Cendikia
Jurnal Pendidikan dan Pengajaran
ISSN: 3025-1206
(2024), 2 (7): 182–188

STUDI KASUS TENTANG EFEKTIVITAS INTERVENSI PERILAKU DALAM MENGATASI TANTRUM PADA ANAK USIA 6 TAHUN

Fidya Salim Bakrisuk [1], Pamuji [2]
Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Surabaya
e-Mail: [1]fidya.23029@mhs.unesa.ac.id, [2] pamuji@unesa.ac.id

Abstract (English)
Tantrums are aggressive behavior characterized by crying, screaming and usually occur in early childhood. This behavior can interfere with a child's social and emotional development, and have a negative impact on the child's relationship with his parents and caregivers. Behavioral interventions can be an effective way to help children with tantrums learn to manage their emotions better. This study aims to study the effectiveness of behavioral interventions in dealing with tantrums in children aged 6 years. This research uses a single case study method with a qualitative approach. Data was collected through direct observation, interviews and daily notes. The behavioral intervention implemented is a time out strategy which aims to help children calm themselves and learn positive ways to control their emotions. The results of the study showed that the behavioral intervention implemented was effective in helping the subject, a 6 year old child, overcome his tantrums. In initial observations, the subject showed tantrums and aggression when feeling frustrated. At the final observation, the subject did not show tantrums and aggression. He just cried and threw the cutouts in the trash. The subject's parents reported that he showed progress in managing his emotions at home. Behavioral interventions that focus on helping children understand and express their emotions in a constructive way, as well as parental involvement, have proven effective in helping subjects overcome their tantrums. This case study shows that behavioral interventions can be an effective way to help children with tantrums as young as 6 years old learn to better manage their emotions. The intervention implemented in this research can be a reference for teachers/educators, parents/guardians, and professionals who work with young children to deal with tantrums.

Article History
Submitted: 18 June 2024
Accepted: 23 June 2024
Published: 24 June 2024

Key Words
content, formatting, article.

Abstrak (Indonesia)
Tantrum merupakan perilaku agresif yang ditandai dengan tangisan, teriakan dan biasa terjadi pada anak usia dini. Perilaku ini dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak, serta berdampak negatif pada hubungan anak dengan orang tua dan pengasuhnya. Intervensi perilaku dapat menjadi cara yang efektif untuk membantu anak-anak dengan tantrum belajar mengelola emosinya dengan lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari efektivitas intervensi perilaku dalam mengatasi tantrum pada anak usia 6 tahun. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus tunggal dengan pendekatan kualitatif. Data dikumpulkan melalui observasi langsung, wawancara, dan catatan harian. Intervensi perilaku yang diterapkan adalah dengan strategi time out yang bertujuan untuk membantu anak menenangkan diri dan belajar dengan cara positif dalam mengendalikan emosinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi perilaku yang diterapkan efektif dalam membantu subjek anak usia 6 tahun, mengatasi tantrumnya. Pada observasi awal, subjek menunjukkan tantrum dan agresi ketika merasa frustrasi. Pada observasi akhir, subjek tidak menunjukkan tantrum dan agresi. Dia hanya menangis dan membuang hasil guntingannya ke tempat sampah. Orang tua

Sejarah Artikel
Submitted: 18 Juni 2024
Accepted: 23 Juni 2024
Published: 24 Juni 2024

Kata Kunci
Behavioral interventions, Tantrums, Case Studies.

subjek melaporkan bahwa dia menunjukkan kemajuan dalam mengelola emosinya di rumah. Intervensi perilaku yang berfokus pada membantu anak memahami dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang konstruktif, serta keterlibatan orang tua, terbukti efektif dalam membantu subjek mengatasi tantrumnya. Studi kasus ini menunjukkan bahwa intervensi perilaku dapat menjadi cara yang efektif untuk membantu anak-anak dengan tantrum usia 6 tahun belajar mengelola emosinya dengan lebih baik. Intervensi yang diterapkan dalam penelitian ini dapat menjadi referensi bagi guru/ pendidik, orang tua/ wali murid, dan profesional yang bekerja dengan anak-anak usia dini untuk mengatasi tantrum.

Pendahuluan

Masa kanak-kanak merupakan periode penting dalam perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak. Pada usia 5-6 tahun, anak-anak mulai memasuki usia prasekolah, di mana mereka belajar untuk bersosialisasi dengan teman sebaya, mengikuti aturan, dan mengendalikan emosinya. Namun, beberapa anak mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya, yang dapat menyebabkan perilaku tantrum. Tantrum umumnya terjadi pada anak usia 1-5 tahun, dan biasanya mereda seiring bertambah usia. Tantrum adalah ledakan emosi yang tidak terkontrol pada anak usia dini, dimana mereka mereka menangis histeris, menjerit, melempar barang, bahkan memukul dan menendang.Tantrum dapat dialami oleh semua anak, namun beberapa anak lebih rentan terhadap tantrum daripada yang lain.

Menurut Siti Rahmawati dkk (2022) mengenukakan bahwa luapan emosi kemarahan lebih terlihat dari pada rasa takut. Mengamuk adalah cara anak menghadapi frustasi yang dirasakan ketika tidak mampu mempertahankan perasaan yang masih rapuh tentang diri dan tempatnya di dunia, mengamuk dapat dilihat dari tingkah laku menendang barang-barang yang ada di sekitarnya, menangis, berteriak, memaki, hingga menggunakan kata-kata kotor.

Faktor-faktor yang dapat meningkatkan risiko tantrum adalah umum terjadi pada anak yang mudah marah atau frustasi ketika tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan. Anak yang belum dapat mengungkapkan perasaan dan keinginannya dengan kata-kata, anak-anak di usia ini mungkin belum memiliki kemampuan yang cukup untuk mengungkapkan perasaan dan kebutuhan mereka dengan kata-kata sehingga kondisi fisik yang tidak nyaman seperti lelah, lapar, sakit akan membuat anak mudah marah dan dapat memicu tantrum Pada usia ini anak masih belajar mengendalikan emosinya dengan cara yang sehat. Terkadang anak menggunakan tantrum sebagai senjata untuk mendapat perhatian dari orang tua maupun pendidik.

Supriyanti (2019) Tantrum bukanlah suatu penyakit berbahaya, namun jika tidak diatasi dapat membahayakan fisik anak, selain itu anak tidak akan bisa mengendalikan emosinya atau anak akan kehilangan kontrol dan akan lebih agresif. Hal ini akan mengakibatkan anak tidak bisa menghadapi lingkungan luar, tidak bisa beradaptasi, tidak bisa mengatasi masalah. Kendati perilaku tantrum adalah hal yang normal pada anak usia dini, namun tantrum yang sering atau parah dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak, serta berdampak negatif pada hubungan anak dengan pendidik di sekolah dan orang tua di rumah. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan Supriyanti, (2019)Dampak buruk terjadinya temper tantrum adalah anak akan terbiasa menggunakan cara tantrum untuk mengekspresikan kemarahan atau rasa frustasinya. Anak juga akan belajar bahwa dia dapat mengontrol lingkungan, termasuk mengontrol orang tua

atau orang dewasa lain disekitarnya, untuk itu perlu adanya penanganan yang tepat terhadap anak tantrum.

Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami cara mengatasi tantrum dengan tepat. TK Al Irsyad Banyuwangi adalah salah satu lembaga pendidikan anak usia dini berbasis islam di Banyuwangi yang menerapkan strategi time out untuk mengatasi tantrum pada anak usia 5-6 tahun.

Studi kasus ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas intervensi perilaku dalam mengatasi tantrum pada anak usia 6 tahun. Subjek penelitian adalah anak laki-laki berusia 6 tahun yang sering menunjukkan tantrum ketika merasa tidak berhasil menyelesaikan pekerjaannya. Intervensi yang dilakukan adalah dengan menerapkan strategi time out yang merupakan salah satu strategi efektif untuk mengatasi tantrum. Menurut Mirnawati dkk, (2021) Teknik time-out sebagai suatu tindakan memindah individu pada waktu tertentu supaya tidak mendapatkan pengukuhan setelah perilaku sasaran timbul. Pelaksanaan teknik time-out (penyisihan sesaat) yang akan ditempuh dalam penelitian ini adalah tipe Isolationary Time-Out yaitu anak ditempatkan di area yang berbeda seperti ruangan lain dalam waktu yang ditentukan. Memindahkan anak ke tempat atau sebuah ruangan yang benar- benar terisolasi atau ruang yang kosong dan tertutup. Strategi time out melibatkan memisahkan anak dari situasi yang memicu tantrumnya untuk waktu yang singkat. Tujuannya adalah untuk membantu anak menenangkan diri dan belajar mengendalikan emosinya dengan cara yang lebih positif.

Penerapan strategi time out memiliki beberapa manfaat, di antaranya adalah membantu anak menenangkan diri, mengajarkan anak cara mengendalikan emosi yang baik, mencegah perilaku agresif, serta meningkatkan hubungan antara anak dan orang tua/ pendidik.

Strategi time out memberikan waktu bagi anak untuk menenangkan diri dan mengendalikan emosinya sebelum kembali ke situasi yang memicu tantrumnya. Strategi ini juga membantu anak belajar cara mengendalikan emosinya dengan cara yang lebih positif, seperti dengan berbicara, menggunakan kata-kata, atau mencari bantuan orang dewasa. Selain itu dengan strategi time out membantu mencegah anak dari melukai diri sendiri atau orang lain ketika mereka sedang tantrum. Penerapan strategi time out yang konsisten dapat membantu meningkatkan hubungan antara anak dan orang tua/pendidik, karena menunjukkan kepada anak bahwa mereka dicintai dan dihargai, meskipun mereka berperilaku buruk.

Tantrum merupakan salah satu masalah perilaku yang paling umum terjadi pada anak usia dini. Berdasarkan penelitian diperkirakan sekitar 20-30% anak usia 18 bulan hingga 5 tahun mengalami tantrum secara berkala. Tantrum dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti stres bagi orang tua, kesulitan dalam bersosialisasi dengan teman sebaya, dan bahkan masalah perkembangan pada anak.

Penelitian ini penting dilakukan karena masih minimnya penelitian tentang intervensi perilaku yang efektif untuk mengatasi tantrum pada anak usia dini. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu orang tua dan pengasuh dalam memahami dan menangani tantrum pada anak-anak mereka dengan lebih baik.

Beberapa penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa intervensi perilaku dapat efektif dalam mengatasi tantrum pada anak usia dini.

Endah Aflahani (2021) penerapan teknik reinforcement negatif merupakan salah satu teknik yang dapat dilakukan untuk mengubah perilaku tantrum pada anak.

M Sari (2024) menyatakan bahwa hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai keefektifan pada penerapan metode time-out dalam mengatasi perilaku temper tantrum anak saat aktivitas pembelajaran memberikan pengaruh yang baik (positive).

Meskipun telah ada beberapa penelitian tentang intervensi perilaku untuk mengatasi tantrum pada anak usia dini, masih terdapat beberapa kesenjangan penelitian yang perlu diatasi dengan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat.

Diperlukan penelitian lanjutan untuk mengatasi kesenjangan penelitian yang ada, antara lain dengan melakukan penelitian dengan sampel yang lebih besar, bervariasi**,** serta mengembangkan intervensi perilaku yang spesifik untuk konteks budaya.

Latar belakang diatas menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan berikut: Apakah intervensi perilaku yang diberikan efektif dalam mengatasi tantrum pada anak usia 6 tahun? Bagaimana perubahan perilaku anak setelah mendapatkan intervensi perilaku? Saran apa yang dapat diberikan kepada orang tua dan pengasuh dalam membantu anak-anak mereka mengelola emosinya dengan lebih baik?

Berdasarkan pertanyaan penelitian di atas, diajukan hipotesis penelitian sebagai berikut yaitu intervensi perilaku yang diberikan efektif dalam mengatasi tantrum pada anak usia 6 tahun. Terdapat perubahan positif dalam perilaku anak setelah mendapatkan intervensi perilaku. Melalui pemerian contoh, dukungan, dan strategi yang tepat, pendidik dan orang tua dapat mengambil langkah dalam membantu anak-anak mereka mengelola emosinya dengan lebih baik.

Penelitian ini memiliki beberapa batasan, yaitu Sampel penelitian hanya terdiri dari satu subjek. Durasi intervensi yang diberikan relatif singkat yaitu satu bulan. Tidak ada kelompok kontrol untuk dibandingkan dengan kelompok intervensi. Meskipun memiliki beberapa batasan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berharga dalam memahami dan menangani tantrum pada anak usia dini.

Metode Penelitian

Metode studi kasus dengan pendekatan kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini. Pengumpulan data melalui observasi langsung, wawancara dengan subjek, orang tua dan guru sebelumnya, serta dokumentasi.

Observasi langsung dilakukan untuk melihat perilaku subjek peneliatian dalam berbagai situasi, yaitu saat beraktivitas di sekolah maupun di rumah. Wawancara dilakukan dengan subjek, orang tuanya, dan guru kelas sebelumnya untuk mendapatkan informasi tentang perilakunya. Dokumentasi digunakan untuk mencatat data observasi dan wawancara. Data yang dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis kualitatif tematik. Teknik ini digunakan untuk mengidentifikasi, mengkategorikan, dan menginterpretasikan tema-tema yang muncul dari data.

Hasil dan Pembahasan

Penerapan strategi time out di TK Al Irsyad Banyuwangi dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah berikut:

1. Observasi awal

Pengamatan dapat dilakukan mulai dari identifikasi kasus individu. Proses identifikasi ini menentukan subjek penelitian meliputi nama, tempat dan tanggal lahir, umur, jenis kelamin, dan kelompok usia. Mengidentifikasi jenis perilaku yang diubah. Menentukan tujuan yaitu

menghentikan perilaku x dan memunculkan perilaku y. Menentukan metode/ strategi yaitu melakukan serangkaian aktivitas yg bisa membentuk kompetensi (vokasional).

Subjek penelitian ini adalah seorang anak laki-laki berusia 6 tahun di kelompok B TK Al Irsyad Banyuwangi. Subjek sering menunjukkan perilaku tantrum ketika merasa tidak berhasil menyelesaikan pekerjaannya. Contohnya, saat menggunting, jika ada sedikit guntingan yang tidak sesuai dengan garis, maka subjek akan marah, mengepalkan tangan, meremas hasil guntingannya, menangis sambil berteriak keras, dan bahkan melempar barang, menendang teman, atau memukuli kepalanya sendiri. Tujuan dari observasi ini adalah menghentikan perilaku tantrumpada subjek dan membantu subjek mengungkapkan emosinya dengan cara yang lebih positif, tanpa berteriak, menyakiti diri sendiri, atau orang lain, serta mencegah subjek meremas/membuang hasil kegiatan yang tidak sesuai dengan keinginannya dengan strategi time out.

Observasi awal dilakukan dengan melakukan observasi langsung yaitu mengamati perilaku subjek secara langsung dalam berbagai situasi dan melakukan wawancara dengan subjek, orang tuanya, dan guru kelas di kelompok A untuk mendapatkan informasi tentang perilakunya.

No.	Perilaku	Deskripsi	Skor
1.1	Menangis	Subjek menangis dengan keras	1
1.2	Berteriak	Subjek berteriak dengan suara yang keras	2
2.1	Mengepal tangan	Subjek mengepal tangannya dengan kuat	1
2.2	Menyakiti diri sendiri	Subjek memukul kepalanya sendiri	3
2.3	Menyakiti orang lain	Subjek menendang teman yang ada didekatnya	3
3.1	Meremas hasil guntingan	Subjek meremas hasil guntingannya dengan marah	2

Tabel 1. Tingkat Keparahan Tantrum Skor 1-3: Ringan; Skor 4-6: Sedang; Skor 7-8: Berat

Berdasarkan hasil observasi awal, total skor 12. Subjek menunjukkan perilaku tantrum yang cukup parah. Perilaku tantrumnya terjadi saat subjek merasa frustrasi ketika tidak mendapatkan apa yang diinginkannya.

2. Pelaksanaan

Ketika subjek menunjukkan tanda-tanda tantrum, guru segera membawanya ke tempat time out dan menjelaskan kepada subjek bahwa ia berada di time out karena mereka tidak dapat mengendalikan emosinya. Tempat time out haruslah tempat yang aman, tenang, dan bebas dari gangguan. Tempat time out dapat berupa kursi kecil di sudut ruangan kelas, atau ruang khusus yang dirancang untuk time out. Guru menjelaskan kepada subjek tentang aturan time out dengan menggunakan bahasa anak sehingga mudah dimengerti serta memberi penekanan bahwa time out adalah cara untuk membantunya menenangkan diri ketika tidak dapat mengendalikan emosinya. Selama waktu time out, guru dapat memvalidasi perasaan subjek dan membantunya menenangkan diri dengan berbicara dengan suara yang tenang dan lembut, atau dengan memberikan pelukan. Maya Sari dkk, (2022) Hindari memarahi dan memberi hukuman pada anak saat ia sedanng mengalami tantrum, akan tetapi berilah perlakuan yang tenang, nyaman, aman, menyenangkan, kehangatan, kelembutan, dan kesejukan pada anak dengan penuh cinta dan kasih sayang.

Lama waktu time out bervariasi tergantung pada usia anak dan tingkat keparahan tantrumnya. Secara umum, waktu time out untuk anak usia 5-6 tahun sekitar 1-2 menit. Setelah waktu time out selesai, guru berdiskusi dengan subjek tentang perilakunya dan menjelaskan alasan

perilakunya tidak dapat diterima, serta membantu anak untuk memahami cara yang lebih baik untuk mengendalikan emosinya.

Guru bekerja sama dengan orang tua subjek di rumah untuk membantunya dalam menunjukkan dan mengelola emosi yang sehat, mengidentifikasi dan memahami emosinya melalui pemberian contoh. Selain itu, orang tua juga mengajari subjek strategi untuk mengelola emosinya dengan tepat, seperti teknik relaksasi dan berwudhu, memberikan pujian dan penghargaan ketika subjek menunjukkan kemajuan.

3. Observasi akhir

Pada tahap observasi akhir subjek tidak menunjukkan tantrum dan agresi, dia hanya menangis dan membuang hasil guntingannya ke tempat sampah.

No.	Perilaku	Deskripsi	Skor
1.1	Menangis	Subjek menangis dengan tidak bersuara	1
1.2	Berteriak	Subjek berteriak dengan suara yang keras	0
2.1	Mengepal tangan	Subjek mengepal tangannya dengan kuat	0
2.2	Menyakiti diri sendiri	Subjek memukul kepalanya sendiri	0
2.3	Menyakiti orang lain	Subjek menendang teman yang ada didekatnya	0
3.1	Meremas hasil guntingan	Subjek hasil guntingannya di tempat sampah	2

Tabel 2. Tingkat Keparahan Tantrum: Skor 1-3: Ringan Skor 4-6: Sedang Skor 7-8: Berat

a. Penilaian perubahan: Instrumen pengamatan / pedoman observasi

Penelitian ini menggunakan isntrumen pengamatan yaitu skala perilaku, pedoman observasi, observasi langsung, dan wawancara. Skala perilaku digunakan untuk mengukur intensitas perilaku subjek, sedangkan pedoman observasi mengatur fokus observasi dan memberikan panduan dalam mengamati perilaku. Observasi langsung dan wawancara digunakan untuk mengumpulkan data perilaku secara langsung dan mendalam.

b. Tindak lanjut

Mempertahankan dan memperkuat kemajuan dengan melakukan terapi secara konsisten di sekolah dan di rumah. Memberikan pujian dan dorongan positif kepada anak ketika mereka berhasil mengelola emosinya dengan baik. Terus memantau perilaku anak dan catat kemajuannya. Mencegah kemunduran dengan mengenali pemicu tantrum anak dan mengelola situasi tersebut sebisa mungkin. Terus melakukan komunikasi dan kolaborasi, berdiskusi dan menerapkan strategi yang sama dalam mengelola emosi subjek.

KESIMPULAN

Tantrum merupakan perilaku agresif yang disertai dengan tangisan dan teriakan yang biasa terjadi pada anak usia 4-6 tahun yang disebabkan salah satunya karena keinginan anak tidak terpenuhi, sebenarnya perilaku ini normal terjadi namun jika dibiarkan maka berdampak buruk terhadap perkembangan perilakunya. Sehingga guru dan orang tua harus jeli melihat kondisi ini serta memberikan intervensi yang tepat. Salah satu intervensi yang bisa diberikan adalah dengan menggunakan strategi time-out.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan positif dalam perilaku subjek dari observasi awal ke observasi akhir. Pada observasi awal, subjek menunjukkan tantrum dan agresi ketika frustrasi. Ia akan menangis keras, melempar barang-barang, dan bahkan memukul orang lain. Namun, pada observasi akhir, subjek tidak lagi menunjukkan perilaku tantrum dan agresi. Ia hanya menangis dan membuang hasil guntingannya ke tempat sampah.

Hal ini menandakan bahwa strategi time out dapat mengurangi perilaku tantrum pada anak usia 6 tahun. Semua ini tidak terepas dari kerja sama yang baik antara anak, sekolah dan orang tua. Konsistensi dalam penerapannya juga sangat diperlukan untuk mencegah kemunduran dalam diri subjek.

DAFTAR PUSTAKA

S Rahmawati, A Fadhila (2022). IMPLEMENTASI PEMUNAHAN OPERAN (OPERANT EXTINCTION) UNTUK MENURUNKAN PERILAKU TANTRUM PADA ANAK. Psychophedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, Vol.7 No.1

Nabilla Waviroh, Ari Purnomo Endah Aflahai (2021). Keefektivan dalam Penerapan Reinforcement Negatif Untuk Anak Tantrum. Jurnal Lentera Anak, Vol. 02 No. 01

Mirnawati dkk, (2020). LAPORAN PENELITIAN: Efektifitas Teknik Time Out Tipe Isolasionary Tie Out dalam Mereduksi Perilaku Tantrum pada Anak Autis Repo Dosen Universitas Lambung Mangkurat

Nurfadilah, M. F. I. (2021). Modifikasi perilaku anak usia dini untuk mengatasi temper tantrum pada anak. Jurnal Pendidikan Anak, 12(07)

Nur'aini, Suti (2018) *Pendekatan Behavioral dalam Mengatasi Anak Temper Tantrum (Studi Kasus di PAUD Bina Umaat Linduk-Pontang).* Diploma atau S1 thesis, UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten.

YF Ritonga, RS Ritonga (2023). PENERAPAN PLAY THERAPY PADA ANAK YANG MENGALAMI TEMPER TANTRUM USIA 4-5 TAHUN. PeTeKa, jurnal.um-tapsel.ac.id

Farihah & Aflahani (2021). Pengaruh Modifikasi Perilaku Penghapusan (Extinction) Pada Perilaku Membanting Pintu & Melempar Barang Saat Marah Pada Anak Usia 5-6 Tahun. Jurnal Lentera Anak, Vol. 02 No.02

M Sari, JM Sitepu (2024). Peran Guru dalam Mengatasi Anak Temper Tantrum melalui Metode Time Out pada Aktivitas Pembelajaran. Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, murhum.ppjpaud.org

AA Sadita, N Sa'adah (2023). Temper Tantrum Behavior in Early Childhood as Communication with Parents. Journal of Insan Mulia Education, ejournal.imbima.org

D Ningrum (2022). The Efficacy of Brainspotting Therapy for the Treatment of Tantrum in Young Children. Child Education Journal, journal2.unusa.ac.id