.
2. Bagi orangtua
Diharapkan orangtua dapat menerapkan teknik pola asuh *hypnoparenting* dengan cara mensugesti anak agar bisa makan dengan mudah tanpa pilih pilih makanan dan mensugesti anak agar patuh dengan orangtua.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Hasil penelitian ini hendaknya bisa menjadi referensi dalam penelitian yang serupa serta bisa lebih memilih metode lain untuk menghindari hasil yang bias dengan membuat lembar observasi dalam

pelaksanaan *hypnoparenting* atau dapat melakukan intervensi lain selain *hypnoparenting* untuk meningkatkan nafsu makan anak usia *toddler*.

pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak berumur 2- tahun di wilayah kerja puskesmas Kuranji. Ners Juranl Keperawatan, 9(1), 68–87.

DAFTAR PUSTAKA

- Aizah, S. (2009). *Faktor-Faktor Penyebab Kesulitan Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Dusun Pagut Desa Blabak Kecamatan Pesantren Kota Kediri*.
- Al-Harasi S. (2010). *Hypnosis For Children Undergoing Dental Treatment*. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20687082>
- Anggraini. (2018). *Hypnoparenting Effects Towards Fatigue As An Impact Of Chemotherapy Among Pediatric Patients With Acute Lymphoblastic Leukemia*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 77–83.
- Anugraheni, I. (2015). *Pengaruh Hypnoparenting Terhadap Kejadian Picky Eater Pada Anak Prasekolah Di Tk Islam Terpadu Bina Insani Kecamatan Mojojoto Kota Kediri*. *Jurnal Kesehatan Hesi Wira Sakti*, 5, 24–29.
- Anugraheni, I. (2017). *Pengaruh hypnoparenting terhadap frekuensi diurnal enuresis pada anak prasekolah*. *Penelitian Kesehatan*, 50–54.
- Fajria & Rika. (2013). *Pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak berumur 2- tahun di wilayah kerja puskesmas Kuranji*. *Ners Juranl Keperawatan*, 9(1), 68–87.
- Jafri, Y. (2014). *Pengaruh Hypnoparenting Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak Usia Prasekolah Yang Sulit Makan Di Surau Pinang*.
- Judarwanto W. (2011). *Perilaku Makan Anak Sekolah*. Direktorat Bina Gizi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kusuma., A.Fitri., Y., E. (2013). *Efect Of Hypnoparenting To Nutrition Satatus Of Children Sriwijaya*.
- Kusumaningrum, A. & fitri Y. E. (2015). *Pengaruh Hypnoparenting Terhadap Status Gizi Balita*. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 2.
- Kwok FYY, Ho YYF, Chow CM, So CYN, L. T. (2013). *Assessment of nutrient intakes of picky-eating Chinese preschoolers using a modified food frequency questionnaire*. *World J Pediatr*, 9(1), 58–63.
- Marmi, & Rahardjo, K. (2012). *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita, dan Anak Prasekolah*.
- Mascola, AJ, Bryson, SW, & Agras, W. (2010). *Picky eating during childhood: alongitudinal study study to age 11 years*, *Eating Behaviours*, 10(4).

- Muharyani, P. W. (2015). *Hubungan Kontrol Makanan, Model Peran Dan Keterlibatan Anak Dengan Sulit Makan Pada Anak*, 2(2355).
- Mulyati, R. (2015). *Pengaruh Hypnoparenting Terhadap Kebiasaan Sarapan Pagi Pada Siswa Kelas I di SDN Buah Batu Baru Bandung*, 10(3), 32–40.
- Nadia, B. (2010). *Hipnotis Metode Terapi Anak dengan Hipnoterapy*. Jakarta: Gudang Ilmu.
- Navis, A. A. (2013). *Menjadi Orangtua Idaman Dengan Hypnoparenting*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Santioso, L. liniawati. (2012). *, 5 Menit menguasai Hypnoparenting*. Jakarta: Penebar Plus.
- Saputri, Mega, Pramijantoro. (2015). *Efektifitas variasi makanan terhadap peningkatan nafsu makan anak usia prasekolah di kelurahan kuningan Semarang Utara*. Jurnal ilmu keperawatan dan kebidanan (JIKK)
- Scaglioni. (2018). Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*, 10(6), 706.
- Sudarsana,et al. (2019). The Utilization Of Gadgets In Instilling Characet Of Children Using Hypnoparenting. *Journal of Physics: Conference Series*.
- Sudjatmoko. (2011). Masalah Makan Pada Anak. *Damianus Journal*
- Suryaningsih, H. (2012). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kunjungan Ibu Bayi dan Balita ke Posyandu di Puskesmas Kemiri Muka Kota Depok Tahun 2012*.
- Sutiyono, A. (2010). *Dahsyatnya Hypnoparenting*. Jakarta: Penebar Plus.
- Sutomo, A. (2010). *Menu Sehat Alami Untuk Balita & Batita*. jakarta: PT. Agromedia Pustaka.
- Wirajaya. (2017). *Hypnoparenting*. Retrieved from <http://motivatoracademy.com/hypnoparenting/>
- Yuliana, A. (2012). *Penerapan Hypnoparenting sebagai Salah Satu Metode Mendidik Anak*. Arsip PLS UM untuk imadiklus.com. Retrieved from imadiklus.googlecode.com/file%0As
- Yuliani, D. I. (2015). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Terjadinya Picky Eater (Pilih-Pilih Makanan) pada Usia 3-6 Tahun di RA Tarbiyahtush Sibyan Desa Gayaman Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto*.