

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui observasi, dokumentasi, dan wawancara mendalam dengan lima orang tua sebagai informan penelitian mengenai penerapan *Islamic Hypnoparenting* melalui *Pillow Talk* dalam pembentukan *self-regulation* anak di Desa Sitanggal, Kecamatan Larangan, Kabupaten Brebes, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Proses penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* dilakukan oleh orang tua pada waktu anak berada dalam kondisi tenang, nyaman, dan rileks, terutama sebelum tidur malam maupun sebelum tidur siang. Pelaksanaan *pillow talk* diawali dengan menciptakan suasana yang nyaman, mengajak anak menceritakan aktivitas dan pengalaman sehari-hari, mendengarkan cerita serta perasaan anak, memberikan tanggapan terhadap pengalaman yang dialami anak, kemudian menyampaikan nasihat, nilai-nilai Islami, dan penguatan positif. Proses tersebut dilakukan melalui komunikasi yang hangat dan dialogis sehingga anak merasa aman dan nyaman untuk berinteraksi dengan orang tua.
2. Nilai-nilai Islami yang ditanamkan melalui *pillow talk* mencakup nilai kejujuran, tanggung jawab, ketaatan beribadah, kesabaran, rasa syukur, menghormati orang tua, serta berbuat baik kepada sesama. Nilai-nilai tersebut disampaikan melalui percakapan sehari-hari yang dikaitkan dengan pengalaman nyata yang dialami anak. Selain itu, orang tua juga memberikan afirmasi dan sugesti positif seperti menyebut anak sebagai anak yang baik, rajin, jujur, dan saleh sebagai bentuk penguatan terhadap perilaku positif yang telah ditunjukkan anak.
3. Penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan *self-regulation* anak usia 7–8 tahun. Perubahan tersebut terlihat dari meningkatnya keterbukaan anak dalam berkomunikasi dengan orang tua, kemampuan mengelola emosi, kemampuan mengendalikan perilaku, meningkatnya rasa tanggung jawab,

kemampuan memahami konsekuensi dari tindakan yang dilakukan, serta kemampuan menunda keinginan yang belum dapat dipenuhi. Melalui komunikasi yang dilakukan secara rutin dan penuh perhatian, anak belajar mengenali perasaan, mengontrol perilaku, serta membangun kebiasaan positif dalam kehidupan sehari-hari.

4. Faktor pendukung dalam penerapan *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* meliputi kedekatan emosional antara orang tua dan anak, ketersediaan waktu bersama, kesadaran orang tua mengenai pentingnya komunikasi, serta keterbukaan anak dalam berinteraksi. Adapun faktor penghambat yang ditemukan meliputi kesibukan orang tua, keterbatasan waktu, kondisi anak yang lelah atau mengantuk, serta suasana hati anak yang tidak selalu mendukung pelaksanaan *pillow talk*. Untuk mengatasi hambatan tersebut, orang tua berupaya menyesuaikan waktu pelaksanaan, menjaga konsistensi komunikasi, serta menciptakan suasana yang nyaman dan menyenangkan agar anak tetap bersedia berkomunikasi dengan orang tua.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi orang tua, diharapkan dapat menjadikan *pillow talk* sebagai salah satu kebiasaan dalam keluarga karena kegiatan ini dapat mempererat hubungan emosional antara orang tua dan anak sekaligus membantu menanamkan nilai-nilai Islami serta mengembangkan kemampuan *self-regulation* anak. Orang tua juga perlu menjaga konsistensi pelaksanaannya meskipun dilakukan dalam waktu yang singkat.
2. Bagi lembaga pendidikan dan guru, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk menjalin kerja sama dengan orang tua dalam mendukung perkembangan karakter dan *self-regulation* anak. Sinergi antara sekolah dan keluarga dapat membantu proses pembentukan perilaku positif anak secara lebih optimal.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dikembangkan dengan melibatkan jumlah partisipan yang lebih banyak, rentang usia yang berbeda, atau menggunakan pendekatan penelitian yang berbeda sehingga

diperoleh gambaran yang lebih luas mengenai efektivitas *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* terhadap perkembangan anak.

4. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dilakukan penelitian yang membandingkan efektivitas *Islamic hypnoparenting* melalui *pillow talk* dengan metode pengasuhan lainnya dalam mengembangkan *self-regulation*, karakter, maupun aspek perkembangan anak yang lain.
5. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi mengenai pentingnya komunikasi yang hangat, positif, dan berlandaskan nilai-nilai Islam dalam proses pengasuhan anak, khususnya pada usia sekolah dasar awal.



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**