

Pengaruh Hipnoterapi dan *Healing Touch* Terhadap Perilaku Hiperaktif pada Anak Autis di SLB N Ungaran

Ari Andayani¹, Ninik Christiani²

¹ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia, Arianday83@gmail.com

² Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia, christianininik@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 18 September 2019

Accepted, 26 September 2019

Published, 30 September 2019

Keywords: Hipnoterapi dan Healing Touch, Hipekatif, Autis

Abstract

Autistic children often have problems with their behavior, one of which is hyperactivity. Children with autism and hyperactivity both have problems with concentration problems. Autistic and hyperactive children often experience difficulties in school, at home, and the environment. Children are often seen as naughty and often experience rejection from family and friends and find it difficult to communicate. Hypnotherapy and healing touch is one of the therapies by giving suggestions combined with touch therapy which is expected to reduce the level of hyperactivity in children with autism. This study aims to determine the effect of hypnotherapy and touch healing on hyperactive behavior in autistic children in SLBN Ungaran. This study uses quasi-experimental research (Quasi experiment) with one group pre-test-post-test design. The sample in this study was 15 autistic children and the treatment time of each sample was 30 minutes a day. There is a significant difference in hyperactive behavior before and after hypnotherapy and healing to hyperactive behavior of children with autism in SLB N Ungaran with p value = 0,000 ($\alpha = 0.05$). It is hoped that schools can apply hypnotherapy and healing touch techniques to reduce hyperactive behavior in children with special needs.

Abstrak

Anak autis kerap memiliki masalah terhadap perilakunya salah satunya hiperaktif. Anak autis dan hiperaktif sama sama memiliki permasalahan pada gangguan konsentrasi. Anak autis dan hiperaktif kerap mengalami kesulitan di sekolah, dirumah, serta lingkungan. Anak kerap dipandang nakal dan tidak jarang mengalami penolakan baik dari keluarga maupun teman dan sulit melakukan komunikasi timbal balik. Hipnoterapi dan healing touch merupakan salah satu terapi dengan memberikan sugesti dikombinasikan dengan terapi sentuhan diharapkan dapat menurunkan tingkat hiperaktif pada anak autis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi dan touch healing terhadap perilaku hiperaktif pada anak autis di SLBN Ungaran. Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen semu (Quasi eksperimen) dengan rancangan one group pre test-post test design. Sampel pada penelitian ini 15 anak autis dan waktu perlakuan masing-masing sampel 30 menit dalam sehari. Ada perbedaan yang signifikan perilaku hiperaktif sebelum dan sesudah dilakukan hipnoterapi dan healing touh terhadap perilaku hiperaktif anak autis di SLB N Ungaran dengan p value = 0,000 ($\alpha=0,05$). Diharapkan sekolah dapat menerapkan teknik

hipnoterapi dan healing touch untuk menurunkan perilaku hiperaktif pada anak yang berkebutuhan khusus,

Pendahuluan

Anak berkebutuhan khusus (autis) membutuhkan perhatian khusus dalam proses pembelajaran, seperti yang tercantum dalam undang-undang no 20 tahun 2003 pasal 4 ayat 2 disebutkan “ bahwa warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual dan atau social berhak memperoleh pendidikan khusus. Diseluruh dunia jumlah penyandang autis juga semakin meningkat. Di Kanada dan Jepang pertambahan ini mencapai 40% sejak 1980. Di California sendiri pada tahun 2002 disimpulkan terdapat 9 kasus autis perharinya. Di Amerika Serikat disebutkan autis terjadi pada 60.000-15.000 anak dibawah 15 tahun. Kepustakaan lain menyebutkan prevalens autis 10-20 kasus dalam 10.000 orang, bahkan pada awal tahun 2002 bahkan dilaporkan angka kejadian autis meningkat sangat pesat, dicurigai 1 dari 10 anak menderita autis. Mengetahui metode diagnosis yang kian berkembang hampir dipastikan jumlah anak yang ditemukan terkena autis semakin besar. Jumlah tersebut sangat mengkhawatirkan mengingat sampai saat ini penyebab autis masih misterius dan menjadi perdebatan antara para ahli dan dokter dunia. Autisme terjadi pada 5 dari setiap 10.000 kelahiran, dimana jumlah penderita laki-laki empat kali lebih besar dibandingkan perempuan. Hasil survei di beberapa negara menunjukkan bila 10-20 tahun lalu jumlah penyandang autisme hanya 2- 4 anak per 10.000 anak, sekarang ini jumlah tersebut meningkat menjadi 15-20 anak atau 1 per 500 anak.

Menurut Badan Pusat Statistik jumlah penduduk Indonesia lebih dari 237,5 juta dan laju pertumbuhan penduduk sebesar 1,14% sehingga jumlah penyandang autisme mencapai 2,4 juta orang.

Autisme adalah kondisi seseorang sejak lahir atau masa balita yang membuat dirinya tidak dapat membentuk hubungan social atau komunikasi yang normal. Gejala yang muncul pada anak autisme yaitu adanya gangguan dalam bidang interaksi social, perilaku dan komunikasi.

Salah satu hal yang memerlukan perhatian khusus adalah perilaku hiperaktif pada anak autis, istilah lain dari hiperaktif adalah Attention Deficit Disorder (ADD) atau Attention Deficit Hiperactivity Disorder (ADHD), istilah ini menggambarkan hambatan anak hiperaktif dalam memfokuskan perhatiannya. ADD lebih cepat disebut sebagai gangguan pemusatan perhatian (GPP) karena pada beberapa kasus (jarang) ditemukan anak mengalami gangguan konsentrasi tanpa disertai hiperkinetik.

Anak autis kerap memiliki masalah terhadap perilakunya salah satunya hiperaktif. Anak autis dan hiperaktif sama sama mengalami gangguan konsentrasi. Anak autis dan hiperaktif kerap mengalami kesulitan di sekolah, dirumah, serta lingkungan. Anak kerap dipandang nakal dan tidak jarang mengalami penolakan baik dari keluarga maupun teman dan sulit melakukan komunikasi timbal balik. Hipnoterapi dan healing touch merupakan salah satu terapi dengan memberikan sugesti dikombinasikan dengan terapi sentuhan diharapkan dapat menurunkan tingkat hiperaktif pada anak autis.

Berdasarkan pernyataan tersebut hipnoterapi dan touch healing atau terapi sentuhan dapat menjadi alternative dalam mengatasi perilaku hiperaktif pada anak autis. tidak hanya dapat diterapkan kepada orang dewasa, melainkan juga terhadap anak anak , konsep hipnoterapi tidak hanya semata-mata bertujuan membentuk anak menjadi robot. Melainkan membantu anak agar dapat mengeksplor potensinya, menghasilkan ekspresi yang maksimal tanpa anak harus kehilangan jati dirinya. Pada anak hiperaktif terapi hipno dan touch healing ini diharapkan dapat mengurangi perilaku hiperaktif dan anak menjadi lebih patuh.

Metode

Penelitian ini menggunakan eksperimen semu (Quasy eksperimen) dengan desain penelitian yang digunakan adalah one group pre test dan post test design yaitu untuk melihat perilaku agresif anak autis sebelum dan sesudah diberikan touch healing dan hipnoterapi. Sampel pada penelitian ini 15 anak autis dan waktu perlakuan masing-masing sampel 30 menit dalam sehari selama 1 minggu.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Perilaku Hiperaktif sebelum dilakukan Hipnoterapi dan Healing Touch

Variabel	Mean	Standar Devisi	Median	Max	Min
Perilaku Hiperaktif	15,4	2,798	15,0	12	22

Tabel 1 Menunjukkan bahwa nilai rata-rata maka dapat dikatakan bahwa sebelum diberikan hipnoterapi dan healing touch pada anak autis di SLBN Ungaran termasuk pada kategori hiperaktif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widajati dan Firdausyiah (2011) yang mengatakan bahwa Autis memiliki perilaku yang berlebihan (*excessive*) dan perilaku yang berkekurangan (*deficient*), sampai ketinggian tidak ada perilaku. Perilaku adalah segala sesuatu yang dikerjakan atau dikatakan dapat dilihat, dirasakan dan didengar dari seseorang atau yang dilakukan sendiri. Salah satu perilaku anak autis yang dirasa sangat mengganggu dalam kehidupannya sehari-hari adalah perilaku hiperaktif, yang didefinisikan sebagai gangguan perkembangan dalam peningkatan aktivitas motorik anak-anak hingga menyebabkan aktivitas anak-anak yang tidak lazim dan cenderung berlebihan.

Tabel 2 Perilaku Hiperaktif sesudah dilakukan hipnoterapi dan healing touch

Variabel	Mean	Standar Devisi	Median	Max	Min
Perilaku Hiperaktif	10,07	1,668	10,0	7	12

Tabel 2 Menunjukkan hasil bahwa adanya penurunan dengan nilai rata-rata 10.07 dimana anak masih dikatakan hiperaktif tetapi dalam grade hiperaktif ringan pada saat post-test anak sudah bisa lebih nyaman dan tenang gerakan yang sebelumnya berulang ulang dilakukan menjadi berkurang dan bahkan ada yang tidak dilakukan kembali. Dari 15 responden didapatkan rata-rata bahwa perilaku hiperaktif cenderung turun setelah dilakukan post test dan masuk kedalam hiperaktif ringan. Pada saat intervensi dimana anak ini pada saat 10 menit pertama anak sudah mulai bisa menerima hipnoterapi dan healing touch dan berusaha memusatkan perhatiannya, pada 10 menit kedua anak sudah mulai tenang dan hanya sedikit bergerak dan pada 10 menit terakhir sampai 15 menit setelah intervensi anak menjadi tenang. Dari hasil penelitian responden yang diberikan hipnoterapi dan healing touch didapatkan hasil adanya penurunan perilaku hiperaktif pada anak autis sebelum dan sesudah diberikan hipnoterapi dan healing touch selama 30 menit. Hal ini sejalan dengan teori penelitian yang dilakukan oleh Hans-Joachim Trappe (2012) yang menunjukkan hasil bahwa diketahui dengan baik suara yang lembut dan tidak nyaring memiliki efek menguntungkan pada pasien sementara diobati dengan perawatan intensif dan mengurangi rasa sakit dan stres secara signifikan., konsentrasi dan Motivasi, yang kesemuanya sangat penting bagi pasien perawatan intensif. Healing touch merupakan terapi yang diyakini dapat mengidentifikasi dan memperbaiki ketidakseimbangan energy klien dengan meletakkan/ mengusapkan tangan diatas tubuh yang sakit. Dalam peran ini otak dan kulit merupakan organ yang paling penting, ia menempatkan nilai yang besar pada nilai terapeutik sentuhan terutama sebagai alat untuk menurunkan efek ketegangan. Kulit adalah organ yang terkuat yang dapat menerima rangsangan pada tubuh manusia dan ketika reseptor sensoriknya dirangsang hormone oksitosin yang membuat tubuh rileks dilepaskan. Pada saat bersamaan hormone kortisol (hormone stress) diturunkan. Sentuhan merupakan ekspresi kepedulian dan pengalaman terapeutik yang kuat, penggunaan sentuhan sebagai telah diaplikasikan secara universal dalam konteks penyembuhan.

Tabel 3 Pengaruh Hipnoterapi dan Healing Touch Terhadap Perilaku Hiperaktif Pada Anak Autis Di SLBN Ungaran.

Intervensi	N	Mean	Std Dev	Min	Max	P Value
Perilaku	15	15.40	2.798	12	22	0.000
Perilaku	15	10.07		7	12	

Tabel 3 Menunjukkan ada perbedaan yang signifikan perilaku hiperaktif sebelum dan sesudah dilakukan hipnoterapi dan healing touch terhadap perilaku hiperaktif anak autis di SLB N Ungaran dengan p value = 0,000 ($\alpha=0,05$) yang artinya bahwa p value < 0,05.

Hal ini sejalan dengan Sudirjo (2013) dimana alasan hipnoterapi dalam mempengaruhi perilaku hiperaktif anak autis ini didasarkan pada teori bahwasanya hipnoterapi merupakan salah satu terapi komplementer untuk mengatasi berbagai permasalahan yang berkaitan dengan emosi, kecemasan, berbagai gangguan emosional dan perilaku bahkan untuk beberapa kasus medis seperti kanker dan jantung, hipnoterapi mempercepat pemulihan kondisi seorang penderita dimana hipnoterapi bekerja dengan memprogram ulang alam bawah sadar. Sedangkan, untuk healing touch didasarkan oleh teori liewald (2016) dimana healing touch bekerja dengan cara mempengaruhi system energi manusia, sistem energi manusia menjadi terbuka, menyeimbangkan aliran energi sehingga dapat mengurangi kecemasan dan cenderung menghasilkan perasaan rileks ketika disentuh. Praktisi yang melakukan healing touch pada anak laki laki dengan autis ini mengungkapkan bahwa anak autis yang dilakukan healing touch menjadi lebih tenang dan tidak bergerak pada saat dilakukan healing touch.

Simpulan dan Saran

Ada perbedaan yang signifikan perilaku hiperaktif sebelum dan sesudah dilakukan hipnoterapi dan healing touch terhadap perilaku hiperaktif anak autis di SLB N Ungaran. Untuk Sekolah dapat menerapkan Hipnoterapi dan Healing Touch untuk menurunkan perilaku hiperaktif pada anak autis.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Ketua Yayasan Ngudi Waluyo, Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Ketua LPPM, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran, Kepala Sekolah SLB N Ungaran serta seluruh rekan-rekan yang telah banyak membantu dalam kelancaran penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Azhmira. 2015. *A Gift Anak Hiperaktif*. Yogyakarta: Rapha Publishing
- Comark & Holisegr. 2016. Volume 44 issue 2 spring 2016. The significance of comforting touch to children with autism : sensory processing implication for occupational therapy. *The open journal of occupational therapy*.
- Dwiastuti. 2016. Pengaruh Terapi Healing Touch Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Jepara. *JIKK Jurnal*
- Gunawan, Adi . 2012. *Hypnotherapy for children*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Gunawan, Adi. 2012. *Hypnosis The Art of Subconscious Communication*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Gunawan, Adi. 2012. *Hypnosis The Art of Subconscious Communication*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Klein. 2015. Integrative Approaches to caring for children with autism. *Journal current problem in pediatric and adolescent health care*.
- Liewald. 2016. How Healing Touch Can Help Autism: Research & Clinical Triumphs To Help Your Child Succeed. Diakses dari <https://goodsamintegrative.com/2016/07/27/healing-touch-for-autism>
- Ling Chang dan Yang Cheng. 2015. Mozart music in children with epilepsy. *Pubmed, translational Pediatrics*.
- Low, S.J.X, dkk. 2008. A Descriptive Study of Diagnosis and symptomology of A Sample of Autistic Children in The Klang Valley Region Malaysia. *Jurnal psikologi Malaysia*
- Mansur. 2009. *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Maria. 2014. Pengaruh Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Perilaku Tantrum Pada Anak Autis di Sekolah Autis Harapan Bunda Surabaya. *Journal unair*. <http://journal.unair.ac.id/pengaruh-terapi-musik-mozart-article-7747-media-126-category-3.html>
- Masyitah. 2015. *Strategi dan Metode Pendidikan Seks Untuk Anak Autis*. Skripsi S1 FITDK UINSK Yogyakarta

- Sampurno.2015. Seni Melukis dan Anak Autis. Yogyakarta:Psikosain.
- Sudiro. 2013.Hipnoterapi sebagai salah satu terapi komplementer. Diakses dari <https://www.kompasiana.com/achmad.ridwan/552bd4e06ea834392e8b4583/hipnoterapi-sebagai-salah-satu-jenis-terapi-komplementer-alternatif?page=all>
- Ulfa.2015. Beragam Gangguan Paling sering Menyerang Anak. Yogyakarta:Flashbook
- Widajati dan Firdausyah. 2011. Terapi Musik Klasik Terhadap Perilaku Hiperaktif Pada Anak Autis, Retrived; 24 Desember 2017, From ; <http://ejournal.unesa.ac.id/article/6230/15/article.pdf>
- Yanti,dkk. 2012. Efektifitas terapi Musik Klasik (Mozart) terhadap Perilaku Agresif Pada Anak Penderita Autisme. From: <https://repositori.unud.ac.id/protected/storage/upload/repositori/3fc38b5398f7f8a783164adffc2e621d.pdf>.
- Yapko, Diane. 2009.Working Hypnotically With Children on The Autism Spectrum. L'ipnosicon I bambini journal