

# IBU SEBAGAI *HYPNOTIST* TERHEBAT DI DUNIA

**Salami**

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Ar-Raniry  
salamikaya@gmail.com

## ABSTRAK

Ibu adalah orang yang paling pertama bersentuhan langsung secara fisik dan psikis dengan anaknya. Interaksi seorang ibu dengan anaknya sudah dimulai sejak seorang anak masih berada dalam kandungan. Oleh karena itu apapun yang dirasakan dan dilakukan oleh seorang ibu, positif atau negatif, akan langsung berdampak bagi seorang anak sejak mulai dalam kandungan sampai anak dewasa. Penelitian terus berkembang tentang pengaruh seorang ibu terhadap tumbuh kembang seorang anak, terutama perkembangan psikologisnya. Oleh karena itu seorang ibu harus terus belajar tentang berbagai ilmu yang terkait dengan pendidikan anak sehingga dia hanya memberikan dampak positif dan menghindari dampak negatif bagi pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Karena ibu mampu memprogram pikiran anaknya dalam berbagai interaksi, maka ibu disebut sebagai penghipnosis (*hypnotist*) hebat di dunia.

**Kata Kunci:** Ibu, *Hypnotist*, terhebat.

## A. PENDAHULUAN.

Ibu adalah seorang wanita yang luar biasa. Kehadirannya dirindukan oleh semua anak-anak yang ada di dunia ini. Hidup tanpa ibu adalah kehampaan bagi seorang anak, apa lagi dimasa kanak-kanak. Seorang anak yang tidak memiliki ibu akan merasakan ada kekosongan dalam jiwanya yang sulit untuk diungkapkan. Betapa bersyukur seseorang yang ketika bangun pagi masih dapat melihat ibunya tersenyum bahagia menyapanya dengan penuh kasih sayang.

‘Seorang ibu memiliki kekayaan hati yang sangat berpengaruh pada kehidupan orang-orang yang mengasihinya dan yang dikasihinya. Kasih sayang ibu senantiasa mengiringi gerak langkah hidup anaknya. Do’anya tidak pernah berhenti sampai Allah mencabut nyawanya. Ibu adalah segalanya.

Dialah penghibur dalam kesedihan, pemberi harapan dalam penderitaan, dan pemberi kekuatan di dalam kelemahan. Dialah sumber cinta, kasih sayang, simpati, dan pengampunan. Anak yang kehilangan ibunya, seperti kehilangan jiwa sejati yang menjaganya tanpa henti.<sup>1</sup>

Sejak dalam kandungan seorang anak sudah dapat merespon stimulus apapun yang diberikan oleh seorang ibu. Namun respon itu masih tersimpan dalam memori bawah sadarnya yang merupakan program pikiran yang akan mempengaruhi perilakunya kelak ketika lahir dan bertumbuh. Tentang hubungan ibu dan anak terjadi sejak dalam kandungan, Allah berfirman:

خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلْنَا مِنْهَا رِجَالًا وَنِسَاءً وَأَنْزَلْنَا لَكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَنْبَتْنَا خَلْقًا عَرِيقًا  
فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلَقْنَا مِنْ بَعْدِ خَلْقٍ آخَرَ مِنْ بَعْدِ خَلْقٍ آخَرَ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ذَلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّكُمْ كَانُمْرًا نَارًا

Artinya: "Dia menciptakan kamu dari seorang diri kemudian Dia jadikan daripadanya isterinya dan Dia menurunkan untuk kamu delapan ekor yang berpasangan dari binatang ternak. Dia menjadikan kamu dalam perut ibumu kejadian demi kejadian dalam tiga kegelapan. Yang (berbuat) demikian itu adalah Allah, Tuhan kamu, Tuhan Yang mempunyai kerajaan. Tidak ada Tuhan selain Dia; maka bagaimana kamu dapat dipalingkan."<sup>2</sup>

Dalam ayat di atas, yang dimaksudkan dengan tiga tahapan adalah; tahap pre-embriionik yaitu dua setengah minggu pertama, tahap embriionik sampai akhir minggu ke delapan, dan tahap janin dari minggu ke delapan sampai kelahiran.<sup>3</sup>

Berkaitan dengan kelahiran bayi, Allah berfirman:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

<sup>1</sup>Arkha, *Dahsyatnya Bahasa Hati Ibu*, (Bandung: Penerbit Indonesia Publisher, 2007), 5

<sup>2</sup>QS. Al-Zumar: 6

<sup>3</sup>[http://www.keajaibanalquran.com/biology\\_08.html](http://www.keajaibanalquran.com/biology_08.html), diakses 1Maret 2015

Artinya: “Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.”<sup>4</sup>

Setelah anak lahir, pengaruh ibu lebih jelas lagi dalam perilaku anaknya terutama di usia tujuh tahun kebawah karena anak sudah bisa menggunakan ke lima inderanya untuk menyerap informasi apapun yang diberikan ibu kepadanya. Oleh karena itu, seorang ibu harus mengetahui bagaimana mekanisme kerja otak anak agar dia dapat melakukan pemrograman pikiran melalui interaksi sehari-hari, sehingga anak akan berperilaku sesuai dengan yang diharapkan.

## **B. PEMBAHASAN**

Ketika membaca judul artikel ini, mungkin masih ada pembaca yang bertanya apa benar seorang ibu adalah seorang *hypnotist*. Untuk lebih jelas pemahaman agar tidak terjadi kekeliruan, disini dijelaskan beberapa istilah yang berkaitan dengan hipnosis. *Hypnotist* adalah orang yang melakukan perbuatan hipnosis. Hipnosis adalah suatu keadaan dimana gelombang otak turun ke alpha dan theta. *Hypnotherapy* adalah terapi yang dilakukan ketika seseorang berada dalam kondisi hipnosis. Setelah mengetahui perbedaan secara harfiyah, berikut ini akan dipaparkan beberapa pengertian hipnosis. Menurut kamus Encarta, hipnosis mengandung dua pengertian, yaitu sebagai berikut:

1. Hipnosis adalah suatu kondisi menyerupai tidur yang dapat secara sengaja dilakukan kepada orang yang akan memberikan respon pada pertanyaan yang diajukan dan sangat reseptif terhadap sugesti yang diberikan.
2. Hipnosis adalah teknik, cara, atau praktik untuk memengaruhi orang sehingga masuk dalam kondisi hipnosis.

Dewasa ini, sangat sering terdengar tentang hipnoterapi atau yang biasa dikenal dengan terapi hipnosis. Biasanya yang banyak didengar adalah cerita-

---

<sup>4</sup> QS.al-Nahl: 78

cerita mengerikan tentang korban hipnosis. Ada yang kehilangan barang berharganya ketika sedang menunggu bus di terminal, ada yang kehilangan puluhan juta rupiah di rekeningnya karena di hipnosis oleh oknum tak dikenal dan bermacam kasus lainnya. Lalu, apakah memang demikian adanya? Apakah hipnosis hanya berguna untuk kejahatan saja? Untuk menjawab pertanyaan itu, seseorang perlu mengetahui beberapa definisi hipnosis. Para pakar hipnosis memberikan beberapa definisi untuk kata hipnosis, antara lain sebagai berikut:

1. Hipnosis adalah suatu kondisi saat perhatian menjadi sangat terpusat sehingga tingkat sugestibilitas meningkat sangat tinggi.
2. Hipnosis adalah seni komunikasi untuk mempengaruhi seseorang sehingga mengubah tingkat kesadaran yang dicapai dengan cara menurunkan gelombang otak.
3. Hipnosis adalah seni eksplorasi alam bawah sadar.
4. Hipnosis adalah kondisi kesadaran yang meningkat.
5. Hipnosis adalah suatu kondisi pikiran yang dihasilkan oleh sugesti.<sup>5</sup>

Setelah diketahui pengertian hypnosis, berikut juga disampaikan beberapa **pandangan salah tentang hipnosis**:

### **1. Hipnosis menggunakan kuasa gelap**

Ini sama sekali tidak benar. Hipnosis adalah seni komunikasi antara operator hipnotis dan subjek hipnosis. Kemampuan komunikasi ini dimanfaatkan untuk membawa subjek masuk ke kondisi alam bawah sadarnya. Sama sekali tidak ada unsur kekuatan magis atau mistik yang terlibat. Jika benar hipnosis menggunakan kuasa gelap, maka "ilmu" ini hanya bisa dipelajari dengan melakukan ritual tertentu. Adi W. Gunawan mengajarkan hipnosis dan hipnoterapi di S2 Psikologi di fakultas psikologi di salah satu universitas ternama di Surabaya dan sama sekali tidak menggunakan ritual tertentu. Kalaupun ada, ritualnya adalah beliau mewajibkan mahasiswa S2 nya

---

<sup>5</sup> Agus Sutiono, *Saktinya Hypnoparenting*, (Jakarta: Penebar Plus, 2014), 20-21.

untuk bisa mempelajari dan menguasai semua materi yang beliau ajarkan dan harus hadir di kelas selama 100 jam tatap muka. Hipnosis/hipnoterapi adalah salah satu cabang ilmu psikologi.

## **2. Hipnosis adalah bentuk penguasaan pikiran**

Pandangan ini juga tidak benar. Banyak orang tertipu saat menyaksikan tayangan di televisi. Tidak benar seseorang bisa menghipnosis dan menguasai pikiran orang lain. Yang benar adalah subjek, walaupun telah masuk ke dalam kondisi hipnosis/trance yang dalam, masih tetap sadar sesadar-sadarnya dan dapat mengendalikan diri sepenuhnya. Semua bentuk hipnosis adalah self-hipnosis. Bila subjek tidak mengizinkan atau menolak untuk dihipnosis maka hipnotis tidak akan bisa menghipnosis subjek tersebut.

Apa yang ditunjukkan di televisi adalah stage hypnosis atau hipnosis untuk hiburan. Karena untuk hiburan, maka biasanya adegan yang ingin dipertunjukkan sudah disiapkan sebelumnya. Sudah diatur skenario atau alur ceritanya. Subjek atau orang yang dihipnosis itu biasanya orang yang telah dipilih dan dikondisikan terlebih dahulu.

## **3. Hipnosis sama dengan tidur**

Pandangan ini muncul karena subjek dihipnosis menutup mata dan rileks, tampak seperti orang tidur. Kondisi trance, bila dilihat dari pola gelombang otak, berbeda dengan kondisi tidur. Perbedaan utama antara kondisi tidur dan kondisi hipnosis adalah saat tidur seseorang tidak sadar akan keadaan di sekelilingnya. Sedangkan pada saat trance pikirannya justru sangat sadar dan fokus. Hal yang paling nyata yang membedakan orang tidur dan dalam kondisi hipnosis yaitu kalau tidur tidak bisa memberikan respon, saat ditanya tidak bisa mendengar dan menjawab. Kalau dalam kondisi hipnosis subjek tetap bisa mendengar, berpikir, dan memberikan respon.

#### **4. Hipnosis sama dengan *Brainwashing***

Ini juga pandangan yang salah. Hipnosis tidak bisa digunakan untuk melakukan brainwashing. Belum pernah ada satu literaturpun hingga saat ini yang menyatakan bahwa hipnosis bisa digunakan untuk brainwashing. Saat seseorang berada dalam kondisi *profound somnambulism* (kondisi hipnosis yang sangat dalam), walaupun saat itu critical factor dari pikiran sadarnya sudah tidak bekerja, Tuhan memberikan proteksi yang dipasang di pikiran bawah sadar. Ada 4 filter mental pikiran bawah sadar yang selalu aktif melindungi seseorang. Filter mental ini adalah keselamatan hidup, filter moral/agama, filter benar/salah, dan filter masuk akal/tidak.

Informasi yang dimasukkan ke pikiran bawah sadar, atau kalau mau lebih ekstrim, dipaksakan masuk, bila tidak berhasil melewati keempat filter ini pasti ditolak. Adi telah membuktikan keberadaan dan kerja filter mental ini di setiap pelatihan hipnoterapi yang diselenggarakannya.

#### **5. Hipnosis dapat digunakan untuk mengubah kepribadian**

Pembaca, hipnosis tidak dapat mengubah kepribadian. Penelitian yang dilakukan oleh para pakar hipnosis menunjukkan bahwa hipnosis dapat membantu memulihkan suatu kondisi mental namun tidak bisa digunakan untuk memprogram pikiran dan mengubah kepribadian subjek.

#### **6. Hipnosis mengakibatkan lupa ingatan**

Justru saat subjek berada dalam kondisi terhipnosis atau trance, subjek mengalami peningkatan kemampuan mengingat yang luar biasa. Kemampuan ini disebut sebagai *hypermnnesia*. Dave Elman, pakar dan tokoh penting hipnoterapi modern, mengatakan bahwa saat seseorang berada dalam kondisi hipnosis, kemampuan mengingatnya meningkat hingga 2000%. Hipnosis dapat digunakan untuk menimbulkan efek amnesia (lupa ingatan). Namun ini

dilakukan dengan tujuan khusus dalam suatu terapi. Hipnosis tidak dapat digunakan untuk membuat orang lupa ingatan secara total.

Itulah sebabnya, bila seorang subjek dihipnosis dan dibuat lupa namanya, dalam beberapa saat, walaupun operator tidak memberikan sugesti untuk mengembalikan nama subjek, subjek akan tetap ingat kembali namanya. Mengapa? Karena ada 4 filter mental di bawah sadar yang akan menganulir program atau sugesti yang telah ditanam oleh operator.<sup>6</sup>

Karena berbicara tentang hipnosis berarti juga berbicara tentang gelombang otak, maka seorang ibu sebaiknya mengetahui tentang gelombang otak. Berikut adalah macam-macam gelombang otak:

### **1. Beta (12-25 cps), cps = cycles per second**

Pada kondisi beta seseorang berada dalam kesadaran penuh dengan pikiran sadar yang sangat dominan sehingga dia mampu mengerjakan beberapa kegiatan dalam waktu yang bersamaan.

### **2. Alpha (7-12 cps)**

Pada kondisi alpha seseorang mulai berkurang rasa kritis, analitis, dan waspada. Mulai terbuka terhadap masukan. Biasanya terjadi jika pada kondisi senang, santai, berimajinasi, atau menjelang tidur.

### **3. Theta (4-7 cps)**

Pada kondisi theta seseorang dalam kondisi sangat relaks antara sadar dan tidur lelap. Pikiran bawah sadar tetap aktif dan panca indera masih menerima stimulus dari luar. Artinya pada kondisi ini masih dapat menerima masukan dari luar. Inilah frekuensi yang sangat tepat untuk memasukkan sugesti kepada anak.

---

<sup>6</sup>Adi W. Gunawan, *Hypnotherapy for Children*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2010), 54-57

#### 4. Delta ( 0,5 - 4 cps)

Pada kondisi delta seseorang berada dalam kondisi tidur yang sangat pulas tanpa mimpi. Kondisi panca indera sudah tidak aktif dan tidak dapat menerima masukan dari luar.

Secara sederhana, penjabaran mengenai gelombang otak tersebut adalah sebagai berikut:

1. BETA: Kognitif, analitis, logika, otak kiri, konsentrasi, prasangka, aktif, cemas, was-was, khawatir, stres, dan panik.

Pikiran sadar, dalam satu kegiatan bisa berpikir 3 pikiran atau lebih. Misalnya, anak berada dalam satu kegiatan belajar tapi memikirkan 3 pikiran diantaranya mendengarkan guru menjelaskan, memikirkan games di warnet, dan memikirkan PR yang belum dikerjakan. Jadi pada frekuensi ini, pikiran sedang sangat crowded sehingga tidak tepat memberikan sugesti atau nasehat pada frekuensi ini karena critical areanya sangat aktif.

2. ALFA: Relaksasi, *focus-alertness*, mediatif, *super learning*, akses pikiran bawah sadar, ikhlas, nyaman, tenang, santai, puas, segar, bahagia, *endorphine*.

Kondisi rileks sehingga dalam kondisi ini anak sudah bisa menerima sugesti atau nasehat orang tua dengan baik, karena critical areanya sudah menipis. Atau ketika seseorang sedang sangat lelah setelah pulang kerja kemudian duduk di sofa untuk beristirahat maka frekuensi otaknya menurun dari beta ke alfa. Dalam satu kegiatan seseorang memikirkan 2 pikiran.

3. THETA: Sangat khusyu', *deep rilexation*, intuisi, mimpi, afirmasi, visualisasi, pikiran bawah sadar, imaginative, ikhlas, kreatif.

Kondisi yang sangat rileks sekali dan berada di pikiran bawah sadar sehingga pada saat ini sangat mudah sugesti positif diserap anak. Biasanya

seorang hypnotherapist membawa frekuensi otak klien pada gelombang theta. Hal ini dikarenakan critical area anak sudah melemah atau tidak aktif sehingga setiap sugesti yang diberikan diterima dengan baik di pikiran bawah sadarnya. Pada saat ini hanya ada 1 pikiran (khusyu’).

4. DELTA: Tidur lelap (tanpa mimpi), tidak ada pikiran dan perasaan yang aktif, cellular regeneration.

Pada frekuensi ini orang tidur lelap, sehingga sugesti apa pun tidak akan didengarkan dan diterima. Pada saat ini 0 pikiran. Jadi seorang ibu perlu memahami karakteristik setiap frekuensi otak sehingga bisa menyimpulkan frekuensi otak anak sedang berada di fase mana untuk memberikan pesan mental.<sup>7</sup>

Seorang ibu yang berfungsi sebagai *madrasah ūlā*, harus memahami cara kerja pikiran anaknya agar tidak salah dalam berinteraksi sehingga berdampak hingga anak dewasa. Anak akan menjalani hidupnya sesuai dengan peta mental yang telah digambarkan oleh ibunya dan orang lain yang sering berinteraksi dengan dia sejak kecil hingga usia *golden age*.

Manusia mempunyai dua macam pikiran, yaitu pikiran sadar dan pikiran bawah sadar. Peran dan pengaruh pikiran sadar terhadap seseorang adalah sebesar 12%, sedangkan pikiran bawah sadar mencapai 88%. Pikiran sadar dan bawah sadar sebenarnya saling mempengaruhi dan bekerja dengan kecepatan yang sangat tinggi. Pikiran sadar mempunyai empat fungsi spesifik, yaitu:

1. Mengidentifikasi informasi yang masuk

Informasi ini diterima melalui pancaindera – penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecapan, sentuhan atau perasaan.

---

<sup>7</sup> Septian el Syakir, *Islamic Hypno Parenting*, (Jakarta: Kawan Puataka, 2014), 18-21.

## 2. Membandingkan

Informasi yang masuk dibandingkan dengan database (referensi, pengalaman, dan segala informasi) yang berada di pikiran bawah sadar.

## 3. Menganalisis

## 4. Memutuskan

Pikiran bawah sadar mempunyai fungsi atau menyimpan hal-hal berikut:

### **1. Kebiasaan (baik, buruk, dan refleks)**

Kebiasaan baik bersifat positif dan produktif. Kebiasaan buruk bersifat negatif dan destruktif. Seperti merokok, makan secara berlebihan, dan lain-lain. Kebiasaan refleks antara lain dapat dilihat pada aktivitas seperti secara otomatis menutup pintu setelah membuka, menutup mulut saat batuk atau bersin.

### **2. Emosi**

Bagaimana perasaan kita mengenai suatu keadaan, hal-hal tertentu, dan terhadap orang lain.

### **3. Memori jangka panjang**

Memori jangka panjang adalah tempat penyimpanan informasi yang bersifat permanen. Ada memori yang tidak dapat diingat dalam kondisi sadar, tetapi dapat dimunculkan kembali dengan bantuan hipnosis.

### **4. Kepribadian**

Kepribadian adalah karakteristik individual manusia dalam berhubungan dengan orang lain dan dengan lingkungan yang dijumpai sehari-hari.

## 5. Intuisi

Intuisi adalah perasaan mengetahui sesuatu secara instingtif, berhubungan dengan spiritual dan/atau metafisik.

## 6. Kreativitas

Kreativitas adalah kemampuan seseorang untuk mewujudkan visi, pemikiran, dan impian menjadi kenyataan.

## 7. Persepsi

Persepsi adalah bagaimana seseorang melihat dunia menurut “kacamataanya.”

## 8. Belief dan Value

Belief atau kepercayaan adalah segala sesuatu yang diyakini sebagai hal yang benar. Sedangkan *value* atau nilai adalah segala sesuatu yang dipandang sebagai hal penting. Kedua hal ini sama seperti program komputer. Jika programnya canggih, sehat, dan tidak terinfeksi virus, kinerja komputer pun akan bagus. Demikian pula dengan belief dan value.<sup>8</sup>

Suatu program pikiran, baik positif maupun negatif, masuk dan tertanam kuat di pikiran bawah sadar melalui lima jalur berikut:

1. Suatu informasi atau sugesti disampaikan oleh orang yang dianggap sebagai figur otoritas.
2. Suatu informasi disampaikan dengan muatan emosi yang tinggi.
3. Suatu informasi disampaikan secara berulang-ulang atau repetisi ide.
4. Penguatan ide oleh sumber-sumber lain (orang tua, guru, rekan, buku, dan lainnya).

---

<sup>8</sup> Adi W. Gunawan, *Hypnotherapy: The Art of Subconscious Restructuring*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2007), 17-19

5. Suatu ide disampaikan dalam kondisi *trance*.<sup>9</sup>

Ke lima jalur di atas dimiliki oleh seorang ibu. Ibu dianggap figur yang punya otoritas oleh anaknya. Ibu sering melakukan interaksi dengan anak dalam kondisi emosi yang intinggi, baik positif maupun negatif. Ibu juga menyampaikan ide berkali-kali atau berulang-ulang dalam interaksi sehari-hari dengan anaknya. Penguatan ide juga dilakukan oleh ibu, ayah, kakek, nenek, teman, guru dan orang-orang yang sering berinteraksi dengan anak. Yang terakhir ibu sering menghadapi anak dalam keadaan *trance* atau hipnosis, seperti ketika anak mau tidur, baru bangun tidur, dan hampir sepanjang waktu ketika anak masih bayi. Karena pada usia itu, kritical faktor pikiran sadar belum berfungsi.

Setelah mengetahui cara kerja pikiran, seorang ibu juga diharapkan mengetahui bahasa cinta anak. Para ibu perlu tahu bahwa anak yang bermasalah dalam hidupnya seperti terlibat perkelahian, narkoba, tidak percaya diri, tidak bisa bergaul, mudah putus asa, tidak berani mencoba, dan banyak permasalahan lainnya, sumbernya sering karena ia tidak merasa dicintai atau diterima oleh orang-orang terdekatnya, terutama orang tua. Ada banyak permasalahan yang terjadi karena komunikasi antara orang tua dan anak tidak terjalin dengan baik. Cara dan metode komunikasi yang bagus antara orangtua dan anak sangatlah penting bagi perkembangan diri si anak, salah satunya adalah memahami bahasa cintanya.

Setiap anak memiliki bahasa cintanya sendiri-sendiri. Kalau ada yang belum pernah mendengar istilah 'bahasa cinta', disini akan diberikan ilustrasi. Bayangkan Anda bertemu dengan orang Jepang yang tidak bisa bahasa Indonesia dan Anda juga tidak mengerti bahasa Jepang, mulailah saling berbicara. Apakah kira-kira Anda atau orang asing itu akan mengerti? Berapa

---

<sup>9</sup> Adi W. Gunawan, *Hypnotherapy for Children*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2010), 9

lama Anda tahan berbicara dengan seseorang yang tidak mengerti apa yang Anda katakan?

Itulah yang sering terjadi antara orangtua dengan anak yang mempunyai bahasa cinta yang berbeda. Keduanya tidak akan saling mengerti apa yang dimaksud dan akhirnya percakapan hanya berlangsung singkat karena masing-masing merasa tidak ada gunanya untuk berbicara karena tidak akan dimengerti juga.

Bahasa cinta seorang anak adalah sebuah cara komunikasi yang sesuai dengan anak agar ia benar-benar merasa dicintai. Kata kunci di sini adalah benar-benar karena anak tahu orang tuanya peduli dengannya, tetapi anak tidak benar-benar merasa dicintai. Jadi sekarang akan dijelaskan bahwa bahasa cinta itu ada lima macam. Setiap orang memiliki bahasa cinta yang dominan, sedangkan bahasa cinta yang lain adalah pendukung saja:

1. Sentuhan fisik: yaitu memberikan sentuhan fisik seperti pelukan, ciuman di pipi, belaian, dan bermain yang melibatkan sentuhan fisik dan lain-lain.
2. Kata-kata pendukung: yaitu kata-kata positif dan dapat mendukung perilaku baik anak.
3. Waktu berkualitas: yaitu melakukan aktivitas bersama dengan anak tanpa ada orang lain
4. Hadiah: yaitu memberikan hadiah kesukaannya pada waktu-waktu tertentu.
5. Layanan: yaitu memenuhi kebutuhan anak yang penting baginya, meliputi kebutuhan sehari-hari seperti tempat tinggal, makanan, pakaian, dan kebutuhan sekolahnya.

Saat seorang ibu mengetahui bahasa cinta anaknya, dia bisa berkomunikasi sesuai dengan bahasa cinta tersebut dan anaknya akan benar-benar merasa dicintai. Anak yang merasa dicintai akan meningkatkan harga

dirinya, kepercayaan diri, lebih ceria, dan hubungannya dengan orang tua jauh lebih berkualitas. Bukankah itu semua yang diinginkan oleh seorang ibu?<sup>10</sup>

Setelah dipaparkan beberapa hal yang terkait dengan hipnosis dan cara kerja pikiran, maka seorang ibu bisa melakukan beberapa hal berikut sehingga dia menjadi hipnotist terhebat untuk anaknya:

**Sejak anak dalam kandungan**, terutama ketika otak sudah terbentuk pada fase janin, ibu hendaklah berdo'a setiap pagi dan sore agar Allah menjadikan dia anak yang shalih. Sambil mengelus perut, ibu bisa berkomunikasi dengan bayi dari hati ke hati. Disamping itu, ibu hamil harus menjaga kondisi mentalnya agar tetap kuat dan positif. Untuk itu, ibu hamil dianjurkan memperbanyak membaca al Quran dan meningkatkan ibadah-ibadah lain. Bacaan al Quran yang selalu didengar oleh bayi, akan terekam di memori bawah sadarnya, sehingga ketika alat ucapnya matang, mudah sekali baginya untuk menghafal al Quran. Ada pengalaman teman penulis yang selalu membaca al Quran ketiak hamil dan melanjutkan membacanya sambil menyusui, serta membacanya disaat anaknya mau tidur, alhamdulillah dengan izin Allah semua anaknya sekarang menghafal al Quran. Sebagaimana teori kerja pikiran dan gelombang otak yang telah dipaparkan di awal tulisan ini, saat anak masih kecil dan saat mau tidur, gelombang otak yang aktif adalah alpha dan theta, yaitu saat yang paling reseptif menerima sugesti apapun.

Lantunan al Quran yang berirama akan sangat berpengaruh pada pertumbuhan sinaps saraf seorang anak. Kalau orang non muslim merangsangnya dengan musik klasik, maka ibu-ibu yang muslimah harus merangsangnya dengan lantunan bacaan al Quran. Ketika ibu yang membaca al Quran merasa bahagia, maka dia akan memancarkan vibrasi atau energi positif yang langsung bisa dirasakan oleh anaknya.

---

<sup>10</sup> Bianda Nadia, *Hipnotis: Metode terapi anak dengan Hypnotherapy*, (Jakarta: Gudang Ilmu, 2010), 151-152.

**Ketika anak sudah lahir**, maka kalimat pertama yang diperdengarkan adalah **azan dan iqamah**. Suara ini akan terekam langsung ke memori bawah sadarnya. Ibu harus selalu menjaga emosi positifnya agar anak bayi tetap mendapat suplai bahagia dari sang ibu sebgaiman ketika berada dalam kandungan. Ketika ibu menyusui, elus kepalanya dan doakan dia agar menjadi anak yang shalih. Bacakan kalimat tauhid sesering mungkin agar kalimat tersebut tertanam kuat dalam memori bawah sadarnya. Kembali ke cara kerja pikiran bahwa suatu sugesti akan masuk langsung ke pikiran bawah sadar bila dilakukan berulang-ulang sehingga nanti akan menjadi kebiasaan. Peluk dia dengan penuh kasih sayang agar dia tumbuh selalu dalam kondisi merasa dicintai. Memperdengarkan kalimah tauhid sejak awal sangat penting sesuai dengan hadis Nabi Muhammad yang berbunyi:

كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه ينصرانه أو يمجسانه (رواه البخارى)

Artinya: *"Setiap bayi yang lahir berada dalam keadaan fitrah. Kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, dan Majusi. (Hadis riwayat Bukhari dari Abu Hurairah)."*

Pikiran bawah sadar anak yang masih terbuka lebar dan belum berfungsinya faktor kritis, sangat baik untuk menanamkan pesan positif apapun termasuk yang paling penting adalah memperdengarkan kalimat tauhid.

Berdasarkan penelitian bahwa pada setiap kepala seorang anak, terdapat lebih dari 10 trilyun sel otak yang siap tumbuh. Akan tetapi satu bentakan, makian, perkataan kasar, atau yang sejenisnya kepada anak yang masih dalam masa pertumbuhan, akan berakibat sangat fatal. Karena satu bentakan atau perkataan yang kasar, dapat membunuh lebih satu milyar sel otak saat itu juga. Bahkan sebuah pukulan atau cubitan yang disertai bentakan, akan membunuh bermilyar-milyar sel otak saat itu juga. Sebaliknya, satu pujian, pelukan dan kasih sayanga, akan membangun kecerdasan anak dengan baik dengan perkembangan otak dengan sanga cepat.

Hasil penelitian Lise Gliot menyatakan bahwa suara yang keras dan bentakan yang keluar dari mulut orang tua dapat merusak atau menggugurkan sel otak yang sedang tumbuh pada anak yang masih dalam pertumbuhan, terutama pada masa *golden age* . Sedangkan ketika seorang ibu memberikan belaian lembut sambil menyusui anaknya, maka rangkaian otak terbentuk indah. Lise Gliot melakukan penelitian dengan objek anaknya sendiri. Dia memasang kabel perekam otak yang dihubungkan dengan sebuah monitor komputer, sehingga akan terlohat setiap perubahan yang terjadi pada otak anaknya.

Dia mengatakan bahwa hasilnya sanat luar biasa. Ketika anak sedang menyusui, maka akan terbentuk rangkaian indah pada sel otaknya. Namun, sa'at dia terkejut karena ada suara yang sedikit keras, maka rangkaian sel otak yang menggelembung seperti balon, pecah berantakan dan kemudian terjadi perubahan warna.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Lise Gilot ini, pengaruh marah dan bentakan pada anak sangat mempengaruhi perkembangan sel otaknya. Bahayanya, apabila hal tersebut sering dilakukan dan tidak terkendali, dapat berpotensi besar untuk mengganggu struktur otak anak. Untuk itu, Lise Gilot memberikan nasehat kepada ibu agar brhati-hati dalam memarahi anak, karena bukan hanya otak, tetapi organ penting lain seperi hati dan jantung juga ikut terganggu.

Bentakan pada anak akan mengakibatkan hal yang fatal. Efek jangka panjang dapat dilihat pada orang-orang yang sering dibentak di waktu kecil. Orang-orang tersebut lebih banyak melamun dan lambat dalam memahami sesuatu. Mereka juga biasanya mudah meluapkan rasa marah, panik dan sedih. Mereka juga sering mengalami stres dalam hidup karena kesulitan dalam memahami

masalah yang mereka hadapi. Hal itu terjadi karena sedikitnya sel-sel otak yang aktif dari yang seharusnya.<sup>11</sup>

**Ketika anak sudah bisa diajak berbicara,** seorang ibu bisa memperkenalkan Rasulullah sebagai *Role Model* atau **Keteladanan**. Beberapa contoh berikut ini adalah cara memperkenalkan Rasulullah pada anak:

**1. Ketika anak lupa membaca bismillah diwaktu makan,** sambil memegang pundak atau kepala anak, seorang ibu bisa berdialog dengan anak sambil berkata: Nak, Rasulullah selalu membaca *bismillahirrahmanirrahim* sebelum makan supaya makannya berkah dan syaithan tidak ikut makan bareng. Kalau anak sudah bisa baca doa makan selain *basmalah*, ibu bisa mengingatkannya untuk membaca doa dengan tetap memegang pundak atau kepala. Sentuhan fisik salah satu bahasa cinta anak. Anak yang merasa dicintai, mudah menerima sugesti karena perasaannya rileks.

**2. Ketika anak membuang sampah sembarangan,** sambil memegang pundak atau memeluknya, ibu menjongkok agar posisi tubuh sama dengan anak yang masih rendah, lalu berkata: Nak, rasulullah itu orangnya bersih. Karena kita pengikutnya, kita juga harus menjaga kebersihan. Kebersihan bahagian dari iman. Jadi kita harus membuang sampah pada tempatnya. Sekarang mari kita pungut sampah tadi dan memasukkan ketempat yang sudah tersedia. Tentu ibu juga harus menjadi teladan bagi anak dalam hal ini. Sehingga apa yang ibu katakan dan lakukan seragam diterima oleh pikiran anak.

**3. Ketika anak belum mematikan TV** (bagi yang ada TV di rumah) padahal azan magrib sudah berkumandang, seorang ibu bisa berkata: Nak, sekarang azan magrib sudah terdengar, jadi saatnya mematikan TV. Ibu yang

---

<sup>11</sup><http://kesehatantubuh-tips.blogspot.com/2014/02/bahaya-membentak-anak-memusnahkan-sel-otak.html>, diakses tanggal 31 Mei 2015

mematikan atau adik yang mematikan? (Pikiran anak hanya terfokus pada dua pilihan, dia yang mematikan atau ibunya. Secara tidak sadar, dia sudah setuju untuk mematikan TV). Mungkin dia akan menjawab: Adik saja yang mematikan TV nya. Bagus anak shalih. Sambil memegang pundak atau tangan, ibu mengajaknya mengambil wudhu' untuk shalat. Nak, Kata Rasulullah, shalat itu tiang agama, kalau kita shalat, berarti kita mendirikan agama, kalau kita tidak shalat, berarti kita meruntuhkan agama.

Disamping memperkenalkan Rasulullah sebagai teladan, ibu harus lebih dahulu meneladani Rasulullah. Jangan hanya mengatakan, tetapi tidak dikerjakan. Berkaitan dengan hal ini Allah berfirman dalam Al-Quran:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ . كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ .

Artinya: *"Wahai orang-orang yang beriman, kenapakah kamu mengatakan sesuatu yang tidak kamu kerjakan. Amat besar kebencian di sisi Allah bahwa kamu mengatakan apa-apa yang tidak kamu kerjakan."*<sup>12</sup>

Disamping contoh diatas, banyak sekali peristiwa lain yang terjadi antara ibu dan anak dalam berbagai aktifitas sehari-hari. Dengan memahami cara kerja pikiran, bahasa cinta anak, gelombang otak, para ibu bisa memanfaatkan momen terbaik ini untuk menjadi hipnotis terhebat bagi anaknya.

### C. KESIMPULAN

Setelah lahir ke dunia, sebagian besar waktu yang dihabiskan oleh seorang anak di masa kecil adalah bersama ibunya. Semua interaksi yang melibatkan fisik, verbal, dan mental, sangat berdampak bagi program pikiran seorang anak. Program pikiran inilah yang akan menjadi peta mental anak dalam menjalani hidupnya hingga dewasa kecuali ada program lain yang di *install* belakangan yang dapat menghapus program lama. Seorang ibu harus dapat memastikan bahwa semua program pikiran yang dimasukkan ke dalam memori jangka panjang anaknya, sesuai dengan ajaran al- Quran dan sunnah Nabi Muhammad saw.

---

<sup>12</sup> QS. Al- Shaff: 2-3

## DAFTAR PUSTAKA

Al- Quran

Arkhia. *Dahsyatnya Bahasa Hati Ibu*, Bandung: Penerbit Indonesia Publisher, 2007

Buchori, Ihsan Baihaqi Ibnu, *Yuk Jadi Orang Tua Shalih*, Bandung: Mizania, 2010

El Syakir, Septian. *Islamic Hypno Parenting*, Jakarta: Kawan Puataka, 2014

El Qudsy, Hasan. *Dahsyatnya bacaan Al Quran bagi Ibu Hamil*, Surakarta: Al Qudwah Publishing, 2013

Fauzil Adhim, Mohammad. *Positive Parenting*, Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2010

Gunawan, Adi W. *Hypnosis: The Art of Subconscious Communication*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006

Gunawan, Adi W. *Hypnotherapy: The Art of Subconscious Restucturing*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2007

Gunawan, Adi W. *The Secret of Mindset*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008

Gunawan, Adi W. *Hypnotherapy for Children*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2010

Gunawan, Adi W. *Born to be a Genius: Kunci Mengangkat Harta Karun Dalam Diri Anak Anda*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2012

Megawangi, Ratna. *Yang Terbaik Untuk Buah Hati*, Bandung: MQS Publishing, 2005

Murshafi, Muhammad Ali. *Mendidik Anak Agar Cerdas dan Berbakti*, Surakarta: Penerbit Cinta, 2009

Nadia, Bianda. *Hipnotis: Metode terapi anak dengan Hypnotherapy*, Jakarta: Gudang Ilmu, 2010

Saifullah, Achmad. *celoteh Anak: Belajar Bersama Anak, Melihat Cermin Diri*, Jogjakarta: Penerbit Saujana 2005

Sutiono, Agus. *Saktinya Hypnoparenting*, Jakarta: Penebar Plus, 2014

<http://kesehatantubuh-tips.blogspot.com/2014/02/bahaya-membentak-anak-memusnahkan-sel-otak.html>, diakses tanggal 31 Mei 2015

[http://www.keajaibanalquran.com/biology\\_08.html](http://www.keajaibanalquran.com/biology_08.html)