

PENGARUH HYPNOPARENTING TERHADAP NOKTURNAL ENURESIS PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI TK WILAYAH KELURAHAN KAHURIPAN

Resti Roswanda Utami¹, Dede Gantini², Ir Ir Khairiyah³

^{1,2,3}Program Studi DIV Kebidanan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
^{1,2,3} Jalan Cilolohan 35 Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya Kode Pos 46115
Indonesia

ABSTRAK

Nocturnal enuresis adalah kondisi pada anak-anak berusia ≥ 5 tahun dengan gejala inkontinensia yang terjadi selama periode tidur tanpa gejala gangguan saluran kemih. *Enuresis* memberikan pengaruh buruk baik secara psikologis dan sosial. *Hypnoparenting* merupakan salah satu terapi mendidik anak dengan prinsip hipnosis yang langsung memasuki pikiran bawah sadar anak-anak. Sehingga program-program negatif yang tertanam di pikiran bawah sadar mereka bisa dilepaskan. Tujuannya adalah untuk mengetahui pengaruh *hypnoparenting* terhadap frekuensi *nocturnal enuresis* di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya.

Penelitian ini menggunakan *pre eksperimental* dengan *pretest posttest design*. Teknik sampling yang digunakan *total sampling* dengan jumlah sampel 34 responden. Analisis uji statistik yang digunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi *nocturnal enuresis* sebelum dilakukan *hypnoparenting* nilai minimum 3, nilai maximum 7 dan nilai median 5,00. Frekuensi *nocturnal enuresis* setelah dilakukan *hypnoparenting* nilai minimum 0, nilai maximum 7 dan nilai median 1,50. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p(0,000) < 0,05$ yang berarti *hypnoparenting* efektif untuk menurunkan frekuensi *nocturnal enuresis*. Berdasarkan hasil, terdapat pengaruh *hypnoparenting* terhadap frekuensi *nocturnal enuresis*.

Kata Kunci : *Nocturnal Enuresis, Prasekolah, Hypnoparenting*
Kepustakaan : 32 (2007-2018)

THE EFFECT OF HYPNOPARENTING ON NOCTURNAL ENURESIS FREQUENCY OF PRESCHOOLERS AT KINDERGARTENS IN KAHURIPAN REGION

Nocturnal enuresis is a condition on children ≥ 5 years old with incontinent symptom that occurs in sleep period without symptoms of urinary tract disorders. Enuresis brings bad influence, both psychological and social. Hypnoparenting is one of therapies in educating children by using hypnosis principle which directly enters children's subconscious mind. So that negative programs embedded in their subconscious mind under can be released. The purpose of this research is to know the influence of hypnoparenting to nocturnal enuresis frequency at kindergartens in Kahuripan region, Tawang subdistrict, Tasikmalaya city.

This research uses pre eksperimental method by using pretest and posttest design. Sampling technique used is total sampling with 34 respondents. Statistics test analysis used is Wilcoxon Signed Rank Test.

The result of the analysis shows that minimum value of nocturnal enuresis frequency before doing hypnoparenting is 3, the maximum value of it is 7, and median value of it is 5.00. On the other side, the minimum value of nocturnal enuresis frequency after doing hypnoparenting is 0, the maximum value of it is 7, and the median value of it is 1.50. The result of statistical test showing value of $p(0,000) < 0,05$ means hypnoparenting is effective to relieve nocturnal enuresis frequency. Based on the result, it shows that hypnoparenting has effect on nocturnal enuresis frequency.

Keywords : *Nocturnal Enuresis, Preschool, Hypnoparenting*
Literatur : 32 (2007-2018)

PENDAHULUAN

Usia prasekolah merupakan masa paling aktif, dimana anak memiliki rasa keingintahuan yang besar mengenai sesuatu yang baru dan mulai belajar bagaimana untuk berkomunikasi dengan orang lain, belajar menyampaikan sesuatu dengan jelas tentang keinginannya. Usia prasekolah adalah usia diantara periode umur 4 sampai 6 tahun, waktu dimana kekritisian dalam perkembangan emosional dan psikologi anak. Dalam tahapan masa tumbuh kembang anak prasekolah, banyak permasalahan yang akan dihadapi orang tua salah satunya adalah masalah berkemih yaitu *enuresis* (mengompol) (Donna, 2009).

International Children's Continence Society (ICCS) mendefinisikan *enuresis* sebagai kondisi pada anak-anak berusia ≥ 5 tahun dengan gejala inkontinensia yang terjadi selama periode tidur tanpa gejala gangguan saluran kemih. Pada usia 3 tahun seharusnya seorang anak sudah mampu berkemih secara normal namun anak tidak dapat melakukannya sehingga terjadi pengeluaran urin yang tidak pada tempatnya. *Enuresis* merupakan salah satu masalah perkembangan yang paling sering dijumpai (dalam Austin, 2014).

Di Amerika Serikat didapatkan 5-7 juta anak mengalami *enuresis*, laki-laki tiga kali lebih sering dibandingkan dengan perempuan. Insiden *enuresis* menurun sesuai dengan semakin bertambahnya usia, sehingga sebesar 15% terjadi pada usia 5 tahun, 10% pada usia 7 tahun dan menurun menjadi 5% pada usia 11-12 tahun (Kerrebroek, 2009). Menurut Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) nasional tahun 2012, di Indonesia diperkirakan jumlah balita yang susah mengontrol BAB dan BAK di usia dini sampai pra sekolah mencapai 75 juta anak. Menurut survei di Jakarta pada tahun 2009 menyebutkan bahwa prevalensi *enuresis* pada anak

laki-laki sekitar 2,83% dan pada anak perempuan 2,97%. Dari seluruh kejadian *enuresis* didapatkan 80% adalah *enuresis nokturnal*, 20% *enuresis diurnal* dan sekitar 15%-20% anak yang mengalami *enuresis nokturnal diurnal* (Soetjiningasih, 2013).

Berbagai penyebab *enuresis* pada anak antara lain faktor genetik, hormonal, anatomi, kondisi medis seperti konstipasi, infeksi saluran kencing, problem psikologis, kapasitas kandung kemih yang kecil, gangguan tidur, keterlambatan perkembangan, dan imaturitas fungsi sistem saraf pusat, kadar ADH (*Anti Diuretic Hormone*) dalam tubuh yang kurang, kondisi fisik yang terganggu, dan alergi (Moffatt, 1999 dalam Daulay 2008).

Enuresis memberikan pengaruh buruk baik secara psikologis dan sosial. Pada anak, *enuresis* dapat mempengaruhi kehidupan seperti timbulnya rasa kurang percaya diri, rendah diri, atau lebih agresif, hubungan sosial dengan teman terganggu, mempengaruhi kualitas hidupnya saat dewasa, dan merusak pergaulan yang semuanya dapat berpengaruh terhadap perkembangan sosial anak. Bagi orang tua dan keluarganya, gejala ini dapat menimbulkan frustrasi dan kecemasan (Kurniawati, 2008). Walaupun sekitar 15% anak yang mengalami *enuresis* dapat mengatasi sendiri atau remisi secara spontan tiap tahunnya, namun jika *enuresis* tidak mendapatkan penanganan dini dan tepat akan berdampak terhadap perkembangan anak (Windiani, dkk 2008).

Karena hal itu sudah selayaknya bila masalah ini tidak dibiarkan berkepanjangan. Beberapa metode yang digunakan untuk mengurangi *enuresis* yaitu dengan meningkatkan motivasi anak, *enuresis alarm (behavior modification)*, pengaturan perilaku (*behavior treatment*), latihan menahan keluarnya air kencing (*bladder therapy training*), *lifting* dan *night awakening*,

retention control training, dry bed training, hypnoterapi/hypnoparenting dan akupuntur (Suririnah, 2010).

Kebanyakan pengobatan atau terapi sulit menjangkau masalah ini. Saat ini telah banyak minat dan penelitian mengenai efektifitas metode penyembuhan terapi komplementer. Salah satunya yaitu *hypnoparenting*. *Hypnoparenting* adalah ilmu dan seni mendidik anak dengan menggunakan prinsip-prinsip hipnotis. Melalui *hypnoparenting*, kita bisa menjadi orangtua yang mampu "mengendalikan" perilaku anak-anak dengan bijaksana. Inti dari *hypnoparenting* adalah mempelajari cara berpikir anak-anak, serta mengajarkan cara menanamkan sugesti kepada anak-anak untuk kebaikan mereka sendiri. Hipnosis langsung memasuki pikiran bawah sadar anak-anak. Sehingga program-program negatif yang tertanam di pikiran bawah sadar mereka bisa dilepaskan. Dan program-program kesuksesan dapat ditanamkan sejak dini (Suhendri, 2012).

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 (Bianda, 2010).

Teknik *hypnoparenting* lebih kearah teknik *indirect hypnosis* atau hipnosis secara tidak langsung. Hal berarti bahwa inti dari teknik hipnosis untuk anak adalah bagaimana membangun hubungan komunikasi yang tepat dan efisien antara orang tua dan lingkungan sekitar terhadap anak mereka (Suhendri, 2012).

Orang tua harus konsekuen dan konsisten dalam berucap, berpikir, dan bertindak untuk hal-hal yang positif.

Bila orang tua sudah bisa mengatasi keluhannya sendiri, akan mempermudah untuk membantu anak-anak mengatasi masalahnya. Berikan sugesti dan nasehat kepada anak-anak saat mereka menjelang tidur (Harmanto, 2009).

Menurut penelitian dari psikolog anak, disimpulkan bahwa lebih dari 90% permasalahan anak disebabkan oleh kesalahan atau ketidaktahuan orangtua akan cara komunikasi dan penyampaian nilai yang baik terhadap sang anak. Dalam hal inilah *hypnoparenting* hadir untuk menjembatani atau mengatasi masalah komunikasi antara orangtua dan anak yang seringkali terjadi, dengan memperhatikan pengaruh hipnosis orangtua diharapkan untuk selalu menanamkan rekaman/sugesti positif pada jiwa bawah sadar anak. Sehingga dapat mengatasi masalah-masalah yang terjadi pada anak yang diakibatkan oleh pengaruh lingkungan anak. Pikiran anak-anak yang cenderung belum mampu berpikir secara logis, cenderung memberikan respon terhadap stimulus yang diterima, tanpa pertimbangan yang terlalu jauh. Kata-kata, tindakan dan sikap orangtua 95% akan masuk dengan mudahnya ke pikiran bawah sadar anak-anak seolah-olah tanpa disaring (Jaya, 2014).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal studi pendahuluan kepada orangtua murid di TK Permata Hati didapatkan jumlah orangtua murid sebanyak 10 orang, 6 orang anak diantaranya masih mengalami BAK pada malam hari saat tidur (*nocturnal enuresis*). Orangtua mengatakan mereka tidak tahu cara mengatasi *enuresis*. Dari hasil studi pendahuluan juga didapat bahwa di daerah tersebut belum pernah dilakukan penelitian tentang pengaruh *hypnoparenting* terhadap frekuensi *nocturnal enuresis*.

Berdasarkan data-data yang ditemukan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh *hypnoparenting* terhadap frekuensi

nocturnal enuresis pada anak usia prasekolah di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya.

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode pra eksperimen (*pre experimental design*) yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara memberikan *pre test* (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi, setelah diberikan intervensi kemudian dilakukan *post test* (pengamatan akhir). Penelitian ini tidak ada kelompok perbandingan (*control*).

B. Populasi dan Sampel

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak prasekolah di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya usia 5-6 tahun yang mengalami *nocturnal enuresis*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Pada besar sampel yang digunakan adalah 34 murid.

C. Teknik Pengumpulan Data

1. Tahap Pertama

Adalah pengumpulan data dasar untuk mengumpulkan responden yang memenuhi kriteria sejumlah 34 orang.

2. Tahap Kedua

Pengumpulan data variabel bebas, meliputi identitas responden,

hypnoparenting yang dilakukan selama 21 hari 1 kali dalam sehari selama 20 menit.

3. Tahap Ketiga

Adalah observasi frekuensi *nocturnal enuresis* pada anak usia prasekolah yang diperoleh dengan menggunakan lembar obsevasi selama 1 minggu.

D. Metode Pengolahan dan Analisa Data

Data diperoleh dengan cara memilih responden dalam penelitian sesuai dengan tujuan penelitian kemudian mengukur frekuensi *nocturnal enuresis* pada anak usia prasekolah sebelum dilakukan hypnoparenting selama 1 minggu. Setelah intervensi dilakukan, kemudian mengukur kembali frekuensi *nocturnal enuresis* selama 1 minggu. Data hasil intervensi kemudian diolah menggunakan bantuan program komputer. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat.

PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Analisis ini digunakan untuk mengetahui frekuensi *nocturnal enuresis* pada anak usia prasekolah. Berikut hasil penelitian diuraikan di bawah ini: Gambaran Frekuensi *Nocturnal Enuresis* Anak Usia Prasekolah Sebelum dan Setelah Dilakukan *Hypnoparenting*.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Nokturnal Enuresis Anak Usia Prasekolah Sebelum dan Setelah Dilakukan Hypnoparenting Di TK Wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya Tahun 2019

Uraian	Frekuensi Nokturnal Enuresis	Jumlah Responden	Persentase (%)	Median	Min	Maks
Sebelum Hypnoparenting	3	6	17,6	5,00	3	7
	4	10	29,4			
	5	3	8,8			
	6	1	2,9			
	7	14	41,2			
Jumlah		34	100			
Setelah Hypnoparenting	0	7	20,6	1,50	0	7
	1	10	29,4			
	2	13	38,2			
	3	2	5,9			
	5	1	2,9			
7	1	2,9				
Jumlah		34	100			

Tabel 1 menunjukkan bahwa frekuensi nokturnal enuresis sebelum dilakukan hypnoparenting frekuensi tersering adalah 7 kali dengan jumlah responden 41,2% dan frekuensi terjarang adalah 6 kali dengan jumlah responden 2,9 %, besar nilai minimum 3, nilai maximum 7 dan nilai median 5,00. Frekuensi nokturnal enuresis setelah dilakukan hypnoparenting frekuensi tersering adalah 2 kali dengan jumlah responden 38,2% dan frekuensi terjarang adalah 7 kali dengan jumlah responden 2,9 %, besar nilai minimum 0, nilai maximum 7 dan nilai median 1,50.

2. Analisis Bivariat

Analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan atau pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat, dalam penelitian ini adalah pengaruh hypnoparenting terhadap frekuensi nokturnal enuresis di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya.

Tabel 2 Ranking Frekuensi Nokturnal Enuresis Anak Usia Prasekolah Setelah Dilakukan Hypnoparenting Di TK Wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya Tahun 2019

Setelah Hypnoparenting	N	Ranking rata-rata
Ranking Negatif	33	17.00
Ranking Positif	0	.00
Tetap	1	
Jumlah	34	

Berdasarkan tabel 4.2 hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa setelah dilakukan hypnoparenting 33 responden mengalami penurunan frekuensi nokturnal enuresis, tidak ada yang mengalami kenaikan frekuensi dan 1 orang frekuensinya tetap.

Tabel 3 Pengaruh *Hypnparenting* Terhadap Frekuensi *Nokturnal Enuresis* di TK Wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya Tahun 2019

<i>Nokturnal Enuresis</i>	N	Z	Sig
Sebelum			
Sesudah	34	-5,037	0,000

Berdasarkan tabel 3 hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel adalah sebesar -5,037 dengan signifikansi sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel rata-rata sebelum dan sesudah adalah kuat dan signifikan. Berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *pValue* sebesar 0,000 dan karena *pValue* $0,000 < \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada pengaruh *hypnparenting* terhadap frekuensi *nokturnal enuresis* di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya.

B. Pembahasan

1. Gambaran frekuensi *nokturnal enuresis* pada anak usia prasekolah sebelum dan sesudah dilakukan *hypnparenting* di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya

Hasil penelitian yang telah dideskripsikan di atas diperoleh gambaran frekuensi *nokturnal enuresis* sebelum dan sesudah dilakukan *hypnparenting* di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya, frekuensi *nokturnal enuresis* sebelum dilakukan *hypnparenting* frekuensi tersering adalah 7 kali dengan jumlah responden 41,2% dan frekuensi terjarang adalah 6

kali dengan jumlah responden 2,9 %, besar nilai minimum 3, nilai maximum 7 dan nilai median 5,00.

Penelitian ini sejalan dengan Anugrahaeni (2017) bahwa sebelum dilakukan *hypnparenting* nilai mean adalah 3,29, nilai median 3,00 sedangkan nilai mode yaitu 3 kali. Menurut Noer (2006) anak usia 5 tahun akan buang air kecil 5-8 kali sehari dan mereka akan menolak buang air kecil bila bukan pada tempatnya dan sekitar 98,5% pada usia ini sudah mampu mengendalikan kandung kemihnya secara sempurna. Hull (2008) menyatakan bahwa sekitar 10% anak usia 5 tahun masih mengompol dan bahkan kurang dari 5% masih mengompol pada usia 10 tahun. Insiden *enuresis* menurun sesuai dengan semakin bertambahnya usia, sehingga sebesar 15% terjadi pada usia 5 tahun, 10% pada usia 7 tahun dan menurun menjadi 5% pada usia 11-12 tahun (Kerrebroek, 2009). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati dkk (2007) pada anak usia prasekolah (4-5 tahun) di TK Sekar Ratih Krembangan Jaya Selatan, Surabaya menyatakan bahwa terdapat 52% anak mengompol dengan frekuensi sering sekali, 4% sering, 36% jarang dan 8% sangat jarang. Kebiasaan mengompol ini apabila berlangsung lama dan panjang, akan mengganggu pencapaian tugas perkembangan anak (Hidayat, 2008).

Menurut teori Meadow & Newell, (2005) dalam Anugrahaeni, (2017) terdapat beberapa faktor penyebab yang dapat mempengaruhi terjadinya *enuresis* diantaranya:

- a. *Enuresis* Primer
 - 1) Faktor genetik

- 2) Keterlambatan pematangan fungsi susunan saraf pusat (SSP).
 - 3) Kurangnya kadar antidiuretic hormone (ADH) dalam tubuh
 - 4) Gangguan tidur dalam
 - 5) Keterlambatan perkembangan
 - 6) Kelainan anatomi, misalnya kandung kemih yang kecil
- b. *Enuresis* Sekunder
- 1) Faktor psikologis
 - 2) Kondisi fisik terganggu

Adapun penyebab lainnya anak mengompol (*enuresis*) antara lain:

- a. Faktor fisik
Misalnya anak terlalu cape sehingga tidur terlalu lelap, sehingga ia tidak kuasa bangun saat ingin buang air kecil.
- b. Faktor Lingkungan
Misalnya dikarenakan faktor cuaca. Anak terlalu banyak mengkonsumsi soda.
- c. Faktor emosi
Misalnya pindah rumah, punya adik baru, hubungan yang tidak harmonis antara anak dan orangtua (Adhitya, 2012 dalam Yusuf 2012).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Windiani, dkk (2008) Hasil prevalensi *enuresis* pada anak sebesar 36 (10,9%) terdiri dari 15 (41,3%) laki-laki dan 21 (58,7%) perempuan. Riwayat ayah dan saudara yang mengalami *enuresis*, lari ke toilet jika berkemih, dan tidur yang dalam, merupakan faktor risiko terjadinya *enuresis* pada anak sedangkan jumlah berkemih ≤ 7 kali/hari merupakan faktor preventif terjadinya *enuresis*.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa kejadian *nocturnal enuresis* terjadi karena beberapa faktor baik fisik maupun

psikologis dan juga memberikan pengaruh buruk baik secara psikologis dan sosial.

Frekuensi *nocturnal enuresis* setelah dilakukan *hypnotherapy* frekuensi tersering adalah 2 kali dengan jumlah responden 38,2% dan frekuensi terjarang adalah 7 kali dengan jumlah responden 2,9%, besar nilai minimum 0, nilai maximum 7 dan nilai median 1,50. Penelitian ini didukung oleh penelitian serupa yang dilakukan oleh Anugrahaeni (2017) bahwa sebelum dilakukan *hypnotherapy* nilai mean adalah 3,29, nilai median 3,00 sedangkan nilai mode yaitu 3 kali. Frekuensi *nocturnal enuresis* setelah dilakukan *hypnotherapy* nilai mean adalah 1,85, nilai median 2,00 sedangkan nilai mode yaitu 2 kali. Artinya, terjadi penurunan frekuensi *nocturnal enuresis* pada anak usia prasekolah sebelum dan setelah dilakukan *hypnotherapy* dengan nilai selisih 1.

Penurunan frekuensi tersebut terjadi karena *hypnotherapy* menggunakan prinsip-prinsip hipnotis yang dapat mempelajari cara berpikir anak-anak, serta mengajarkan cara menanamkan sugesti kepada anak-anak untuk kebaikan mereka sendiri. Hipnosis langsung memasuki pikiran bawah sadar anak-anak. Sehingga program-program negatif yang tertanam di pikiran bawah sadar mereka bisa dilepaskan Suhendri (2012).

Hypnotherapy merupakan salah satu penatalaksanaan non farmakologi untuk mengatasi *nocturnal enuresis*, hasil penelitian menunjukkan bahwa ada penurunan frekuensi setelah dilakukan *hypnotherapy*. Melalui *hypnotherapy*, kita bisa mendidik anak dengan prinsip-prinsip hipnotis dan menjadi orangtua yang mampu

"mengendalikan" perilaku anak-anak dengan bijaksana.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dengan dilakukan *hypnparenting* pada anak usia prasekolah memberikan efek baik dalam menurunkan frekuensi *nocturnal enuresis* yang dibuktikan dengan adanya penurunan frekuensi setelah dilakukan *hypnparenting*.

Berdasarkan penelitian juga terdapat 1 responden yang tidak mengalami penurunan frekuensi sesudah dilakukan *hypnparenting*. Berdasarkan hasil evaluasi dengan ibu responden, responden terbiasa meminum susu tiap malam dan tidur di ruang tengah depan televisi. Hal ini tidak sesuai dengan teori menurut Subandiyah, dkk (2011) beberapa jam sebelum tidur hendaknya orangtua membatasi minuman yang memiliki efek terhadap episode *nocturnal enuresis* seperti yang mengandung coklat, soda, susu dan kafein. Waktu yang dianjurkan untuk minum susu di malam hari adalah 2 hingga 3 jam sebelum tidur (Andria, 2018).

Aqila (2010) juga mengatakan ada beberapa hal yang harus dihindari saat proses dilakukan *hypnparenting* salah satunya adalah membiarkan anak tertidur lelap di depan televisi atau media lain yang hidup, terutama jika media tersebut memiliki efek negatif. Anak akan memasuki kondisi *Alpha* saat tertidur sehingga apa yang ia dengar dari luar dapat terprogram secara otomatis di alam bawah sadarnya.

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa penyebab tidak adanya penurunan frekuensi sesudah dilakukan *hypnparenting* dipengaruhi oleh faktor asupan cairan dan ketidak tepatan penerapan *hypnparenting*.

2. Pengaruh *Hypnparenting* Terhadap *Nocturnal Enuresis* pada Anak Usia Prasekolah di TK Wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% atau $\alpha=0,05$ diperoleh nilai *p* value 0,000 ($p<0,05$ yang berarti menunjukkan ada pengaruh *hypnparenting* terhadap *nocturnal enuresis* pada anak usia prasekolah di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti, dkk (2019) dalam Yusuf (2012) bahwa *hypnparenting* efektif menurunkan *enuresis* dengan hasil 1 minggu dilakukan *hyonparenting* ($p<0,001$), 1-2 minggu dilakukan *hypnparenting* ($p<0,0001$), dan 2-3 minggu dilakukan *hypnparenting* ($p<0,0009$) yang berarti adanya pengaruh *hypnparenting* terhadap penurunan *enuresis*.

Hypnparenting 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 (Bianda, 2010).

Hipnosis merupakan suatu seni komunikasi yang mengarahkan subjek menuju relaksasi sehingga gelombang otak subjek perlahan-lahan turun dan berada pada kondisi gelombang *Alpha* dan *Theta* dimana kondisi ini berada pada alam bawah sadar. Alam bawah

sadar terletak di medulla oblongata. Pada medulla oblongata, traktus ascendens berfungsi membawa impuls (sinyal) yang diterima dari otak untuk dihantarkan ke medulla spinalis yang menjadikan saraf-saraf parasimpatis diaktifkan. Ketika dilakukan *hypnoparenting* serabut-serabut parasimpatis menyebabkan rangsangan kontraksi kandung kemih dan relaksasi sfingter internus dan sfingter eksternus yang secara volunter bertujuan untuk mengendalikan miksi (Sadock, 2007; Pearce, 2011; Donna, 2009).

Dapat disimpulkan berdasarkan penelitian bahwa adanya pengaruh *hypnoparenting* terhadap frekuensi *nocturnal enuresis* pada anak usia prasekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran frekuensi *nocturnal enuresis* anak usia prasekolah sebelum dilakukan *hypnoparenting* frekuensi tersering adalah 7 kali dengan jumlah responden 41,2% dan frekuensi terjarang adalah 6 kali dengan jumlah responden 2,9%, sedangkan frekuensi *nocturnal enuresis* setelah dilakukan *hypnoparenting* frekuensi tersering adalah 2 kali dengan jumlah responden 38,2% dan frekuensi terjarang adalah 7 kali dengan jumlah responden 2,9%.
2. Terdapat pengaruh *hypnoparenting* terhadap frekuensi *nocturnal enuresis* pada anak usia prasekolah di TK wilayah Kelurahan Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya dengan nilai *p-value*

0,000 (<0,05) artinya terdapat pengaruh *hypnoparenting* terhadap frekuensi *nocturnal enuresis*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Yusuf Zainal. (2015). *Metode Penelitian Komunikasi, Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*. Bandung: Pustaka Setia
- Anugrahaeni, Ifana. (2017). Pengaruh *Hypnoparenting* Terhadap Frekuensi *Diurnal Enuresis* pada Anak prasekolah.
- Andria, Wina. (2018). <https://journal.sociolla.com/lifestyle/minum-susu-sebelum-tidur/> diakses pada tanggal 22 Mei 2019
- Aqila (2010). *Hypnoparenting (Cara Cepat Mencerdaskan Anak Anda)*. Yogyakarta: Starbooks
- Austin, P.F., Bauer, S.B., Bower, W., Chase, J., Franco, I., Hoebeke, P., et al. (2014). *The standardization of terminology of lower urinary tract function in children and adolescent: update report from the standardization committee of the International Children Continence Society. Neurology and Urodynamics*, 35:471-481
- Bianda, Nadia. (2010). *Hipnotis Metode Terapi Anak dengan Hypnoterapy*. Jakarta; Gudang Ilmu
- Dahlan, M. Sopiudin. (2016). *Statistik Untuk Kedokteran Kesehatan*. Jakarta:Salemba Medika
- Daulay, Rini Savitri. (2008). *Enuresis*. USU e-Repository
- Donna, Wong . (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik* Edisi 6. Jakarta: EGC

- Gunawan, Adi W. (2007). *Hypnotherapy: The Art of Subconscious Restructuring*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Harmanto, Ning. (2009). *Anak Sehat dan Cerdas dengan Herbal dan Hypnoterapy*. Jakarta: Gramedia
- Hidayat, A. (2008). *Pengantar Keperawatan Anak*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, Aziz Alimul. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, Azis Alimul. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Jakarta: Heath Books
- Jaya, Aris Ahmad. <http://sbdashakti.wordpress.com/2011/02/09/hypnoparenting/>; diakses tanggal 04 November 2018
- Kerrebroeck. (2009). *The Standardisation of Terminology In Nocturia: Report From The Standardisation Sub-Committee of The International Continence Society. Neurourol Urodyn.* 21(2):179-83. PubMed
- Kurniawati, F. e. (2008). *Kejadian Enuresis (Mengompol) berdasarkan Faktor Psikologis dan Keturunan pada Anak Usia Prasekolah (4-5 tahun) di TK Sekar Ratih Krembang Jaya Selatan*. Buletin Penelitian RSUD Dr.Soetomo. Vol.10 No.2 Erlangga
- Navis, Ali. A. (2013). *Menjadi orangtua idaman dengan Hypnoparenting*. Yogyakarta: Katahati
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Pearce, Evelyn C. (2011). *Anatomi dan Fisiologis Untuk Para Medis*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Sadock. (2007). *Sinopsis Psikiatri. Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*, Edisi ketujuh, jilid satu
- Setiawan, Agus. (2018). Cara Memprogram Diri 6 Kali Lebih Cepat, tersedia dalam: <https://onlinecourse.id/cara-memprogram-diri-6-kali-lebih-cepat/>; diakses tanggal 01 Januari 2019
- Soetjiningsih. (2013). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC Suririnah, 2010. *Pintar Mengasuh Anak Balita*. Jakarta: Gramedia
- Subandiyah, dkk. (2011). *Kompendium Nefrology Anak*. Jakarta: Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuntitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta
- Suhendri, H. (2012). Pengaruh Kecerdasan Matematis-Logis, Rasa Percaya Diri, dan Kemandirian Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika dan Pendidikan Matematika, (Online), tersedia dalam: <http://eprint.uny.ac.id/8082/i/p%20-%243.pdf>, diakses tanggal 18 November 2018)
- Suririnah. 2010. *Buku Pintar Mengasuh Batita: Panduan Bagi Orangtua Untuk Merawat An Membimbing Anak 1-3 Tahun Secara Sehat Dan Menyenangkan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Swarjana, K. I.,. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Edisi Revisi). Yogyakarta: Andi Offset
- Wardani, Nora Kusuma. (2016). *Pendekatan hypnotherapy dalam*

mengatasi anak SMP yang masih mengalami enuresis/ mengompol studi Kasus X di SMP Islam Sidoarjo

Windiani, I Gusti Ayu Trisna dkk. *Prevalensi dan Faktor Risiko Enuresis pada Anak Taman Kanak-Kanak di Kotamadya*. Divisi Tumbuh Kembang-Pediatri Sosial Bagian/SMF Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/RSUP Sanglah, Denpasar Vol. 10, No. 3, Oktober 2008

Yendrizar, J. (2014). *Pengaruh Hypnoparenting Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak Usia Prasekolah Yang Sulit Makan Di Surau Pinang*, Afiyah. Vol 1(2)

Yusuf, Ayu Safitri. (2012). *Hubungan Toilet Training dengan Kontrol Enuresis*

(Mengompol) pada Anak Usia 3-6 tahun di Desa Tarasu Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone