

PENGELOLAAN PERILAKU TANTRUM OLEH IBU TERHADAP ANAK USIA 12-48 BULAN

Wenny A. Lestari¹, Christina Erriana Putri², Rini Sugiarti³, dan Fendy Suhariadi⁴

^{1,2,3}Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Semarang, Indonesia

⁴Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia

E-mail: wenny414@gmail.com

Abstrak

Tantrum adalah gangguan tingkah laku berupa ledakan amarah yang kuat pada anak usia 12-48 bulan yang ditandai dengan sikap perilaku destruktif maupun tindakan verbal (menangis, berteriak, merengek) yang berlebihan secara berulang. Hal ini dikarenakan anak-anak sulit memahami perasaan dan emosi mereka yang masih labil akibat perasaan tidak nyaman atau ada permintaan yang sulit mereka sampaikan pada orang tua. Penelitian ini berfokus dan bertujuan untuk melihat gambaran pengelolaan emosi yang dilakukan oleh ibu terhadap perilaku tantrum anak yang berusia sekitar 12-48 bulan. Karena penelitian ini berfokus pada cara orang tua mengelola emosi anak tantrum, maka peneliti menggunakan teknik penentuan subjek dengan menggunakan purposive sampling. Prosedur pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan melakukan wawancara mendalam. Selanjutnya data dianalisis dengan model interaktif Miles dan Huberman. Hasil dari penelitian ini menunjukkan dengan bahwa empat dari lima subject secara eksplisit mengungkapkan bahwa komunikasi dan pengenalan emosi pada anak dapat membantu mengurangi perilaku tantrum secara bertahap. Sedangkan, salah satu responden lainnya memilih cara berupa pengalihan perhatian yang cenderung membuat anak tidak dapat mengenali apa yang tengah dirasakan sehingga tetap memunculkan perilaku tantrum dikarenakan anak belum mampu mengelola emosi dengan tepat, yang dalam penelitian ini ditunjukkan secara verbal seperti menangis ataupun berteriak.

Kata kunci: identifikasi emosi; komunikasi; perilaku tantrum; temper tantrum; anak

MANAGEMENT OF TANTRUM BEHAVIOR BY MOTHER ON CHILDREN AGED 12-48 MONTHS

Abstract

Tantrum is a behavioral disorder experienced by children aged 12 - 48 months that include an emotional outburst, for example: destructive behavior or verbal action (crying, screaming, whining) over and over again. The reason behind that action is because children find it difficult to understand their feeling and emotion moreover, they have unstable emotions due to discomfort feelings or difficult to deliver what they feel and what they want to their parents or others. This study focused on how to help children managing their emotions in mother's perspective. Because this research focused on parents with tantrum children, researcher used purposive sampling to specify the subject and collect the data using in-depth interviews. Furthermore, the data was analyzed by Miles and Huberman Model. The result showed that four out of five subjects explicitly reveal the communication and emotional identification were more effective to decrease tantrum behavior gradually. Whereas, one of them use diversion to distract attention. However, it was an ineffective way because, children cannot understand the emotion they feel and how to deliver it in a good way. The result was children will manipulate the surrounding with the same emotion. In this study, the emotion was shown verbally, such as crying loudly and screaming.

Keyword: communication; emotional identification; tantrum behavior; temper tantrum; children

Pendahuluan

Sebagaimana orang dewasa yang merasakan adanya emosi kesal, marah, dan kecewa, demikian pula pada anak usia dini. Terutama karena anak usia dini masih sulit untuk mengelola emosi yang dirasakan. Dalam Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 60 Tahun 2013, anak usia dini adalah bayi yang baru lahir hingga anak-anak yang belum genap berusia 6 tahun. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2020), jumlah anak usia dini di Indonesia adalah sebanyak 32,960,000 orang atau 12,19% dari total penduduk Indonesia. Dari total keseluruhan anak usia dini tersebut, BPS membaginya berdasarkan kelompok usia sebagai berikut: 14,39% anak berusia kurang dari 1 tahun, 56,43% kelompok usia 1-4 tahun, lalu sisanya sebanyak 29,19% adalah anak berusia 5-6 tahun.

Seringkali bila kita perhatikan ketika berada di tempat umum, kita akan menemui peristiwa dimana terdapat anak-anak usia dini yang menangis, berteriak, hingga menghentak-hentakkan kaki ataupun merajuk dengan duduk di lantai sembari menendang-nendangkan kakinya. Beberapa pertanyaan yang terkadang dilontarkan kepada orang tua anak adalah apakah perilaku tersebut juga terjadi di rumah, ataukah hanya ketika berada di tempat umum. Sebagian orang berpikir bahwa apa yang dilakukan sang anak adalah drama agar orang tua merasa perlu menuruti keinginan anak-anak mereka agar drama tersebut dapat segera berhenti. Lalu, darimana anak-anak belajar memainkan drama tersebut? Ternyata, kondisi seperti yang telah disebutkan sebelumnya disebut dengan *Temper Tantrum* dan sering kali kita perhatikan banyak anak - anak menunjukkan adanya perilaku tantrum khususnya untuk anak-anak di usia 12 hingga puncaknya pada usia 36 bulan (Fetsch&Jacobson, 2013; Watson,Watson & Gebhardt, 2010) yang dilakukan ditempat umum dengan berbagai macam alasan. Temper tantrum adalah kondisi emosional berupa masalah perilaku yang umum dialami anak usia prasekolah (Jacobson&Fetsch, 2013). Perilaku ini biasanya ditunjukkan untuk mengekspresikan rasa frustrasi anak (Wulandari, 2013). Contoh yang paling sering terjadi di tempat umum adalah ketika anak meminta sesuatu dan menerima penolakan khususnya dari orang tua. Penting bagi orang tua untuk bisa bersikap dengan tepat dan tenang dalam menangani anak-anak dalam kondisi tantrum. Seperti berusaha tenang, mengidentifikasi temper tantrum anak, bantu anak menyatakan keinginannya, beri alternatif, serta jangan lupa untuk memberi pelukan cinta (Herawati, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Supriyanti dan Hariyanti (2019) ditemukan bahwa cara yang dapat digunakan untuk mengurangi atau mengatasi kondisi tantrum pada anak dengan permainan ular tangga.

Apakah perilaku tersebut akan hilang dengan sendirinya? Menurut Watson, Watson & Gebhardt (2010) mengatakan bahwa seiring berkembangnya kemampuan berbahasa anak, anak mulai menggunakan bahasa yang jelas untuk melakukan penolakan maupun permintaan tertentu, namun tidak menutup kemungkinan anak masih menggunakan perilaku tantrum karena anak-anak memahami bahwa perilaku itu merupakan cara paling efektif dan efisien untuk meminta atau memaksakan atau menghindari dari hal-hal yang tidak mereka inginkan. Banyak dari kita akan mengatakan bahwa pola pengasuhan orang tua lah yang menjadi faktor utama dari perilaku yang kerap ditunjukkan tersebut. Menurut berbagai literatur, memang meskipun banyak faktor-faktor yang mempengaruhi, nyatanya pola asuh orang tua lah yang menjadi faktor utama yang menyebabkan timbulnya perilaku tantrum yang kerap kali dilakukan oleh anak - anak di tempat umum. Namun, tidak bisa kita hanya melihat dari satu faktor saja, karena kondisi ini menyangkut banyak hal yang cukup kompleks.

Poin penting lainnya adalah bahwa tidak ada intervensi dari pihak lain dalam menangani kondisi tantrum pada anak, misalkan nenek-kakek. Sehingga, orang tua lah yang memegang kendali atas

penanganan perilaku tantrum yang dihadapi. Hal ini menjadi penting karena ini berhubungan erat pada konsistensi. Terutama pada budaya ketimuran dimana sosok nenek kakek biasanya cenderung lebih lunak dalam menghadapi kemarahan anak-anak, berbeda halnya dengan ayah ibu yang lebih tegas. Seperti yang diutarakan Fetsch & Jacobson (2013), bahwa salah satu penyebab anak tantrum adalah karena adanya ketidak konsistenan dalam menerapkan kedisiplinan.

Dari fenomena yang sering nampak tersebutlah, peneliti mendapatkan satu pertanyaan besar yang perlu untuk dicari tahu, yaitu: Bagaimanakah cara mengelola emosi anak untuk menurunkan intensitas munculnya perilaku *Temper Tantrum* di tempat umum? Dari pertanyaan yang muncul, maka penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu cara - cara yang dapat dipraktekkan oleh para orang tua agar bisa membantu mengurangi atau menurunkan intensitas perilaku temper tantrum pada anak.

Manfaat yang didapatkan dari penelitian ini diharapkan dapat dirasakan oleh anak dan juga orang tua, seperti 1) orang tua mampu untuk lebih *aware* terhadap perilaku tantrum yang ditunjukkan anak, sehingga orang tua tidak hanya melakukan pembiaran atas perilaku tantrum yang ditunjukkan karena orang tua menganggap apa yang dialami anak - anak merupakan fase yang umum terjadi, namun juga agar orang tua mengerti cara menanganinya, 2) bagi anak juga diharapkan dari penelitian ini, setelah orang tua mengimplementasikan cara - cara untuk menangani kondisi tantrum, secara tidak sadar anak bisa meregulasi emosi yang mereka rasakan, membantu anak lebih memahami "cara" hidup secara sosial yang harus saling memahami, mengalah, menerima dan tidak menang sendiri, sehingga seiring berjalannya waktu perilaku tantrum yang dialami anak dapat lebih terkontrol dengan lebih baik.

Menurut psikiater anak dan remaja Steven Dickstein yang disampaikan oleh Miller (2020), tantrum merupakan gejala yang ditunjukkan anak yang sedang bergumul dengan emosi yang sulit atau tidak bisa mereka atur dan emosi utama yang dirasakan adalah kemarahan yang menyebabkan anak-anak kehilangan kendali yang dilepaskan dalam versi anak-anak. Dari berbagai definisi ahli, tantrum yang penulis simpulkan dan gunakan sebagai pedoman pada penelitian ini adalah gangguan tingkah laku berupa ledakan amarah yang kuat pada anak berusia 12 hingga 48 bulan dengan ditandainya sikap perilaku destruktif ataupun tindakan verbal (menangis, berteriak, merengek) yang berlebihan secara berulang. Perilaku ini muncul disebabkan oleh adanya pemicu sebagaimana yang disampaikan oleh Fetsch & Jacobson (2013) yaitu:

"There can be many causes of temper tantrums. Some of the causes are indicators of family problems: inconsistent discipline, criticizing too much, parents being too protective or neglectful, children not having enough love and attention from their mother and father, problems within the marriage, interference within play, emotional problems for either parent, meeting a stranger, rivalry within brothers or sisters, having problems within speech, and illness."

Bisa juga dikatakan bahwa penyebab dari *temper tantrum* antara lain masalah keluarga seperti: penerapan kedisiplinan yang tidak konsisten, terlalu banyak mengkritik, orang tua yang *over protective* atau mengabaikan anak, anak - anak yang tidak mendapatkan cukup cinta dan perhatian orang tua, masalah dalam pernikahan, gangguan saat bermain, masalah emosional karena orang tua, bertemu dengan orang asing, persaingan dengan saudara, memiliki masalah bicara, dan penyakit tertentu. Hampir sama seperti yang disampaikan oleh Watson, Watson & Gebhardt (2010) bahwa anak menggunakan perilaku temper tantrum untuk: *menunjukkan rasa frustrasi* (misalkan ketika anak sedang menggunakan permainan untuk menunjang motor skillnya tapi ternyata permainan tersebut diatas kemampuannya, yang akhirnya menimbulkan rasa frustrasi), *mengharapkan perhatian atau*

memaksa untuk memperoleh benda tertentu (misalkan ketika anak mulai berteriak di kasir suatu toko ketika orang tuanya tidak membelikannya sekantong permen yang diminta), atau *untuk melarikan diri atau menghindari dari kegiatan yang tidak menyenangkan* (misalkan ketika waktu tidur atau ketika anak diminta untuk berpindah dari satu kegiatan yang diminati ke kegiatan yang nampak membosankan).

Perilaku tantrum yang dialami oleh anak setidaknya memiliki beberapa fase yang dilalui dalam satu kejadian. Bermula dari fase pertama yang disebut *Prodroma*, dimana emosi terjadi secara tiba-tiba dan tidak diduga, biasanya terjadi ketika anak mengalami suasana hati yang buruk. Fase berikutnya adalah *Confrontation*, pada fase ini ditandai dengan luapan emosi anak seperti berteriak, menjerit dan memukul. Pada fase selanjutnya, disebut dengan *Sobbing* karena anak menangis secara intens dan amukannya mulai mereda sehingga anak mulai lebih tenang. Pada fase terakhir disebut *Reconciliation* dan merupakan akhir dari tantrum yang dialami anak dan orang tua dapat menunjukkan bahwa orang tua mengalah dan anak meyakinkan dirinya dengan meminta atau mengharapkan pelukan dari orang tua dan akhirnya situasi akan kembali normal (Potegal dan Davidson, 2003).

Adapun perkembangan perilaku tantrum pada anak akan berubah sesuai dengan tahapan usia setiap anak. Borba (2009) mencoba mengklasifikasikan perkembangan tingkah laku tantrum pada anak menjadi 4 (empat) fase sebagai berikut: 1) anak usia 2-3 tahun di mana anak pada usia ini 80% menunjukkan perilaku tantrum, dan 20% anak tantrum 2 kali atau lebih dalam sehari, 2) anak usia prasekolah (3-5 tahun) di mana anak usia prasekolah 20% diantaranya melakukan tantrum 2 kali atau lebih dalam sehari dan anak di atas usia 4 tahun hanya 11% yang menunjukkan perilaku tantrum lebih dari 2 kali sehari, 3) anak usia sekolah (6-8 tahun) di mana anak usia ini seharusnya tidak menunjukkan perilaku tantrum, seandainya ada persentasenya sangat kecil. Tantrum pada anak usia sekolah ditunjukkan dengan perilaku impulsif, membangkang, mudah frustrasi, dan mudah “meledak” jika sedang marah. Tingkah laku tantrum ini muncul jika anak mengalami trauma, diatur orang tua dengan sangat ketat atau karena perubahan lingkungan yang tajam karena pindah rumah atau perceraian, 4) tantrum pada usia remaja dan dewasa, beberapa orang remaja dan dewasa juga dapat menunjukkan perilaku tantrum. Perilaku tantrum pada remaja dan orang dewasa ditunjukkan dengan mengamuk ketika keinginannya tidak dapat dipenuhi. Perilaku ini yang masih menetap hingga usia dewasa memerlukan pertolongan ahli.

Perilaku anak yang sering mengalami tantrum dapat diamati pada beberapa gejala yang sering muncul sebagaimana dikemukakan oleh Mashar (2011), seperti anak memiliki kebiasaan tidur, makan, dan buang air besar tidak teratur, sulit beradaptasi dengan situasi, makanan, dan orang-orang baru; Lambat beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi, *mood* atau suasana hatinya lebih sering negatif, anak sering merespons sesuatu dengan penolakan, mudah dipengaruhi sehingga timbul perasaan marah atau kesal; perhatiannya sulit dialihkan, memiliki perilaku yang khas, seperti menangis, menjerit, membentak, menghentak hentakkan kaki, merengek, membanting pintu, memecahkan benda, memaki, mencela diri sendiri, menyerang kakak/adik atau teman, mengancam, dan perilaku-perilaku negatif lainnya.

Jenis-jenis tantrum dapat dibedakan menjadi *manipulative tantrum*, *verbal frustration tantrum*, dan *temperamental tantrum* (Hildayani, 2009). *Manipulative tantrum* adalah ketika seorang anak tidak mendapatkan apa yang diinginkan dan akan berhenti ketika apa yang diinginkan tersebut diberikan. *Verbal frustration tantrum* terjadi ketika anak tidak mampu menyampaikan keinginannya dengan jelas. Seiring berjalannya waktu, dan semakin anak mampu menjelaskan apa yang menjadi keinginan atau

permintaannya, perilaku tantrum akan semakin berkurang. Di sisi lain, *temperamental tantrum* terjadi ketika anak mengalami tingkat frustrasi yang cukup tinggi dan tidak terkontrol. Anak akan menjadi 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.

Faktor-faktor penyebab *temper tantrum* diantaranya, yaitu faktor fisiologis (seperti lelah, lapar, sakit), faktor psikologis (seperti anak merasa stress, gagal atau tidak aman), faktor orangtua (seperti pekerjaan, pola asuh komunikasi) dan faktor lingkungan (Kirana, 2013).

Metode Penelitian

Dalam menjawab pertanyaan yang menjadi rumusan masalah, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Hal itu dikarenakan data yang akan disajikan berupa kalimat - kalimat deskriptif untuk menggambarkan setiap jawaban yang diberikan oleh responden dalam bentuk wawancara antara peneliti dan subjek penelitian. Sebagaimana pada penelitian kualitatif lainnya, peran peneliti adalah sebagai perencana, pengumpul informasi, penganalisa, hingga penemu hasil penelitian. Posisi peneliti dalam hal ini adalah sebagai teman, pengamat, serta observer kegiatan. Adanya peneliti juga telah diketahui dan mendapat persetujuan dari subjek dan pihak-pihak terkait lainnya.

Sumber data pada penelitian ini diperoleh dari informan yang dipilih berdasarkan teknik sampling. Sampel pada penelitian ini ditentukan secara *purposive*, yakni dipilih berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian sebagaimana yang telah tercantum pada pembahasan sebelumnya. Penentuan sampel dari populasi penelitian ini tidak berfokus pada jumlah yang besar, tidak kaku (dapat berubah sesuai dengan pemahaman konseptual yang berkembang), dan diarahkan pada kecocokan konteks. Mengacu pada hal tersebut, sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak berusia 12-48 bulan dengan gejala *temper tantrum* sejumlah 5 (lima) orang. Tempat yang dipilih dalam pengambilan data adalah rumah dari masing-masing responden. Dimana alasan pemilihan lokasi tersebut agar peneliti dapat melakukan observasi perilaku anak dan perlakuan orang tua secara lebih alamiah, serta situasi yang nyaman dalam pengambilan data interview. Adapun waktu penelitian dimulai dari Sabtu - Minggu, 16 - 17 Januari 2021.

Berikut adalah tabel karakteristik responden dalam penelitian:

Tabel 1. Demografi Responden

Keterangan	Responden 1	Responden 2	Responden 3	Responden 4	Responden 5
Usia	32 tahun	28 tahun	29 tahun	28 tahun	25 tahun
Pendidikan terakhir	Sarjana	Sarjana	SMA	Diploma	Sarjana
Jumlah anak	2	1	2	1	1
Usia dan jenis kelamin anak	1 perempuan 60 bulan dan 1 laki-laki 41 bulan	1 laki-laki 22 bulan	1 laki-laki 44 bulan] dan 1 perempuan 36 bulan	1 laki-laki 15 bulan	1 laki-laki 24 bulan
Status pekerjaan	Bekerja	Bekerja	Tidak bekerja	Tidak bekerja	Tidak bekerja

Dalam pengumpulan data, metode yang digunakan adalah wawancara (*Interview*). Penelitian ini menggunakan wawancara secara langsung terhadap subjek penelitian untuk mengetahui kondisi secara langsung antara orang tua dan anak yang diteliti. Jenis jenis pertanyaan yang akan diajukan adalah seputar identitas diri orang tua dan anak, seperti profesi guna melihat apakah orang tua yang bekerja memiliki pengaruh terhadap bagaimana cara mengatasi tantrum pada anak.

Berikut adalah contoh panduan pertanyaan dalam penelitian ini:

1. Pemahaman orang tua terhadap perilaku tantrum anak
 - a. Ketika anak Ibu sedang bosan, perilaku seperti apa yang ditunjukkan?
 - b. Pernahkan anak Ibu meminta sesuatu, namun belum dapat dipenuhi lalu anak merengek atau berteriak hingga melempar barang?
 - c. Berapa lama perilaku tersebut bertahan? Masih dalam rentang menit atau hingga hitungan jam?
 - d. Biasanya perilaku tersebut lebih sering ditunjukkan anak hanya ketika berada di lingkungan rumah/keluarga saja, atau juga di tempat umum?
2. Pertanyaan pendalaman tentang tantrum
 - a. Apakah Ibu pernah mendengar mengenai tantrum sebelumnya?
 - b. Apa saja yang Ibu ketahui mengenai tantrum?
 - c. Perilaku-perilaku yang ditunjukkan anak ketika mengalami tantrum misalnya dari beberapa perilaku berikut, perilaku manakah yang sering ditunjukkan berulang kali? Menangis, berteriak, merengek?
 - d. kondisi yang mempengaruhi perilaku anak misalnya biasanya apa saja yang membuat tantrum anak kembali muncul?
 - e. Bagaimana orang tua menyikapi kondisi tantrum? Apa yang Ibu lakukan ketika anak seperti itu (menangis / berteriak/ merengek)? Setelah perilaku tantrum anak menurun, apa yang Ibu lakukan? Pernahkah Ibu berdiskusi dengan anak terkait sikap tantrumnya? Seperti apa yang anak rasakan sehingga menunjukkan gejala tantrum? Apakah ada kata-kata atau tindakan Ibu yang membuatmu marah dan tidak enak hati? Bagaimana bila kedepannya anak tetap melakukan tantrum?
 - f. Peran suami atau ayah serta orang terdekat dalam penanganan perilaku tantrum anak ketika anak menunjukkan gejala tantrum, siapakah yang paling sering mengatasi? Apakah ayah atau ibu? Apakah ada keterlibatan anggota keluarga lain dalam menangani tantrum anak, seperti nenek ataupun kakeknya?

Teknik analisis data yang dilakukan adalah dengan menggunakan teknik analisis data deskriptif yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman (Sugiyono, 2009), yang mencakup reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan kesimpulan verifikasi (*conclusion drawing*).

Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukannya wawancara secara mendalam (*in-depth interview*), ada beberapa hal menarik yang dapat dituangkan dan menjadi pertimbangan - pertimbangan bagi penelitian - penelitian selanjutnya berhubungan dengan pengelolaan emosi pada anak dengan perilaku *temper tantrum*.

Pada responden 1, yakni ibu bekerja dengan dua orang anak yang jarak usianya tidak terlalu jauh, menunjukkan bahwa ternyata ibu tidak memahami secara utuh mengenai *temper tantrum*. Hal tersebut terlihat dari penjelasan ibu tentang durasi serta intensitas perilaku yang tidak menunjukkan

perilaku tantrum yang dalam definisi nya bisa 2 kali atau lebih dalam satu hari. namun, ternyata Responden menyampaikan bahwa anak mengalami tantrum sebanyak tiga kali dalam seminggu dan cenderung cepat untuk meredakan emosinya, sehingga emosi anak masih belum tergolong ke dalam kategori tantrum. Pada pertanyaan lainnya, dijelaskan bahwa hal yang menjadi faktor penyebab dari tantrum-nya adalah karena berebut dengan kakaknya sehingga, ibu akan lebih memilih menasehati kakaknya.

“iya, seringnya sih karena rebutan mainan ya, biarpun kakaknya cewek dan adiknya cowok, tapi kadang adiknya suka iri kalo kakaknya dapet mainan baru tapi adiknya nggak dapet. Jadi, karena yang lebih tua sudah lebih paham untuk diajak bicara, jadi akan lebih mudah untuk saya ‘minta’ kakaknya untuk mengalah. Kita juga sering ngobrol sih kalo ada masalah kakak sama adiknya. Jadi sebisa mungkin kakaknya ndak merasa sebagai orang tua pilih kasih.”

Pada responden 2 (seorang ibu dengan 1 anak laki - laki usia 22 bulan) berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa ibu cukup memahami tentang definisi tantrum dan anak sedang berada pada fase tersebut meskipun tidak terlalu sering, seperti dalam 1 hari tantrum anak terjadi 1-2 kali. Tantrum yang dialami karena anak menginginkan sesuatu namun belum mampu mengutarakan keinginannya dengan baik dan perilaku yang muncul adalah menangis dengan kencang sambil memanggil-manggil ibunya atau berteriak teriak cukup histeris. Sehingga, untuk meredakan emosi anak, ibu berusaha mengkomunikasikan apa yang diinginkan anak secara perlahan, dan menjelaskan konsekuensi - konsekuensi dari perilaku nya tersebut.

“Saya coba jelaskan, jika anak marah-marah atau menangis ketika meminta sesuatu, maka anak tidak akan mendapatkan apa yang di inginkan. Terkadang hal tersebut cukup efektif untuk meredakan emosi anak. Tpi tidak jarang anak tetap tidak mau mendengarkan kata-kata orang tua. Sehingga kami menunggu anak benar-benar tenang dulu baru kami ngobrol pelan-pelan dengan bahasa yang lebih santai.”

Responden 3, seorang ibu rumah tangga dengan 2 anak yang jarak usianya relatif berdekatan. Anak pertama laki-laki usia 44 bulan dan anak kedua perempuan usia 3 bulan. Ibu cukup memahami definisi dari tantrum karena kondisi anak yang sering melakukan tindakan fisik seperti memukul, atau verbal seperti menangis dan berteriak. Orang tua cenderung akan menunggu atau membiarkan anak sampai lebih tenang, sedangkan ketika anak mulai melakukan tindakan fisik seperti memukul, maka ayahnya akan ikut membantu menenangkan anak. Kondisi tantrum yang dialami anak pun masih dapat dikategorikan aman karena dalam sehari anak mengalami tantrum setidaknya 1-2x saja. Faktor yang menjadi penyebab tantrum adalah kecemburuan karena ada adik yang jarak usianya tidak terlalu jauh, serta sulitnya mengutarakan keinginannya karena anak belum cukup lancar berbicara.

“Yang besar sih sebenarnya suka punya adik, mbak. Cuman kalo saya lebih banyak memegang adiknya suka caper kakaknya. Nanti kalo udah jengkel, kakaknya suka tiba-tiba ngerengek. Jadi saya harus tetep gimana caranya ngasih perhatian kalo adiknya lagi tidur.”

Responden 4, seorang ibu rumah tangga dengan 1 anak laki-laki berusia 15 bulan, di mana masih belum mampu mengutarakan keinginannya serta kondisi lingkungan yang baru karena baru saja pindah kota tinggal. Kondisi tantrum yang dialami adalah anak yang menangis dengan sangat kencang

dan rewel. Cara yang dilakukan ibu adalah dengan mengalihkan perhatian anak pada hal yang lainnya, di bawa berjalan jalan keluar, atau di diamankan sejenak. Dalam kasus pada responden 4, ibu tidak melakukan komunikasi lebih lanjut, seperti kenapa anak rewel? Apa yang anak inginkan dan lain sebagainya, karena menurut ibu, si anak masih terlalu kecil untuk memahami yang coba dijelaskan oleh orang tua. Dalam sehari anak mengalami kondisi tantrum setidaknya 1 kali.

“Ya anaknya belum mudeng [belum paham] sih ya kayanya kalo mau diajak ngobrol. Jadi ya palingan yang paling gampang kalo di slimurin aja kalo anaknya udah mulai ngerengek-ngerengek (yang paling mudah kalau dialihkan ke hal lain). Nanti kalo anaknya udah lebih mudeng ya mungkin baru di kasi tau pake cara yang lebih bener.”

Responden 5, seorang ibu rumah tangga dengan anak usia 24 bulan. Responden memahami tentang istilah tantrum. Dan anak beberapa kali menunjukkan perilaku tantrum meskipun tidak ekstrim. Anak hanya menunjukkan perilaku tantrum ketika anak sedang bermain dan ada sesuatu yang terjadi tidak sesuai keinginan, misalnya menyusun balok dan anak kesulitan atau balok yang dibangun terjatuh dan sejenisnya. Jika anak menunjukkan perilaku tantrum yang masih wajar (hanya menangis atau berteriak) ibu akan *handle* anak sendiri. Namun, ketika anak sudah mulai memukul, maka ayah akan membantu menghadapi perilaku anak.

“Anaknya sebenarnya gampang ya, cuma ya gitu agak-agak jengkelan kalo main ada yang ndak kebenaran. Tapi sebenarnya nenanginny cenderung gampang. Tapi tetep mood-mood an ya, kalo emang lagi bete, atau capek dia memang jadi lebih susah buat ditenangin. Nah, kalo udah yang kaya gitu udah bagian ayahnya sih yang handle”

Kesamaan dari lima (5) responden tersebut adalah tidak adanya campur tangan atau intervensi dari keluarga yang lain (nenek atau kakek). Hal tersebut memberi kebebasan bagi orang tua untuk mendidik anaknya, sesuai cara orang tua itu sendiri. Karena seperti yang kita tahu, nenek atau kakek cenderung memanjakan anak, sehingga orang tua akan kesulitan mendidik anak-anaknya, hal tersebut dapat berpengaruh terhadap konsistensi (Fetsch & Jacobson, 2013).

Dari hasil yang didapatkan, ditemukan beberapa hal yaitu faktor yang nampak muncul pada anak dapat dilihat sebagian besar adalah faktor psikologis berupa kondisi anak yang stress seperti merengek dan menangis secara berlebihan terjadi pada tiga responden yakni responden 1, responden 3, dan responden 5. Sedangkan perilaku tantrum berupa menangis sambil berteriak akibat anak mengalami kegagalan saat melakukan suatu kegiatan nampak pada responden 4 dan responden 5. Dapat diperhatikan bahwa faktor yang muncul, sesuai dengan yang disampaikan oleh Kirana (2013), yaitu: faktor fisiologis (seperti lelah, lapar, sakit), faktor psikologis (seperti anak merasa stress, gagal atau tidak aman), faktor orangtua (seperti pekerjaan, pola asuh komunikasi) dan faktor lingkungan.

Hal lain yang dapat diperhatikan adalah, dari Jenis-jenis tantrum yang dijabarkan oleh Hildayani (2009), yaitu *manipulative tantrum*, *verbal frustration tantrum*, dan *temperamental tantrum*. Dapat terlihat bahwa dari kelima responden, kelimanya berada pada jenis tantrum *verbal frustration tantrum*, di mana anak kesulitan untuk menyampaikan keinginannya karena usia yang masih terbata-bata dalam menyampaikan sesuatu secara langsung. Pada penelitian ini terdapat tiga dari lima orang tua yang mampu menyadari dan memahami kondisi tersebut, yakni responden 2, 3, dan 5. Ketiga responden memberikan reaksi yang tepat dengan mencoba mengkomunikasikan dan mengajarkan anak untuk

menyampaikan apa yang menjadi keinginan dan kesepakatan atau konsekuensi di kemudian harinya. Sedangkan dua lainnya cenderung mengabaikan atau sekedar mengalihkan sehingga pada periode waktu berikutnya, sikap tantrum cenderung menjadi senjata yang digunakan oleh anak guna memenuhi keinginannya. Hal ini juga terlihat pada sesi observasi di mana orang tua yang belum menyadari akan jenis tantrum tersebut, setelah gejala tantrum anak mereda, responden akan kembali beraktivitas seperti biasa karena dianggap sebagai hal yang wajar terjadi pada anak usia dini. Sebagian responden juga sekedar mengalihkan perhatian anak dengan berbohong, menggendong keluar (berkeliling), menunjukkan objek lain untuk menggantikan fokus anak (contoh memberikan *handphone* atau menunjukkan benda-benda yang ada di sekitar), dan mencari hal pengganti yang disukai anak (memberikan mainan/makanan kesukaan anak). Sebaliknya, responden yang memahami akan hal tersebut, ketika tantrum anak mereda, orang tua akan segera mengajak anak untuk berdiskusi dan mengutarakan apa yang ada di pikiran anak maupun orang tua serta langkah berikutnya. Pada penanganan tersebut intensitas anak mengalami tantrum menjadi jarang muncul ataupun tidak semakin parah. Dengan demikian, apabila orang tua mengenali dan memahami kondisi tersebut ketika tantrum kembali muncul, orang tua dapat menentukan langkah berikutnya guna mengurangi intensitas dan meminimalisir keparahan tantrum anak.

Dari beberapa pertanyaan yang diajukan peneliti, kelima orang tua yang ditanyakan tentang pengertian temper tantrum, mengatakan bahwa tantrum merupakan perilaku anak-anak yang meledak-ledak ketika keinginannya tidak diikuti oleh orang dewasa disekitarnya. Namun, ternyata setelah ditelusuri kembali, hanya dua responden yang benar-benar paham tentang definisi tantrum. Sedangkan, tiga yang lain memiliki kesalahan persepsi tentang definisi tantrum. Hal ini akan cukup berpengaruh pada cara orang tua bersikap nantinya.

Poin berikutnya yang didapati adalah, bahwa tingkat tantrum yang dialami oleh anak-anak responden penelitian ini masih tergolong tantrum pada level yang masih cukup terkendali (1-2 kali dalam sehari) (Borba,2009). Rata-rata intensitas terjadinya tantrum pada anak-anak responden adalah 3-4 kali dalam seminggu.

Di poin utama yang peneliti perhatikan adalah cara penanganan perilaku tantrum yang dipraktikkan oleh kelima responden. Dari kelima responden yang terlibat, terdapat kesamaan pada perlakuan dan pengontrolan sikap orang tua pada anak, di mana responden pertama dan ketiga memberikan jeda waktu pada anak yang sedang menunjukkan perilaku tantrum dan mengkomunikasikan apa yang terjadi setelah anak berada pada situasi yang lebih tenang. Berbeda dengan kedua lainnya, responden kedua langsung menenangkan sang anak dan mendiskusikannya bersama. Pada responden keempat, cenderung mencoba mengalihkan perilaku tantrum anak pada hal-hal yang disukai, namun tidak berusaha untuk membahas kejadian yang telah terjadi. Senada dengan responden pertama dan ketiga, responden kelima juga memberikan jeda terlebih dahulu hingga anak merasa lebih tenang untuk selanjutnya memvalidasi apa yang terjadi untuk semakin mengenalkan jenis emosi yang dimiliki oleh anak.

Dari perlakuan tersebut, anak responden kedua menunjukkan perbaikan sikap sehingga perilaku tantrum yang muncul dapat berkurang dari waktu ke waktu. Ia juga lebih memfokuskan diri untuk memberikan perhatian lebih pada anak guna mencegah tantrum yang berulang. Anak pada responden kelima juga terlihat lebih memahami dan dapat mengkomunikasikan emosi yang dirasakan secara langsung kepada orang tua, terutama ibunya.

Pada responden ketiga, jenis tantrum yang dialami adalah karena anak pertama yang memasuki usia 3 tahun baru saja memiliki adik yang masih sangat membutuhkan perhatian orang tua secara utuh, sehingga terjadi kecemburuan pada anak pertama. Untuk menghadapi dan meminimalisir terulangnya tantrum, orang tua mengajak anak untuk turut terlibat dalam aktivitas pengasuhan sang adik. Hal ini dapat membantu anak untuk lebih dekat sehingga meminimalisir adanya kecemburuan.

Adanya kesadaran dari orang tua untuk lebih mendengarkan anak dibanding menuntut ataupun mengkritik hal yang dilakukan oleh anak. Hal tersebut sesuai dengan responden pertama, di mana anak dapat lebih terbuka dalam menyampaikan apa yang menjadi perasaan dan keinginannya. Orang tua juga terbiasa memberikan pemahaman akan pemenuhan kebutuhan anak sesuai dengan porsi masing-masing, sehingga anak dapat mengurangi sikap membandingkan ataupun iri hati kepada saudaranya.

Sebaliknya, cara responden keempat untuk mengalihkan perhatian dalam meredakan perilaku tantrum anak justru mengakibatkan anak tidak belajar untuk memahami emosi yang tengah dirasakan. Hal ini cenderung dijadikan “senjata” oleh anak dan tetap terjadi secara berulang, di mana anak tetap menunjukkan perilaku tantrum dalam bentuk verbal seperti menangis dan berteriak.

Kesimpulan dan Saran

Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa perilaku tantrum anak yang muncul di usia 12-48 bulan cenderung merupakan *verbal frustration tantrum* dan faktor psikologis merupakan faktor yang paling sering muncul pada anak-anak pada rentang usia tersebut. Dari kelima responden terdapat pelajaran dari kesamaan perlakuan yang diberikan, yakni dengan adanya komunikasi dan pengenalan akan emosi yang dialami, anak akan semakin memahami apa yang mereka rasakan sehingga berefek pada perilaku tantrum yang berkurang secara bertahap. Hal ini dikarenakan waktu yang lebih banyak dihabiskan bersama ibu selama berada di rumah ataupun tempat umum. Sebagai contoh, ketika tantrum anak mulai mereda, orang tua dapat menanyakan alasan anak menangis hingga merengek, melempar barang, memukul, dll sehingga anak juga belajar mengenali jenis-jenis emosi yang dirasakan serta tidak merasa komunikasi hanya berjalan searah dari orang tua saja. Jangan ragu untuk meminta maaf apabila penyebab tantrum memang berasal dari orang tua. Dengan pemahaman yang cukup, orang tua juga dapat menganalisa dan menentukan langkah berikutnya sesuai dengan penyebab tantrum yang dialami oleh anak. Pola komunikasi yang berjalan antara orang tua dan anak akan menghasilkan kesepakatan bersama yang dapat dipahami tak hanya oleh orang tua namun juga oleh anak akan konsekuensi di kemudian hari. Kesepakatan ini juga diharapkan dapat memberikan pengertian juga kepada anak bahwa ada risiko dan benefit yang berimbang dan dapat dinegosiasikan bersama, sehingga tantrum tidak menjadi “senjata” utama yang digunakan secara berulang.

Saran bagi penelitian berikutnya adalah memperdalam dengan melihat adanya variabel tambahan berupa latar belakang pendidikan maupun pekerjaan ibu yang mungkin dapat memberi pengaruh berbeda pada cara ibu menangani emosi pada anak. Opsi lain yang dapat dijadikan pertimbangan adalah melihat pengaruh ayah dalam mendidik anak agar dapat membantu meregulasi emosi anak. Karena, mendidik anak semata-mata tidak hanya dilihat dari sisi ibu, tapi ayah juga ikut andil dalam memberikan pengaruh-pengaruh yang membentuk emosi dan perilaku anak sehari-hari. Rekomendasi lainnya ialah dari segi periode atau lamanya waktu penelitian, di mana diharapkan dengan jangka waktu yang lebih panjang akan membantu peneliti untuk mendapatkan data yang lebih mendalam dan mendetail.

Daftar Pustaka

- Agustina Wulandari. (2013). *Pelatihan Komunikasi Efektif untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mengatasi Tantrum pada Anak Usia Prasekolah*. Universitas Indonesia.
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Profil Anak Usia Dini 2020*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.
- Borba, M. (2009). *tahune Big Book Parenting Solution: 101 Answers to Your Everyday Challenges and Wildest Worries*. Jossey-Bass, A Wiley Imprint.
- Chaplin, J. P. (2014). Kamus Lengkap Psikologi. Penerjemah. In *Jakarta: PT Raja Grafindo Persada*.
- Devine, M., & Powell, M. (2008). Talent Management in tahune Public Sector. *tahune Ashridge Journal*, 1–6. <https://doi.org/10.17573/cepar.2020.2.03>
- Einon, D., & Potegal, M. (1994). *tahune Dynamics of Aggression: Biological and Social Processes in Dyads and Groups* (M. Potegal & J. Knutson (eds.); 1st ed., p. 368). Psychology Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9780203772317>
- Hasan, Maimunah.. (2011). *Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Diva Press.
- Herawati, N. I. (2012). Menghadapi Anak Usia Dini Yang Temper Tantrum. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2). <https://doi.org/10.17509/cd.v3i2.10338>
- Hurlock, Elizabetahun B. (2010). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jacobson, B. & Fetsch. (2013). *Children's Anger and Tantrums*. United States: Colorado State University Extension.
- Kartono, Kartini. (1991). *Bimbingan Bagi Anak dan Remaja yang Bermasalah*. Jakarta: Rajawali Press.
- Kirana, R. (2013). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Temper Tantrum pada Anak Pra Sekolah (Studi Kasus di Dusun Ngemplak)*. Skripsi Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Mashar, Riana. (2011). *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Jakarta: Kencana
- Miller, C. (2020). *Why Do Kids Have Tantrums and Meltdowns?*. New York: Child Mind Institute. Diakses 5, Desember 2020 dari <https://childmind.org/article/why-do-kids-have-tantrums-and-meltdowns/>.
- Mireault, G., & Trahan, J. (2007). Tantrums and Anxiety in Early Childhood: A Pilot Study © tahune Autahunor (s) 2007 Tantrums and Anxiety in Early Childhood : A Pilot Study Gina Mireault Johnson State College. *Early Childhood Research and Practice*, 9(2), 1–11. <http://ecrp.uiuc.edu/v9n2/mireault.html>

- Potegal, M & Davidson J., M. (2003). *Temper Tantrum in Young Children : Behavioral Composition*. Developmental and Behavioural Pediatric Journal Vol. 24(3).
- Rahayuningsih, S. I. (2014). Strategi Ibu Mengatasi Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Usia Toddler Di Rumah Susun Keudah Kota Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*, 5(1).
- Rahmah, Nur Faizah dan Ali Gufron. (2012). *Mendesain Perilaku Anak Sejak Usia Dini*. Surakarta: Adi Citra Cemerlang.
- Rini Hildayani, dkk. 2009. *Penanganan Anak Berkelainan (Anak Dengan Kebutuhan Khusus)*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Salkind, Neil J. (2002). *Child Development*. New York: Macmillan Reference USA.
- Supriyanti, E., & Hariyanti, T. B. (2019). Strategi Mengatasi Temper tantrum Pada Anak Usia 3-5 Tahun Melalui Permainan Ular Tangga di TK Wilayah Tumpang Kabupaten Malang. *Jurnal Wiyata*, 001, 13–20.
- Watson, T. Steuart. Tonya Watson, dan Sarah Gebhardt. (2010). *Temper Tantrums: Guidelines for Parents and Teachers*. Oxford: Miami University.
- Wulandari, A. (2013). *Pelatihan Komunikasi Efektif untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mengatasi Tantrum pada Anak Usia Prasekolah*. Tesis Fakultas Psikologi Program Studi Ilmu Psikologi Peminatan Terapan Psikologi Anak Usia Dini, Universitas Indonesia.