

MODIFICATION OF TANTRUM BEHAVIOR THROUGH GAMES AND TIME-OUT METHODS IN EARLY CHILDREN

Nandhi Azhari Nur Rohmah
PG PAUD, Universitas Sebelas Maret
nandhi_azhari2@student.uns.ac.id

ABSTRACT

Early childhood is the golden age which is greatly facilitated by the environment. Tantrum behavior is a situation when a child expresses his emotions by crying loudly to throw things. The tantrum is a show of emotional development that is experiencing obstacles, because the child's basic needs for affection and security are not fulfilled. This occurs because of the discomfort felt by children for several reasons such as hunger, sleepiness, hindered desires, parents incorrectly responding to children's needs, attacked or criticized, deprived of their games or meeting strangers and several other reasons. Symptoms of behavior, excessive anger, self-destruct and goods, very strong fear, withdrawing from the environment, difficult to overcome feelings of offense and views that tend to be negative, are moody. So to deal with these children, parents and teachers should treat them with affection and love, and face children calmly, invite children to speak with a sincere heart, soft language and soft tones with a hug of love. through the game strategy and the time-out method. The purpose of this study was to examine the modification of tantrum behavior in early childhood when learning took place based on literature studies.

Keywords: *Modification, early childhood, tantrums, time-out methods*

MODIFIKASI PERILAKU TANTRUM MELALUI PERMAINAN DAN METODE TIME-OUT PADA ANAK USIA DINI

Abstrak: Anak usia dini merupakan masa *golden age* sangat difasilitasi oleh lingkungan. Perilaku tantrum adalah keadaan ketika anak meluapkan emosinya dengan cara menangis kencang hingga melempar barang. Tantrum tersebut pertunjukan dari perkembangan emosi yang mengalami hambatan, diakibatkan kebutuhan dasar anak akan rasa kasih sayang dan rasa aman tidak terpenuhi. Ini terjadi karena ketidaknyamanan yang dirasakan oleh anak dengan beberapa sebab seperti lapar, mengantuk, keinginannya terhalangi, orang tua salah merespon kebutuhan anak, diserang atau dikritik, dirampas permainannya atau bermu dengan orang asing dan beberapa sebab lainnya. Gejala perilakunya, marah berlebihan, merusak diri dan barang, takut yang sangat kuat, menarik diri dari lingkungan, sulit mengatasi perasaan tersinggung dan pandangan yang cenderung negative bersikap murung. Sehingga untuk menghadapi anak tersebut, bagi orang tua dan guru sebaiknya memberi perlakuan rasa kasih sayang dan cinta kasih, serta hadapi anak dengan tenang, ajak anak berbicara dengan hati yang tulus, bahasa yang halus dan nada yang lembut dengan pelukan cinta. Perilaku tantrum dapat diatasi melalui strategi permainan dan metode *time-out*. Tujuan penelitian ini untuk mengkaji modifikasi perilaku tantrum pada anak usia dini ketika pembelajaran berlangsung yang didasari studi literatur.

Kata Kunci: *Modifikasi, anak usia dini, tantrum, metode time-out*

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang unik, menarik dan berbeda. Di Indonesia kategori anak usia dini adalah anak berusia 0 tahun hingga 6 tahun seperti yang tertuang dalam Undang-undang No. 20 Tahun 2003,

tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 No. 14, pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan

perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Pada masa tersebut merupakan masa emas (*golden age*), karena anak usia dini memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dan tidak akan tergantikan pada masa akan datang. Pentingnya pendidikan anak usia dini, menuntut para pendidik memiliki pemahaman dan persiapan mengenai model pembelajaran yang tepat untuk menggali dan mengembangkan potensi yang ada pada anak, sehingga mereka berkembang secara optimal. Maka dari itu, dibutuhkan pendidik yang berkualitas dan memiliki ilmu pengetahuan sesuai dengan tugasnya.

Tujuan utama pendidikan anak usia dini adalah untuk membentuk anak yang berkualitas agar dapat berkembang secara optimal sesuai tahap perkembangannya. Selanjutnya stimulasi yang dibutuhkan dalam mengembangkan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini antara lain pengetahuan moral, budi pekerti, nilai perilaku, mental, dan kepribadian. Pendidik dan orangtua tidak hanya memberikan sebatas kepintaran, kecerdasan, ilmu pengetahuan saja, tetapi harus berpedoman pada aspek perkembangan anak usia dini yang mencakup nilai agama dan moral, fisik-motorik, kognitif, bahasa, seni, dan sosial-emosional. Berkaitan dengan perkembangan sosial emosional anak, permasalahan yang sering sekali terjadi di Taman Kanak-kanak adalah anak masih mengalami kesulitan dalam hal kemampuan anak untuk mengelola dan mengekspresikan emosi secara lengkap, baik emosi positif maupun emosi negative, menjalin hubungan dengan teman sebaya, orang dewasa yang berada di lingkungan anak, serta aktif

mengeksplorasi lingkungan melalui belajar.

Kebanyakan orang tua menganggap masa *golden age* atau kanak-kanak sebagai usia yang mendatangkan banyak masalah atau usia sulit. Sebagian kecil dari guru dan orang tua yang pernah mengalami kesulitan menghadapi perilaku anak yang bermasalah. Kita kehilangan akal menghadapi anak yang suka berteriak-teriak bahkan sampai berguling-guling di lantai ketika ia meminta sesuatu, mengganggu adeknya, menyerang teman, dan hiperaktif. Atau, kita frustrasi menghadapi anak yang suka mengganggu temannya di kelas, memukul-mukul meja, berteriak-teriak, tidak mendengarkan guru saat pelajaran, tidak mahu belajar sesuai dengan instruksi. Dengan datangnya masa *golden age* sering terjadi masalah perilaku yang terjadi pada anak-anak didorong oleh keinginan anak-anak untuk bebas dalam proses pengembangan kepribadian yang unik hal ini dirasa lebih menyulitkan dari masalah masa sebelumnya. Masalah perilaku pada anak-anak sering dijumpai perilaku bandel, keras kepala, negativistis, dan melawan. Hurlock (1978:231) dalam jurnal (Fatimah et al., 2020) berpendapat bahwa anak yang mampu melumpuhkan emosi kemarahannya dengan baik akan menampakkan gambaran emosi yang tenang. Emosi yang dimaksudkan adalah bagaimana cara anak mengendalikan emosi yang biasanya menyertai saat anak marah, wujud ekspresi raut wajah, gaya tubuh, dan perkataan anak. Semakin berhasil anak mengelola emosinya di suatu kondisi, anak tersebut dinilai semakin baik dalam pengendalian

emosi (*emotional control*).

Temper tantrum merupakan salah satu ciri anak bermasalah dalam perkembangan emosi seperti marah berlebihan, ingin merusak diri, dan barang-barangnya, tidak dapat mengungkapkan apa yang diinginkan, takut yang sangat kuat sehingga mengganggu interaksi dengan lingkungannya. Juga sering kali memperlihatkan malu hingga menarik diri dari lingkungan, dan hipersensitif maksudnya sangat peka sulit mengatasi perasaan tersinggung, dan pandangannya cenderung negative bersikap murung (Herawati, 2012). Hal ini ditandai dengan kebiasaan mengamuk yang sering dilakukan apabila anak mengetahui bahwa dengan cara tersebut permintaannya dapat dipenuhi. Semakin sering anak temper tantrum semakin tinggi kecenderungannya untuk kembali memanfaatkan tantrum, ketika ia perlu berkomunikasi mengeluh, atau melampiaskan energi dan emosinya yang terpendam.

Menurut penelitian, anak laki-laki lebih banyak membutuhkan perhatian dibandingkan anak perempuan untuk mencapai suatu kemandirian karena perkembangan anak laki-laki dibagian otak depan yang berfungsi untuk mengenali rangsangan penting sebagai pengendalian diri lebih lambat daripada anak perempuan. Hal ini membuktikan bahwa anak laki-laki lebih cenderung emosi secara fisik sedangkan anak perempuan lebih menunjukkan bentuk verbal saat temper tantrum terjadi pada anak. Temper tantrum membuat orang di sekitarnya terpicu emosinya, mereka dapat menjadi bingung, malu, cemas, merasa bersalah, benci, kecewa dan tidak berdaya. Malahan bila anak sedang temper tantrum dibujuk sering kali

terjadi kebalikannya, anak semakin menjadi-jadi perilakunya ia menjerit, membanting-bantingkan diri bahkan mungkin menggunakan bahasa yang kotor.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini kami menggunakan jenis penelitian yang berupa pengumpulan data Studi Kepustakaan (*Library Research*). Studi kepustakaan merupakan penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan berbagai sumber artikel jurnal maupun buku yang sudah ada sebelumnya yang artinya kajian penelitian ini tidak diteliti secara langsung dilapangan. Populasi pada penelitian studi literature ini menggunakan anak usia dini. Data yang diperoleh dari hasil karya tulis berupa artikel jurnal maka dalam pengumpulan data ini peneliti menelusuri, kemudian membaca dan mencatat bahan-bahan yang diperlukan untuk memperoleh informasi yang berkaitan dengan pembahasan kemudian dianalisis dan disimpulkan sehingga mendapatkan data sesuai dengan permasalahan yang diteliti serta bahan rujukan dalam pembahasan hasil penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian perilaku temper tantrum sering dikatakan sebagai suatu reaksi yang berlebihan dari seorang anak ketika keinginannya tidak terpenuhi atau bila ada yang tidak sesuai dengan perasaan atau keinginannya. Perilaku temper tantrum biasanya nampak ketika seorang anak yang temper tantrum menghadapi situasi atau keadaan yang tidak sesuai dengan keinginannya (Amin, 2014). Menurut Ubaedy temper tantrum atau disebut tantrum,

merupakan suatu luapan emosi yang tidak terkontrol pada anak, yang sering muncul pada anak tahap usia toddler. Pada tahap usia ini anak-anak sudah mulai mengenal dunia dengan cara merangkak, berjalan, dan sering sekali harus menghadapi konflik dengan orang dewasa disekitarnya. Konflik ini muncul seiring dengan adanya berbagai kemauan anak yang tidak dipahami atau dipenuhi oleh orangtua, sehingga sering kali orang tua merasa kerepotan pada tahap ini (Forge, 2014).

Faktor penyebab anak mengalami temper tantrum menurut Soetjingsih dan Ranuh adalah rasa kecewa saat tidak bisa mendapatkan yang diinginkan. Perilaku yang tidak konsisten dapat menjadikan anak menjadi khawatir dan menarik diri, anak mulai berpikir bahwa akan dihukum atau diberi ganjaran atas perilakunya. Di sinilah anak mulai mengalami kebingungan (*ambiguity*) atas perlakuan dari orang tua dan guru yang tidak konsisten (Fatimah et al., 2020). Penyebab tantrum menurut (Fetsch & Jacobson, 1998) erat kaitannya dengan kondisi keluarga, seperti anak terlalu banyak mendapatkan kritikan dari anggota keluarga, masalah perkawinan pada orangtua, gangguan atau campur tangan ketika anak sedang bermain oleh saudara yang lain, masalah emosional dengan salah satu orangtua, persaingan dengan saudara dan masalah komunikasi serta kurangnya pemahaman orangtua mengenai tantrum yang meresponnya sebagai sesuatu yang mengganggu dan distress (Syamsuddin, 2013).

Gejala perilaku temper tantrum umumnya memiliki ledakan emosi tidak terkontrol yang terjadi pada anak usia 2 tahun hingga 5 tahun. Tantrum dibagi menjadi tiga jenis menurut Rini Hildayani, dkk (2009) yaitu:

1. Manipulative Tantrum. Manipulative Tantrum terjadi ketika seorang anak tidak memperoleh apa yang di

inginkannya. Perilaku ini akan berhenti saat keinginannya dituruti.

2. Verbal Frustration Tantrum. Tantrum jenis ini terjadi ketika anak tahu apa yang ia inginkan tetapi ia tidak tahu bagaimana cara menyampaikan keinginannya secara jelas. Pada kejadian ini anak akan mengalami frustrasi.
3. Temperamental Tantrum. Temperamental Tantrum terjadi ketika tingkat frustrasi anak mencapai tahap yang sangat tinggi, dan anak menjadi sangat tidak terkontrol, sangat emosional anak akan merasa sangat lelah dan sangat kecewa. Pada tantrum jenis ini anak sulit untuk berkonsentrasi dan mendapatkan kontrol terhadap dirinya sendiri. Anak tampak bingung dan mengalami disorientasi. Walaupun mereka tidak minta tolong, tetapi sesungguhnya mereka sangat membutuhkannya (Amin, 2014).

Gejala lain perilaku tantrum lebih mudah terjadi pada anak-anak yang memiliki ciri-ciri sulit menyesuaikan diri dengan situasi, makanan dan orang-orang baru, kebiasaan tidur, makan dan buang air besar tidak teratur, lambat beradaptasi terhadap perubahan, suasana hati (moodnya) lebih sering negatif, mudah terprovokasi, gampang merasa marah atau kesal dan sulit dialihkan perhatiannya (Syamsuddin, 2013).

Perilaku tantrum pada anak dapat mempengaruhi perkembangan emosional jika dibiarkan berlarut-larut. Seperti contoh ketika perilaku tantrum anak dilihat oleh anak yang tidak tantrum maka anak yang lain akan cenderung untuk meniru kejadian yang ada. Perilaku tantrum

tidak selamanya merupakan hal yang negatif bagi perkembangan anak, namun memiliki beberapa hal positif seperti anak memiliki keinginan mulai mengekspresikan individualitasnya dalam mengemukakan pendapat, mengeluarkan rasa marah dan frustrasi, serta berusaha membuat orang dewasa mengerti ketika anak merasa bingung, kelelahan atau sakit. Bila orang dewasa bertindak keliru dalam mengatasi tantrum pada anak maka satu kesempatan baik untuk mengajarkan anak tentang bagaimana caranya bereaksi yang wajar terhadap emosi yang normal, misalnya, takut, frustrasi, marah, dan kesal akan hilang. Perilaku tantrum dapat diatasi dengan berbagai hal, orang tua mempunyai peranan penting dalam pola asuh yang dapat melatih perkembangan emosi anak yaitu dengan komunikasi yang baik dengan anak dan melalui rangsangan permainan yang dapat dilakukan oleh guru disekolah melibatkan permainan yang dekat dengan dunia bermain anak. Setelah dicermati dengan baik anak usia dini yang memiliki temper tantrum, ada beberapa langkah yang bisa dilakukan untuk menanganinya, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Berusaha tenang: tarik nafas dalam dan cobalah menenangkan diri menghadapi perilaku temper tantrum saat itu.
2. Mencoba mengerti dan memahami jenis tantrum apa yang terjadi pada saat itu: manipulative tantrum, verbal frustration tantrum, dan temperamental tantrum.
3. Buat anak menyatakan keinginannya: bantu anak untuk menyatakan apa yang diinginkan atau apa yang tidak diinginkan anak, dengan harapan agar anak tahu bahwa orang tuanya memahami, mengerti perasaan dan keinginannya, misalnya ibu

tahu kamu tidak suka, ibu belikan makanan ini, tapi kamu harus tahu bahwa ibu membelikan ini agar kamu menjadi sehat dan kuat.

4. Beri alternatif: tawarkan beberapa alternatif lain misalnya sekarang ibu tidak menginginkan kamu beli es krim, tapi kamu bisa beli roti, atau susu bagaimana?
5. Beri pelukan cinta : bila temper tantrum berlangsung terus bahkan reaksi emosi anak semakin kuat, cobalah untuk memeluk anak dengan penuh rasa cinta dan sayang. (Herawati, 2012)

Selain itu, perlu dibangun sebuah sistem reward (penghargaan) untuk menjaga anak tetap berperilaku terkontrol. Untuk anak yang usianya lebih tua perlu diajarkan dan dilatih dengan coping skill dalam menghadapi situasi yang dapat membuat anak tantrum. Penghargaan yang diberikan pada saat tantrum terjadi adalah tindakan yang tidak tepat sebab akan mengkondisikan anak untuk selalu mengulangnya.

Peran guru juga menghadapi anak yang berperilaku temper tantrum tidak jauh berbeda dengan orang tua. Ini adalah suatu hal yang wajar. Ada beberapa cara yang sederhana untuk membantu para guru menghadapi perilaku temper tantrum seperti:

1. Mencoba mencatat tentang hal-hal yang dapat menyebabkan anak berlaku temper tantrum seperti ketika anak merasa lapar, terlalu lelah, terlalu terstimulasi
2. Mencoba untuk mengendalikan diri.
3. Jangan berargumentasi atau mencoba menjelaskan tindakan Anda kepada anak yang sedang tantrum.

4. Jangan memberikan reward terhadap perilaku tantrum mungkin di rumah anak selalu ditutupi, tetapi di PAUD anak harus belajar mengendalikan emosinya dan keinginannya. Ajarkan mana yang penting dan tidak. Jangan terpengaruh dengan tantrum anak, meskipun saat itu merasa bersalah atau bodoh. Anda harus dapat mengatakan “tidak” meskipun anak menunjukkan perilaku tantrum.
5. Hindari penggunaan obat (Amin, 2014).

Perilaku tantrum pada anak-anak juga dapat diatasi melalui permainan. Permainan dipakai untuk mengatasi perilaku tantrum pada anak dikarenakan pada masa *golden age* atau usia anak-anak adalah usia dimana anak senang melakukan berbagai macam permainan yang menyenangkan. Permainan yang dapat melatih kesabaran, perkembangan emosi anak, sekaligus dapat mengasah kecerdasan otak anak salah satunya adalah ular tangga dan puzzle. Permainan ini merupakan permainan sederhana yang dimainkan oleh 2 orang atau lebih dengan menggunakan dadu serta terdapat ular dan tangga di dalam permainan. Pemenang ditentukan jika bidak pemain sampai di nomor terakhir (Supriyanti & Hariyanti, 2019).

Bermain merupakan bagian masa kanak-kanak yang merupakan media untuk memfasilitasi ekspresi bahasa, ketrampilan komunikasi, perkembangan emosi, keterampilan sosial, keterampilan pengambilan keputusan dan perkembangan kognitif pada anak-anak. Bermain pada anak-anak seperti berbicara pada orang dewasa (Lanavia, 2018). Permainan ini memiliki dampak psikologi yang dapat diterapkan pada anak yang mengalami temper tantrum. Melalui permainan ular tangga anak akan belajar mengenal berhitung, angka, dan tentu melatih emosi anak untuk

bersabar, tidak sombong serta dapat menerima kekalahannya sehingga dapat berpengaruh dengan psikologis anak.

Perilaku temper tantrum pada anak juga dapat dimodifikasi melalui salah satu bentuk intervensi modifikasi *time-out*. Metode *time-out* merupakan teknik mengubah perilaku yang bermasalah pada anak berbasis pada hukuman dengan cara menempatkan anak dalam lingkungan yang terbatas tetapi tetap dalam pantauan untuk menurunkan perilaku menyimpang (Sinaga, 2015). Metode ini banyak digunakan oleh guru di sekolah dan orang tua di rumah dan termasuk jenis hukuman negatif untuk menghilangkan penguatan positif yang diterima anak setiap kali melakukan perilaku maladaptif.

Menurut Harris (1985) dalam Sinaga (2015), ada tiga tipe *time-out*:

1. *Exclusionary time-out*. Tipe ini membutuhkan tenaga ekstra dan menempatkan anak di ruang yang terpisah dari ruangan anak menunjukkan perilaku bermasalah biasa disebut *isolationary time-out*.
2. *Non-exclusionary time-out*. Tipe ini mengasingkan anak ke satu tempat yang tidak memungkinkan anak tersebut berinteraksi sosial, tetapi masih dalam ruangan yang sama agar tetap dapat diobservasi.
3. *Non-seclusionary time-out*. Tipe ini menempatkan anak di lingkungan yang berbeda dengan lingkungan anak di mana dia menunjukkan perilaku bermasalahnya tetapi masih di dalam satu ruangan yang sama (Sinaga, 2015).

Teknik *time-out* merubah perilaku anak dengan cara memberi waktu kepada anak untuk menenangkan diri selama 5-15 menit

ketika perilaku muncul kemudiann diberikan penguatan positif secara perlahan. Pada masa *time-out* pendidik diperkenankan mengawasi anak untuk berbicara kepada anak tetapi pendidik. Apabila anak melanggar peraturan, pendidik bisa dengan tenang mengembalikan anak ke tempat semula dan memutar ulang waktu (Cahya & Lestari, 2020).

Metode *time-out* bermanfaat, anak akan tampak lebih bahagia bagi anak yang sudah terampil dalam mengendalikan kemarahannya disini anak akan merasa bahwa lingkungan menerimanya. Keberhasilan metode *time-out* tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Spiegler & Guevremont (2003) dan Martin & Pear (2015) dalam Cahya & Lestari (2020), mendeskripsikan aplikasi *time-out* menyebabkan anak untuk meninggalkan aktivitasnya karena melakukan kesalahan atau pelanggaran dan menghabiskan beberapa waktu di arena *time-out* yang telah disediakan di sudut ruangan atau sebuah ruangan khusus yang disertai sebuah kursi didalamnya (Cahya & Lestari, 2020).

Menurut Alberto dan Troutman (2009) langkah-langkah penggunaan prosedur *time-out* sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi kembali perilaku sasaran yang akan diberikan *time-out*. Guru menjelaskan kepada subjek (anak) perilaku apa yang akan diberikan perlakuan. Guru juga memberitahukan kepada subjek yang berkaitan dengan berakhirnya waktu *time-out*.
2. Ketika perilaku muncul, kemudian subjek diidentifikasi kembali. Bawa subjek (anak) ke tempat *time-out* dengan tenang, apabila subjek menolak untuk dipindahkan, saran bagi guru antara lain: (a) meminta anak dengan lembut dan tegas, (b) menambahkan waktu *time-out*

apabila subjek menolak dengan cara menjerit, menendang, atau merusak barang-barang yang ada di kelas, (c) menuntut subjek (anak) untuk membereskan setiap kekacauan dari tempat penyisihan sesaat sebelum masuk ke dalam kelas, (d) menyiapkan konsekuensi lain apabila subjek menolak untuk dipindahkan. Ketika subjek (anak) sudah masuk ke area penyisihan sesaat, berarti sudah dimulai untuk menghitung waktu dengan menggunakan pengukur waktu atau stopwatch.

3. Setelah subjek selesai pada waktu *time-out*nya, subjek (anak) diminta untuk melakukan kegiatan seperti sebelum dikenakan *time-out*. Jangan berikan komentar kepada subjek mengenai perilaku yang ditimbulkan sehingga dapat dipindahkan ke tempat penyisihan sesaat. Jika subjek sudah kembali dan melakukan aktivitasnya, berikan rasa nyaman dan hindari dari benda atau aktivitas yang dapat membuat subjek (anak) menolak kegiatan pembelajaran (Cahya & Lestari, 2020).

Memarahi anak pada saat anak mengalami temper tantrum harus dihindari, untuk memperbaiki perilaku temper tantrum ini orang dewasa harus dapat mengekspresikan rasa cinta dan kasih sayang pada anak. Beri anak kesempatan untuk menyadari betapa sayang orangtua sangat menyayangnya. Dengan demikian jika memang temper tantrum disebabkan karena perilaku anak yang harus diluruskan maka pengajaran nilai dan norma akan lebih mudah untuk ditanamkan pada anak.

SIMPULAN

Perilaku tantrum adalah perilaku yang normal terjadi pada anak dan bersifat universal. Banyak orangtua yang merespon perilaku tantrum secara tidak tepat dengan menganggapnya sebagai sesuatu yang mengganggu dan distress. Anak dengan perilaku tantrum harus direspon dengan cara yang benar karena apabila salah maka akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan berikutnya. Apabila respon yang diberikan salah maka anak akan menjadi individu dengan disiplin dan belajar memecahkan masalah yang dihadapi semakin destruktif dan agresif bukan secara solutif. Tantrum dibagi menjadi tiga jenis menurut Rini Hildayani, dkk (2009) dalam Amin (2014) yaitu, manipulative tantrum, verbal frustration tantrum, dan temperamental tantrum. Gejala perilaku tantrum lebih mudah terjadi pada anak-anak yang memiliki ciri-ciri sulit menyesuaikan diri dengan situasi, makanan dan orang-orang baru, kebiasaan tidur, makan dan buang air besar tidak teratur, lambat beradaptasi terhadap perubahan, suasana hati (moodnya) lebih sering negatif, mudah terprovokasi, gampang merasa marah atau kesal dan sulit dialihkan perhatiannya (Syamsuddin, 2013).

Perilaku temper tantrum, pada anak dapat diatasi melalui permainan yang sekiranya dekat dengan dunia anak yang pada dasarnya bermain sambil belajar. Serta melalui metode *time-out* yaitu teknik modifikasi perilaku berbasis prinsip hukuman *operant conditioning*. *Time-out* merupakan teknik mengubah perilaku yang bermasalah pada anak berbasis pada hukuman dengan cara menempatkan anak dalam lingkungan yang terbatas tetapi tetap dalam pantauan untuk menurunkan perilaku menyimpang. *Time-out* dilakukan sebagai pilihan terakhir setelah pendekatan normatif-positif tidak berjalan dengan efektif. Jangan memarahi dan memberi hukuman pada

anak ketika ia sedang mengalami perilaku tantrum, akan tetapi berilah perlakuan yang nyaman aman menyenangkan, kehangatan, kelembutan, dan kesejukan pada anak dengan penuh cinta dan kasih sayang. Ajak anak berbicara apa yang ia inginkan, bukan berarti setiap keinginannya dipenuhi, tapi beri penjelasan alasan yang bisa dipahami anak, apabila ada keinginannya yang tidak bisa dipenuhi, dan beri alternative lain untuk memenuhi keinginannya itu. Bagi guru atau pembimbing pada pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), melakukan asesmen dari intervensi dini bagi anak yang berperilaku temper tantrum agar perilaku tersebut mendapat penanganan yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, A. (2014). Implementasi asesmen dan intervensi bagi anak berperilaku temper tantrum (Suatu Kajian Teori dan Studi Kasus). *Jurnal Kreatif Tadulako*, 17(1).
- Cahya, M., & Lestari, D. (2020). Stimulasi metode time-out dalam menerapkan sikap disiplin anak usia dini. *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3 (1), 60–69.
- Fatimah, S., Iriyanto, T., Anisa, N., & Malang, U. N. (2020). Studi kasus perilaku temper tantrum anak dalam bersosialisasi di TK Dharma Wanita Kempleng II. *PRESCHOOL: Jurnal Perkembangan dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 2 (1), 155–162.
- Forge, L. (2014). Strategi Ibu Mengatasi Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Usia Toddler Di Rumah Susun Keudah Kota Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*, 5(1).
- Herawati, N. I. (2012). Menghadapi anak usia dini yang temper tantrum. *Cakrawala Dini: Jurnal*

Pendidikan Anak Usia Dini, 3(2).

- Lanavia, F. S. (2018). Pengaruh strategi penanganan anak temper tantrum melalui terapi permainan puzzle. *Jurnal Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang*, 14(2), 236–239.
- Sinaga, J. D. (2015). *Time-out sebagai teknik modifikasi perilaku di sekolah dan di rumah: ulasan singkat dan rekomendasi 1*. 27–28.
- Supriyanti, E., & Hariyanti, T. B. (2019). Strategi mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga di TK Wilayah Tumpang Kabupaten Malang. *Jurnal Wiyata*, 001, 13–20.
- Syamsuddin. (2013). Mengenal Perilaku Tantrum Dan Bagaimana Mengatasinya. *Informasi*, 18(02), 73–82.