

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama dan utama dalam membentuk karakter, kepribadian, serta kemampuan mengendalikan diri (*self-regulation*) anak. Dalam perspektif pendidikan Islam, kemampuan tersebut tidak hanya berkaitan dengan perkembangan psikologis, tetapi juga tercermin dalam pelaksanaan amaliyah keagamaan, seperti disiplin melaksanakan salat, membaca Al-Qur'an, berdoa, menghormati orang tua, dan membiasakan perilaku sesuai nilai-nilai Islam. Oleh karena itu, pembentukan *self-regulation* tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan agama yang berlangsung di lingkungan keluarga.

Fenomena di Desa Sitanggal, Kecamatan Larangan, Kabupaten Brebes menunjukkan bahwa masih terdapat anak-anak yang belum mampu mengembangkan *self-regulation* secara optimal. Berdasarkan observasi awal dan wawancara pendahuluan dengan lima orang tua, ditemukan bahwa beberapa anak masih mudah marah ketika dinasihati, kurang disiplin melaksanakan salat Magrib, lebih memilih bermain daripada mengaji, serta belum terbiasa berdoa sebelum tidur. Orang tua juga mengungkapkan bahwa membiasakan anak menjalankan amaliyah pendidikan agama secara konsisten masih menjadi tantangan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya *self-regulation* tidak hanya tampak pada perilaku sosial, tetapi juga pada pelaksanaan amaliyah pendidikan agama yang seharusnya mulai dibiasakan sejak usia dini.

Fenomena tersebut menjadi perhatian karena tujuan pendidikan Islam dalam keluarga bukan hanya memberikan pengetahuan keagamaan, tetapi juga membentuk karakter, akhlak, dan pengendalian diri anak. Ahmad Tafsir (2013) menjelaskan bahwa pendidikan Islam dalam keluarga bertujuan membentuk manusia yang beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia melalui pembiasaan yang dilakukan secara berkelanjutan. Sejalan dengan itu, Abdullah Nashih Ulwan menegaskan bahwa orang tua bertanggung jawab mendidik anak melalui keteladanan, nasihat, perhatian, pembiasaan, dan

pengawasan agar nilai-nilai Islam tertanam dalam kepribadian anak. Dengan demikian, keberhasilan pendidikan agama tidak hanya diukur dari penguasaan pengetahuan agama, tetapi juga dari kemampuan anak menerapkannya dalam perilaku sehari-hari.

Dalam kajian psikologi perkembangan, *self-regulation* merupakan kemampuan individu mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu. Zimmerman (2002) menjelaskan bahwa *self-regulation* merupakan proses aktif yang melibatkan perencanaan, pemantauan, dan evaluasi terhadap perilaku diri. Bandura (1991) menambahkan bahwa kemampuan tersebut berkembang melalui proses belajar dan interaksi dengan lingkungan, terutama keluarga. Oleh karena itu, pola pengasuhan yang diterapkan orang tua menjadi faktor penting dalam perkembangan kemampuan *self-regulation* anak.

Selain dipengaruhi oleh faktor perkembangan individu, kemampuan *self-regulation* anak juga dipengaruhi oleh kualitas interaksi antara orang tua dan anak dalam kehidupan sehari-hari. Interaksi yang dibangun melalui komunikasi positif, pemberian perhatian, serta pendampingan yang konsisten akan membantu anak memahami batasan perilaku, mengelola emosi, dan membentuk kebiasaan yang baik. Sebaliknya, komunikasi yang kurang efektif, minimnya kedekatan emosional, serta inkonsistensi dalam pengasuhan dapat menghambat perkembangan kemampuan anak dalam mengendalikan diri. Oleh karena itu, keberhasilan pembentukan *self-regulation* tidak hanya ditentukan oleh karakteristik anak, tetapi juga oleh pola komunikasi dan kualitas hubungan yang dibangun dalam keluarga.

Dalam perspektif pendidikan Islam, komunikasi antara orang tua dan anak bukan sekadar sarana menyampaikan nasihat, tetapi juga menjadi media internalisasi nilai-nilai keimanan, ibadah, dan akhlak. Orang tua memiliki tanggung jawab menanamkan nilai-nilai tersebut melalui keteladanan, pembiasaan, dan dialog yang dilakukan secara berkesinambungan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Ketika komunikasi dilakukan dengan pendekatan yang lembut dan memperhatikan kondisi psikologis anak, proses

penanaman nilai-nilai Islami akan lebih mudah diterima sehingga mampu membentuk kebiasaan positif yang tercermin dalam perilaku sehari-hari.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diperlukan suatu pendekatan pengasuhan yang tidak hanya menekankan pada penyampaian aturan atau nasihat, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan spiritual anak secara seimbang. Pendekatan pengasuhan yang mampu mengintegrasikan komunikasi positif dengan penanaman nilai-nilai Islam diharapkan dapat membantu orang tua membangun kedekatan emosional sekaligus membentuk *self-regulation* anak secara bertahap. Atas dasar pertimbangan tersebut, *Islamic Hypno Parenting* melalui *Pillow Talk* dipandang sebagai salah satu alternatif pendekatan yang relevan untuk diterapkan dalam keluarga karena memadukan komunikasi yang persuasif, sugesti positif, dan internalisasi nilai-nilai Islami dalam suasana yang hangat dan kondusif.

Salah satu pendekatan pengasuhan yang dapat mendukung pembentukan *self-regulation* adalah *Islamic Hypno Parenting*, yaitu metode pengasuhan yang memadukan komunikasi sugestif positif dengan nilai-nilai Islam. Pendekatan ini menekankan penggunaan bahasa yang lembut, penuh kasih sayang, dan dilakukan secara konsisten sehingga pesan-pesan positif lebih mudah diterima anak. Salah satu bentuk penerapannya adalah *melalui pillow talk*, yaitu komunikasi hangat antara orang tua dan anak menjelang tidur. Pada kondisi yang rileks tersebut, orang tua dapat menyampaikan nasihat, doa, motivasi, serta nilai-nilai Islami sehingga membantu pembiasaan amaliyah keagamaan sekaligus membentuk kemampuan *self-regulation* anak.

Berbagai penelitian terdahulu telah membahas *Islamic Parenting*, *Hypno Parenting*, *Pillow Talk*, maupun *Self-Regulation* secara terpisah. Penelitian mengenai *Islamic Parenting* lebih berfokus pada pembentukan karakter religius, sedangkan penelitian *Hypno Parenting* menitikberatkan pada komunikasi sugestif positif. Sementara itu, penelitian *Pillow Talk* mengkaji komunikasi sebelum tidur sebagai sarana membangun kedekatan emosional, dan penelitian *Self-Regulation* lebih banyak membahas pengendalian diri dari perspektif psikologi perkembangan. Namun, belum banyak penelitian yang mengintegrasikan ketiga konsep tersebut dalam satu kerangka yang utuh

untuk menjelaskan pembentukan *self-regulation* anak melalui internalisasi nilai-nilai Islami dalam keluarga.

Berdasarkan telaah tersebut, penelitian ini memiliki *research gap*, yaitu belum adanya penelitian yang mengkaji hubungan simultan antara *Islamic Hypno Parenting*, *Pillow Talk*, dan *Self-Regulation*. Selain itu, terdapat *empirical gap*, yaitu adanya kesenjangan antara tujuan ideal pendidikan Islam dalam membentuk anak yang disiplin menjalankan amaliyah keagamaan dengan kondisi di Desa Sitanggal yang menunjukkan masih rendahnya konsistensi anak dalam melaksanakan salat, mengaji, berdoa, dan mengendalikan emosi. Penelitian ini juga didasarkan pada *theoretical gap*, karena teori *self-regulation* dari Bandura dan Zimmerman serta teori pendidikan Islam dari Ahmad Tafsir dan Abdullah Nashih Ulwan belum menjelaskan secara spesifik bagaimana komunikasi sugestif berbasis nilai-nilai Islam melalui *pillow talk* dapat menjadi mekanisme pembentukan *self-regulation* anak dalam keluarga.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini menawarkan kebaruan (*novelty*) berupa sintesis konseptual yang mengintegrasikan *Islamic Hypno Parenting*, *Pillow Talk*, dan *Self-Regulation* dalam satu model pengasuhan berbasis nilai-nilai Islam. Penelitian ini tidak hanya mengkaji ketiga konsep tersebut secara terpisah, tetapi menjelaskan keterkaitan di antaranya dalam membentuk *self-regulation* anak melalui pembiasaan amaliyah pendidikan agama pada keluarga di Desa Sitanggal. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian pendidikan Islam, psikologi perkembangan anak, serta menjadi referensi praktis bagi orang tua dalam menerapkan pola pengasuhan yang efektif untuk membentuk karakter religius dan kemampuan pengendalian diri anak.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Masih ditemukan anak yang memiliki kemampuan *self-regulation* rendah, seperti mudah marah, sulit fokus, dan sulit mengendalikan perilaku.

2. Sebagian orang tua belum memahami pentingnya pengasuhan yang mendukung perkembangan *self-regulation* anak.
3. Pola komunikasi antara orang tua dan anak belum dilakukan secara konsisten dan positif.
4. Penggunaan metode *Islamic hypno parenting* melalui *pillow talk* belum diterapkan secara optimal oleh sebagian orang tua.
5. Belum diketahui secara mendalam bagaimana penerapan *Islamic hypno parenting* melalui *pillow talk* dalam pembentukan *self-regulation* anak di Desa Sitanggal Kecamatan Larangan Kabupaten Brebes.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak meluas, maka peneliti memberikan pembatasan masalah yang meliputi fokus, locus, dan tempus penelitian sebagai berikut :

1. Fokus Penelitian

Fokus dalam penelitian ini adalah penerapan *Islamic Hypno Parenting* melalui *pillow talk* dalam pembentukan *self-regulation* anak usia 7–8 tahun. Penelitian ini difokuskan pada proses penerapan *Islamic Hypno Parenting* melalui *pillow talk* yang dilakukan oleh orang tua kepada anak, bentuk komunikasi yang diberikan, serta perkembangan *self-regulation* anak yang meliputi kemampuan mengontrol emosi, perilaku, dan perhatian dalam kehidupan sehari-hari

2. Locus Penelitian

Locus atau tempat penelitian ini dilaksanakan di Desa Sitanggal, Kecamatan Larangan, Kabupaten Brebes. Lokasi ini dipilih karena peneliti menemukan adanya keluarga yang menerapkan *Islamic Hypno Parenting* melalui *pillow talk* dalam pengasuhan anak.

3. Tempus Penelitian

Tempus atau waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April 2026 sampai Juni 2026. Rentang waktu tersebut digunakan untuk proses observasi, wawancara, dokumentasi, analisis data, serta penyusunan hasil penelitian

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah yang telah diuraikan, penelitian ini difokuskan untuk mengkaji penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* dalam pembentukan *self-regulation* anak. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana proses penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* yang dilakukan oleh orang tua kepada anak ?
2. Apa saja bentuk pesan atau nilai-nilai Islami yang disampaikan orang tua melalui *pillow talk* ?
3. Bagaimana perubahan *self-regulation* anak yang muncul setelah penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* ?
4. Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* dalam pembentukan *self-regulation* anak ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan arah yang ingin dicapai dalam pelaksanaan penelitian. Tujuan tersebut disusun berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan sehingga hasil penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai fenomena yang diteliti. Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan proses penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* oleh orang tua kepada anak.
2. Mengidentifikasi bentuk-bentuk pesan atau nilai Islami yang disampaikan melalui *pillow talk*.
3. Mengidentifikasi perubahan *self-regulation* anak yang muncul setelah penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk*.
4. Menganalisis faktor pendukung dan penghambat penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* dalam pembentukan *self-regulation* anak.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis. Manfaat tersebut diharapkan dapat menjadi kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta memberikan masukan bagi pihak-pihak yang berkaitan dengan pengasuhan dan perkembangan anak.

1. Manfaat teoretis

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat teoretis. Pertama, penelitian ini dapat memberikan pemahaman lebih mendalam tentang efektivitas pendekatan *Islamic hypno parenting* melalui *pillow talk* dalam pembentukan *self-regulation* pada anak. Temuan penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu psikologi perkembangan dan pendidikan anak. Selain itu, penelitian ini juga berpotensi untuk menyediakan informasi baru tentang bagaimana nilai-nilai Islam dalam *Islamic hypno parenting* dapat membentuk *self-regulation* anak dalam lingkungan Desa Sitanggal Kecamatan Larangan Kabupaten Brebes mungkin dapat diaplikasikan pada konteks lain.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis penelitian ini bagi orang tua, dan pengasuh. Bagi orang tua, penelitian ini memberikan pemahaman lebih mendalam tentang *Islamic hypno parenting* melalui *pillow talk*, serta panduan dalam mengenali dan mengelola emosi anak, serta interaksi dengan teman sebaya dan orang-orang di sekitarnya dengan lebih baik. Dan bagi pengasuh, penelitian ini memberikan pedoman pengasuhan yang lebih komprehensif dan meningkatkan kualitas pendidikan dengan fokus pada perkembangan *self-regulation* anak usia dini.