

ABSTRAK

HIPNOTERAPI UNTUK PENINGKATAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE ANAK JALANAN DI PPAP SEROJA KODYA SURAKARTA

Christina Irnawati,¹Rahma Widyana,² Sriningsih,²

¹Mahasiswa Magister Psikologi Profesi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

²Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Perilaku Personal Hygiene pada anak jalanan menjadi permasalahan yang rumit bagi anak jalanan itu sendiri maupun dalam lingkungan masyarakat. Anak jalanan tidak bisa lagi dilihat dalam sudut pandang negatif secara terus-menerus. Terlebih, bukan atas dasar keinginan mereka yang menjadikan diri mereka sebagai anak jalanan, melainkan karena kondisinya lingkungan sekitar. Masyarakat menilai perilaku personal hygiene tersebut tidak sesuai dengan norma yang ada pada masyarakat, stigma masyarakat tentang anak jalanan kotor dan bau. Oleh sebab itu, perlu kiranya dicarikan intervensi yang dapat menjadi alternatif untuk upaya tersebut.

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh hipnoterapi untuk peningkatan perilaku *personal hygiene* pada anak jalanan. Penelitian ini dilakukan terhadap 2 orang anak jalanan dengan kategori kebersihan tubuh yang rendah. Rancangan yang digunakan *single case experiment design* dengan desain A-B-A-B-A. Analisis data menggunakan uji deskriptif sederhana dengan menggunakan grafik.

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan perilaku *personal hygiene* sebelum dan sesudah perlakuan hipnoterapi. Kategori kebersihan badan WES sebelum intervensi hipnoterapi dengan point 22 yaitu kurang bersih, setelah diberikan intervensi kebersihan badan WES meningkat dengan point 40 kategori Cukup Bersih, sedangkan ES sebelum intervensi juga mengalami peningkatan kebersihan badan sebelum intervensi dengan point 20 kategori kurang bersih, setelah dilakukan intervensi meningkat dengan point 42 kategori Cukup Selain peningkatan perilaku personal hygiene, kedua subjek mengalami kenyamanan pada dirinya, subjek ES yang mengalami gatal-gatak pada kulitnya menjadi sembuh.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hipnoterapi dapat meningkatkan perilaku *personal hygiene* pada anak jalan. Perilaku *personal hygiene* pada anak jalanan meningkat setelah intervensi meningkat dibandingkan sebelum intervensi.

Kata kunci: Hipnoterapi, perilaku *personal hygiene*, anak jalanan

ABSTRACT

HYPOTHOTHERAPY FOR IMPROVING BEHAVIOR OF PERSONAL HYGIENE STREET CHILDREN IN PPAP SEROJA KODYA SURAKARTA

Christina Irnawati, ¹ Rahma Widyana, ²Sriningsih, ²

¹Graduate Students of the Profession of Psychology, University Mercu Buana Yogyakarta

²Lecturer of Psychology Faculty, Mercu Buana University, Yogyakarta

Personal Hygiene behavior in street children becomes a complicated problem for the children themselves and society. Street children can no longer be seen in a negative perspective anymore. Moreover, not on the basis of their desire to make themselves as street children, but because of the conditions and environment. The society considers that the personal hygiene behavior is not in accordance with the norms that exist in the society, the society's stigma about street children are dirty and smelly. Therefore, it is necessary to find interventions that can be an alternative for these efforts.

This study aims to determine the effect of hypnotherapy to improve personal hygiene behavior on street children. This study was conducted on 2 street children with low body hygiene categories. The design used is a single case experiment design with A-B-A-B-A design. Data analysis uses a simple descriptive test using graphs.

The results showed that there were differences in personal hygiene behavior before and after hypnotherapy treatment. WES' body hygiene category before hypnotherapy intervention with point 22 is not clean enough, after being given WES' body hygiene intervention increased by 40 points in the category of clean enough, while ES before intervention also experienced an increase in body hygiene, before intervention with 20 points and it is not clean enough, after intervention increased with 42 points in the category clean enough in addition to improving personal hygiene behavior, both subjects felt comfortable, ES who experienced itching on their skin became healed.

Based on the results of the study it can be concluded that hypnotherapy can improve personal hygiene behavior in street children. Personal hygiene behavior in street children increases after increased intervention compared to before intervention.

Keywords: Hypnotherapy, personal hygiene behavior, street children

A. PENDAHULUAN

1. Latar belakang Masalah

Masalah anak jalanan adalah masalah sosial bersama yang sulit terpecahkan dan menjadi masalah klasik negara berkembang. Keberadaan dan berkembangnya jumlah anak jalanan merupakan persoalan yang perlu mendapat perhatian, mengingat anak-anak yang melakukan kegiatan atau tinggal di jalanan senantiasa berhadapan dengan situasi buruk. Upaya Kementerian Sosial untuk mengurangi anak jalanan masih terus dilakukan setiap tahunnya. Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah anak jalanan sampai bulan Agustus tahun 2017 masih sebanyak 16.920 yang tersebar di beberapa provinsi di Indonesia (Direktorat Kesejahteraan Sosial Anak Kementerian Sosial RI, 2017). Anak jalanan umumnya bekerja antara 4-18 jam per hari jika melakukan satu atau sejumlah aktivitas dengan rata-rata 11 jam kerja per hari (UNICEF 2001).

Anak jalanan sangat rentan untuk mendapatkan situasi yang buruk seperti menjadi korban dari berbagai perlakuan salah dan eksploitasi, diantaranya adalah kekerasan fisik, penjerumusan tindakan kriminal, penyalahgunaan narkoba, objek seksual, dan sebagainya. Situasi serta lingkungan semacam itu jelas akan menimbulkan berbagai dampak buruk bagi pertumbuhan dan perkembangan anak jalanan. Salah satu dampak buruk pada anak jalanan adalah tentang perilaku *personal hygiene*. (Kushartati, 2004)

Dari uraian diatas peneliti memfokuskan pada penelitian mengenai peningkatan perilaku *personal hygiene* pada anak jalanan dalam sebuah tesis yang berjudul “Hipnoterapi untuk peningkatan perilaku *personal hygiene* pada anak jalan di PPAP Seroja Kodya Surakarta.

2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Adakah pengaruh hipnoterapi pada peningkatan perilaku *personal hygiene* anak jalanan di Lembaga PPAP Seroja ?

3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji Hipnoterapi terhadap peningkatan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Anak Jalanan di Lembaga PPAP SEROJA.

4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan memberi manfaat, sebagai berikut:

a. Manfaat teoritis

Dapat menambah khasanah pengetahuan di bidang psikologi tentang efektivitas hipnoterapi terhadap peningkatan perilaku *personal hygiene* anak jalanan.

b. Manfaat praktis

Hipnoterapi dapat direkomendasikan untuk dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan perilaku *personal hygiene* anak jalanan.

5. Kajian pustaka

a. Pengertian Personal Hygiene

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani, *personal* yang artinya perorangan dan *hygiene* berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Tarwoto & Wartonah, 2010). Menurut Potter & Perry (2005), *personal hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis, kurang perawatan diri adalah kondisi dimana seseorang tidak mampu melakukan perawatan kebersihan untuk dirinya.

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Personal Hygiene*

Menurut Ambarwati & Sunarsih (2005), dan Depkes (2000) sikap seseorang melakukan *personal hygiene* dipengaruhi oleh sejumlah faktor antara lain:

- 1) Citra tubuh (*body image*), penampilan umum dapat menggambarkan pentingnya *hygiene* pada orang tersebut. Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang penampilan fisiknya. Citra tubuh ini dapat seringkali berubah. Citra tubuh mempengaruhi cara mempertahankan *hygiene*. Citra tubuh dapat berubah akibat pembedahan atau penyakit fisik.
- 2) Praktik sosial, kelompok-kelompok sosial wadah seorang pelayan berhubungan dapat mempengaruhi praktik *hygiene* pribadi.

- 3) Status sosial ekonomi, sumber daya ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan yang digunakan.
- 4) Pengetahuan, pentingnya *hygiene* dan implikasinya bagi kesehatan mempengaruhi praktik higiene. Kendati demikian, pengetahuan itu sendiri tidaklah cukup. Seseorang juga harus termotivasi untuk memelihara perawatan diri.

c. Tujuan Personal Hygiene

Ada beberapa tujuan dalam *personal hygiene* menurut Yuni (2015), adalah sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan derajat kesehatan
- 2) Memelihara kebersihan diri
- 3) Memperbaiki personal hygiene
- 4) Pencegahan penyakit
- 5) Meningkatkan percaya diri
- 6) Menciptakan keindahan

d. Hipnoterapi

Hipnoterapi berasal dari kata hypnosis. Hypnosis secara istilah dalam Kamus Encarte memiliki makna: pertama, suatu kondisi yang menyerupai tidur yang dapat secara sengaja dilakukan kepada orang, dimana mereka akan memberikan respon pada pertanyaan yang diajukan dan sangat terbuka terhadap sugesti yang diberikan oleh hipnotis. Kedua, teknik atau praktek dalam

mempengaruhi orang lain untuk masuk dalam kondisi hipnosis (Gunawan, 2016).

e. Penelitian Terdahulu

Penelitian-penelitian dengan menggunakan intervensi dalam upaya peningkatan personal hygiene, telah banyak dilakukan, namun intervensi yang menggunakan hipnoterapi dalam memanipulasi tingkah laku dan emosi, serta kesadaran untuk peningkatan personal hygiene pada anak jalanan, sepengetahuan peneliti masih jarang dilakukan di Indonesia. Adapun beberapa penelitian sejenis tentang upaya peningkatan personal hygiene dengan berbagai intervensi adalah sebagai berikut:

- 1) Penelitian Jusfaega, Nurdyanah, dan Syarfaini (2016) berjudul *Perilaku Personal Hygiene Terhadap Anak Jalanan di Kota Makassar Tahun 2016* menjelaskan bahwa anak jalanan belum sepenuhnya memahami mengenai pentingnya personal hygiene meskipun ada pemberian beberapa informasi dari volunteer save street child namun pelaksanaan dalam kehidupan sehari-hari belum diterapkan sepenuhnya, hal tersebut ditunjukkan dengan sikap acuh tak acuh anak jalanan dalam menjaga personal hygiene.
- 2) Penelitian Anis Rosyiatul Husna dan Reliani (2016) berjudul *Peningkatan Hygiene Personal pada Anak Jalanan dengan Media Komik di UPTD Kampung Anak Negeri Liponsos Kecamatan Medoan Ayu Rungkut Surabaya* untuk

mengidentifikasi peningkatan higiene pribadi pada anak jalanan dengan media komik di UPTD Kampung Anak Negeri Liponsos Kecamatan Medoan Ayu Rungkut Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain eksperimental pra-pasca. Sampel acak digunakan untuk mengumpulkan 22 anak jalanan di UPTD Kampung Anak Negeri Liponsos Kecamatan Medoan Ayu Rungkut Surabaya. Instrumen penelitian menggunakan komik dan kuesioner.

- 3) Penelitian Fatmawati (2012) berjudul *Hubungan Persepsi Perilaku Kebersihan Diri dengan Kejadian Tinea Kruris pada Anak Jalanan di Yogyakarta* bertujuan untuk mengetahui hubungan persepsi kebersihan diri anak jalanan dengan kejadian tinea kruris (gudig) pada anak jalanan di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode survey analitik.

B. METODE PENELITIAN

1. Rancangan Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan rancangan desain eksperimental kasus tunggal (single-case experimental design). Dalam Slamet dan Sumarmo Markam, yang menyebutkan bahwa menurut Phares, desain eksperimental kasus tunggal adalah perwujudan dari pendekatan perilaku (*behavioral approach*), yang mengutamakan perilaku nyata, seperti yang dianjurkan dalam belajar operan (Latipun, 2008).

Desain eksperimen kasus tunggal (single-case experimental design) merupakan sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan (intervensi) dengan kasus tunggal. Kasus tunggal dapat berupa beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek yang diteliti adalah tunggal (N=1) (Latipun, 2008). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain A-B-A-B-A *withdrawal*. Yang dimaksud dengan *withdrawal design* adalah meniadakan perlakuan untuk melihat apakah perlakuan tersebut efektif. Dalam desain eksperimental kasus tunggal, sebuah perilaku diukur (*baseline*), sebuah perlakuan diintroduksi (*intervensi*), dan kemudian intervensi tersebut ditarik atau ditiadakan. Karena perilaku tersebut diukur terus-menerus (*pengukuran berulang*), maka efek apa pun dari intervensi tersebut dapat dicatat. Adapun pengertian *baseline* (keadaan awal) ialah hasil pengukuran perilaku yang dilakukan sebelum diberikannya sebuah perlakuan (*intervensi*), yang memungkinkan dilakukannya perbandingan dan pengukuran terhadap efek-efek intervensi (Sunanto, 2005).

2. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Variabel terikat adalah perilaku personal hygiene.
- b. Variabel bebas adalah hipnoterapi.

3. Subjek Penelitian

Penentuan subjek penelitian adalah melalui screening dengan menggunakan Skala Perilaku Personal Hygiene, yang disusun oleh

Christina Irnawati, S.Psi dengan Professional Judgement Anwar, S.Psi., M.Si., dengan kriteria subjek penelitian sebagai berikut:

- a. Anak jalanan di bawah pengawasan PPAP Seroja Surakarta.
- b. Mencapai hipnosis berdasarkan tes suggestibilitas.
- c. Memiliki Personal Hygiene yang rendah.
- d. Usia 12 - 16 tahun.
- e. Pendidikan SD – SMP.

4. Rancangan Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan rancangan desain eksperimental kasus tunggal (single-case experimental design). Dalam Slamet dan Sumarmo Markam, yang menyebutkan bahwa menurut Phares, desain eksperimental kasus tunggal adalah perwujudan dari pendekatan perilaku (*behavioral approach*), yang mengutamakan perilaku nyata, seperti yang dianjurkan dalam belajar operan (Latipun, 2008).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain A-B-A-B-*Awithdrawal*. Yang dimaksud dengan *withdrawal design* adalah meniadakan perlakuan untuk melihat apakah perlakuan tersebut efektif. Dalam desain eksperimental kasus tunggal, sebuah perilaku diukur (*baseline*), sebuah perlakuan diintroduksikan (*intervensi*), dan kemudian intervensi tersebut ditarik atau ditiadakan. Karena perilaku tersebut diukur terus-menerus (*pengukuran berulang*), maka efek apa pun dari intervensi tersebut dapat dicatat.

5. Metode Pengumpulan Data

a. Wawancara

Dalam penelitian ini, peneliti memilih melakukan wawancara mendalam, ini bertujuan untuk mengumpulkan informasi yang kompleks, yang sebagian besar berisi pendapat, sikap, dan pengalaman pribadi, Sulisty-Basuki (2006). Untuk menghindari kehilangan informasi, maka peneliti meminta izin kepada informan untuk menggunakan alat perekam. Sebelum dilangsungkan wawancara mendalam, peneliti menjelaskan atau memberikan sekilas gambaran dan latar belakang secara ringkas dan jelas mengenai topik penelitian

b. Observasi

Teknik pengumpulan data, dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan. (Riduwan, 2004)

c. Skala Perilaku Personal Hygiene

Skala pengukuran perilaku *personal hygiene* menggunakan stimulus jawaban terdiri dari 5 pilihan jawaban dengan skor bertingkat yaitu 0-4. Bentuk pilihan terdiri dari: tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, dan selalu.

d. Behavioral Checklist Perilaku *Personal Hygiene*

Perilaku *personal hygiene* untuk desain tunggal dalam penelitian ini menggunakan *behavioral checklist* yang pengukurannya berdasarkan tipe-tipe perilaku *personal hygiene*.

C. METODE ANALISIS DATA

Teknik analisis data hasil penelitian Desain eksperimental kasus tunggal (*single-case experimental design*) menggunakan analisis grafik. Grafik tersebut menyajikan hasil. Pertama, evaluasi dibuat sehubungan dengan mutu desain. Kedua, dibuat untuk penilaian terhadap keefektifan perlakuan. (Giyati, 2017)

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilaporkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Hal ini ditunjukkan dari adanya pengaruh hipnoterapi untuk peningkatan perilaku *personal hygiene*. Pengaruh tersebut terlihat dari adanya perbedaan perilaku *personal hygiene* subjek sebelum dan sesudah dilakukan hipnoterapi. Perilaku *personal hygiene* subjek mengalami peningkatan sesudah diberikan hipnoterapi. Peningkatan perilaku *personal hygiene* dilihat dari beberapa tipe perilaku *personal hygiene* yaitu kebersihan rambut, kebersihan mulut dan gigi, kebersihan kuku tangan, kebersihan kuku kaki dan kebersihan pakaian. (Hidayat (2008) dan Depdikbud (1986)).

E. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh hipnoterapi untuk peningkatan perilaku *personal hygiene*. Perilaku *personal hygiene* sebelum intervensi lebih rendah dibandingkan sesudah intervensi. Perilaku *personal hygiene* subjek WES maupun ES sebelum hipnoterapi dilakukan dalam kategori kurang bersih *personal hygiene* nya, setelah dilakukan hipnoterapi pertama dan kedua mengalami peningkatan pada perilaku *personal hygiene* yaitu dengan kategori cukup bersih.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E.R. & Sunarsih, T. (2011). *KDPK Kebidanan : Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Depdikbud, 1998. Studi Kasus. Jakarta: Depdikbud.
- Departemen Kesehatan RI, 2000. *Pedoman Upaya Kesehatan Gigi Masyarakat (UKGM)*. Cetakan Kedua. Departemen Kesehatan, Jakarta
- Fatmawati, R. K, (2012). *Hubungan Persepsi Perilaku Kebersihan Diri dengan Kejadian Tinea Kruris pada Anak Jalanan di Yogyakarta*. Tesis Unisa Yogya
- Giyati, (2017). *Hipnoterapi dengan Part Therapy untuk Penurunan Perilaku Merokok*. Penelitian UMBY
- Gunawan, A.W. (2007). *Hypnosis: The Art of Subconscious Communication*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hidayat, A.A.A. & Uliyah, M. (2012). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*. Surabaya: Health Books
- Hidayat, A.A.A. (2012). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Husna, A.R., & Reliani.,(2016). *Peningkatan Hygiene Personal Pada Anak Jalanan Dengan Media Komik Di Uptd Kampung Anak Negeri Liponsos Kecamatan Medoan Ayu Rungkut Surabaya*. Penelitian :Universitas Muhammadiyah Surabaya
- Jusfaega1, Nurdiyanah, Syarfaini (2016). *Perilaku Personal Hygiene Terhadap Anak Jalanan di Kota Makassar Tahun 2016*. Penelitian .UIN Alauddin, Makassar.
- Kushartati, S. (2004). *Pemberdayaan Anak Jalanan. Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, Vol.1 No. 2 Agustus 2004: 45-54.
- Riduwan.(2004) metode Riset. Jakarta : Rineka Cipta
- Tarwoto & Wartonah.(2003). *Kebutuhan Dasar Manusia & Proses Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Sunanto,J., Takeuchi, K., & Nakata, H (2005). *Pengantar Penelitian Dengan Subjek Tunggal*, CRICED, University of Tsukuba
- Yuni, E.N. (2015). *Buku SakuPersonal Hygiene*. Yogyakarta. Nuha Medika