

STRATEGI GURU DALAM MENDAMPINGI ANAK TANTRUM PADA USIA 4-5 TAHUN STUDY KASUS DI RA DARUN NAJAH SUKODONO**Nabilatul Fikriyyah¹, Ilun Muallifah²**^{1,2} Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel SurabayaEmail: nabilafikriyyah78@gmail.com¹, ilunmuallifah@gmail.com²**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi guru dalam mendampingi anak tantrum pada usia 4-5 tahun di RA Darun Najah Sukodono. Anak usia dini sering mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi sehingga menunjukkan perilaku tantrum seperti menangis, berteriak, atau melukai diri sendiri dan orang lain. Kondisi ini, apabila tidak ditangani dengan tepat, dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yang berfokus pada pengamatan langsung terhadap dua anak berinisial EL dan HF yang sering mengalami tantrum. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan strategi yang diterapkan guru dalam menangani perilaku tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru di RA Darun Najah Sukodono menggunakan metode time out sebagai strategi utama dalam mengatasi tantrum. Anak yang mengalami tantrum dipisahkan sementara dari teman-temannya untuk menenangkan diri, kemudian diberikan pendekatan positif berupa pelukan, perhatian, dan ajakan bermain setelah anak kembali tenang. Strategi ini terbukti efektif dalam menurunkan frekuensi dan durasi tantrum, serta membantu anak belajar mengontrol emosi. Keberhasilan metode ini juga didukung oleh kerja sama yang baik antara guru dan orang tua, serta lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan emosional anak.

Kata Kunci: Strategi Guru, Tantrum, Anak Usia Dini, Metode Time Out, Emosi Anak

Abstract

This study aims to identify teachers' strategies in managing tantrums among children aged 4-5 years at RA Darun Najah Sukodono. Early childhood is a critical period for emotional development, during which children often struggle to regulate their emotions, leading to tantrum behaviors such as crying, screaming, or even harming themselves and others. If not properly addressed, such behaviors can disrupt children's emotional and social growth. This research employs a qualitative method with a case study approach, focusing on direct observation of two children, identified as EL and HF, who frequently experience tantrums. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and analyzed descriptively to understand the strategies applied by teachers in handling tantrum behavior. The findings reveal that teachers at RA Darun Najah Sukodono use the time-out method as the main strategy to manage tantrums. Children who exhibit tantrum behavior are temporarily separated from their peers to calm down. Once they are relaxed, teachers provide positive reinforcement through

Article History

Received: Desember 2025

Reviewed: Desember 2025

Published: Desember 2025

Plagiarism Checker No 670

Prefix DOI: Prefix DOI:

10.8734/sindoro.v1i2.360

Copyright: Author

Publish by: SINDORO



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

affection, gentle communication, and play activities. This strategy has proven effective in reducing both the frequency and duration of tantrums and in helping children learn emotional self-control. The success of this approach is also supported by strong collaboration between teachers and parents, as well as a nurturing school environment that promotes emotional development.

Keywords: Teacher Strategies, Tantrums, Early Childhood, Time-Out Method, Emotional Development

Pendahuluan

Masa anak usia dini merupakan masa emas atau *golden age* untuk seluruh aspek perkembangan manusia, termasuk perkembangan emosi. Perkembangan emosi pada anak usia dini merupakan proses yang berjalan secara perlahan dimana anak dapat mengatur dirinya ketika menemukan rasa nyaman. Beberapa ahli sepakat menyatakan bahwa optimalnya perkembangan dan pertumbuhan pada anak menunjukkan pentingnya pemberian perhatian khusus guna mendukung keseluruhan aspek perkembangan anak secara menyeluruh. Oleh karena itu, sangat penting untuk memberikan perhatian yang tepat dalam merespons dan memenuhi seluruh kebutuhan perkembangan anak selama masa *golden age*. Salah satu faktor yang berperan dalam pemenuhan kebutuhan tersebut adalah lingkungan, baik lingkungan keluarga maupun lingkungan sekitar, yang memiliki peran signifikan dalam memfasilitasi pembentukan karakter anak (Yulia et al., 2021).

Hurlock dalam (Imtikhani Nurfadilah, 2021) Menyatakan bahwa anak yang mampu mengelola emosi kemarahannya secara efektif akan menampilkan ekspresi emosional yang positif atau tenang. Emosi tersebut merupakan bentuk pengelolaan perasaan yang terkadang disertai dengan kemarahan, yang tercermin melalui bahasa tubuh, ucapan, serta ekspresi wajah anak. Ketika anak mampu mengelola emosinya dalam berbagai situasi, hal tersebut akan berkontribusi pada kemampuan pengendalian emosi yang baik. Namun demikian, masih terdapat anak-anak yang mengalami kesulitan dalam mengontrol emosinya, yang disebabkan oleh berbagai faktor. Anak-anak yang gagal mengendalikan emosinya seringkali menunjukkan perilaku seperti merengek, berteriak, menangis, membanting barang, bahkan merusak benda di sekitarnya. Semua bentuk perilaku tersebut merupakan manifestasi dari perilaku negatif dan ekspresi emosi yang tidak wajar pada anak, yang dikenal sebagai temper tantrum.

Perilaku tantrum atau yang biasa disebut dengan istilah temper tantrum merupakan, suatu letupan kemarahan anak yang sering terjadi pada saat anak menunjukkan sikap negatif menurut potegel seorang psikolog, tantrum memiliki dua jenis yang berbeda yaitu, tantrum amarah atau disebut anger tantrum. Pada umumnya tantrum jenis ini dapat ditandai dengan perilaku seperti menghentakkan kaki, menendang, memukul, berteriak dan sebagainya. Jenis tantrum yang kedua adalah tantrum kesedihan atau disebut distress tantrum. Tantrum jenis ini dapat ditandai dengan perilaku menangis dan terisak-isak, membanting diri dan berlari menjauh, anak usia dini mengungkapkan rasa sedih maupun rasa kehilangan mereka dengan menunjukkan sikap demikian (Idhayanti et al., 2022). Perilaku tantrum hampir selalu dialami oleh anak usia dini dalam tahap perkembangan sosial dan emosionalnya. Anak yang sering mengalami tantrum dengan intensitas tinggi biasanya memiliki kondisi psikologis yang cenderung penakut, sering merasa cemas, dan ada juga yang pemalu terhadap orang-orang baru yang ditemuinya. Hal ini terjadi karena anak merasa frustrasi dan kesulitan dalam mengungkapkan keinginannya, sehingga mereka memilih untuk mengekspresikan perasaan tersebut melalui ledakan emosi yang tidak terkendali.

Perilaku tantrum muncul karena beberapa faktor penyebab. Faktor-faktor yang mempengaruhi anak untuk berperilaku tantrum antara lain: (1) usia dan tahap perkembangan anak; (2) tingkat temperamen yang dimiliki anak; (3) kondisi fisik dan emosional anak; (4) interaksi dan komunikasi dengan keluarga serta guru di lingkungan sekolah; dan (5) berbagai faktor sosial (Seni & Syarif, 2017). Selain itu, terdapat beberapa faktor lain yang menyebabkan anak berperilaku tantrum, yaitu: (1) keinginan anak yang terhalang untuk mendapatkan sesuatu; (2) ketidakmampuan anak dalam mengekspresikan diri; (3) kebutuhan anak yang tidak terpenuhi; (4) pola asuh yang diterapkan oleh orang tua; (5) kondisi anak yang merasa lelah, lapar, atau sedang sakit; (6) anak mengalami stres dan merasa tidak nyaman; (7) upaya anak untuk mencari perhatian; serta (8) permintaan anak terhadap sesuatu yang tidak dapat dipenuhi (Sari Harahap & Sandra Ritonga, 2023). Perilaku tantrum pada anak muncul karena kesulitan mereka dalam menyampaikan keinginan secara verbal, sehingga mereka mengekspresikan emosinya melalui kemarahan. Perilaku ini lebih sering ditemukan pada anak laki-laki dibandingkan perempuan. Hal ini disebabkan anak laki-laki membutuhkan lebih banyak kasih sayang dan perhatian agar dapat mengembangkan kemandirian. Selain itu, perkembangan otak bagian depan pada anak laki-laki, yang berperan dalam mengenali rangsangan dan mengendalikan diri, berlangsung lebih lambat dibandingkan anak perempuan. Oleh karena itu, emosi pada anak laki-laki cenderung diekspresikan secara fisik, sementara anak perempuan lebih sering mengekspresikan emosinya secara verbal saat mengalami temper tantrum.

Temper tantrum merupakan tanda bahwa anak mengalami kesulitan dalam perkembangan emosional, seperti kemarahan yang meledak-ledak, ketidakmampuan untuk mengungkapkan kebutuhan, rasa takut yang berlebihan, serta keinginan untuk merusak diri sendiri atau barang-barangnya. Kondisi ini dapat mengganggu interaksi anak dengan lingkungan sekitarnya. Selain itu, anak juga kadang menunjukkan rasa malu yang membuatnya sulit berinteraksi dengan orang lain, serta memiliki kepekaan yang berlebihan dan cenderung memiliki pandangan negatif disertai sikap murung (Suridha et al., 2023).

Untuk menangani anak temper tantrum, diperlukan strategi khusus agar perilaku tantrum pada anak tidak mengganggu tahap perkembangan anak. Salah satu strategi dalam mengatasi anak temper tantrum adalah melalui modifikasi perilaku. Munawir Yusuf dan Edy Legowo (2007) dikutip dari (Imrotul Ummah & Pamuji, 2024) yang menyatakan bahwa modifikasi perilaku merupakan suatu teknik untuk merubah perilaku yang dapat dilakukan oleh orang tua ataupun guru untuk merubah tingkah laku peserta didik melalui prosedur yang sistematis dan berdasarkan pada prinsip-prinsip teori pembelajaran prinsip belajar untuk mengadakan perubahan.

Hal ini terjadi karena banyak orang tua yang kurang memahami pentingnya menangani perilaku tantrum pada anak serta dampak yang mungkin timbul jika perilaku tersebut tidak segera ditangani. Setiap keluarga memiliki metode pengasuhan yang berbeda-beda; ada yang masih menerapkan pola asuh tradisional sesuai dengan cara mereka dibesarkan oleh orang tua mereka, sementara yang lain sudah mengadopsi pola asuh modern yang sesuai dengan perkembangan zaman. Hal ini sangat penting karena berperan dalam pembentukan karakter anak. Pengendalian emosi sangat bergantung pada bagaimana orang tua berkomunikasi dengan anak dan memberikan arahan ketika anak melakukan kesalahan. Anak juga cenderung meniru perilaku orang tua, sehingga jika orang tua tidak mampu mengendalikan emosinya di hadapan anak, anak pun kemungkinan besar akan meniru perilaku tersebut (Hudaibiyah & Mas'udah, 2022).

Oleh karena itu, sebagai pendidik, penting untuk bekerja sama dengan orang tua dalam memberikan pemahaman kepada anak bahwa tidak semua keinginan mereka bisa langsung terpenuhi (Dewi, 2022). Pada saat itulah, peran pendidik dan orang tua sangat penting untuk memberikan pemahaman kepada anak, agar sejak dini anak dapat mengerti alasan mengapa orang tua tidak selalu memenuhi semua keinginannya. Selain itu, orang tua perlu bersikap

konsisten agar tidak terjadi ketidaksesuaian, misalnya ketika salah satu orang tua atau kakek-nenek memanjakan anak dengan memenuhi semua keinginannya.

Berdasarkan latar belakang di atas maka fokus penelitian ini untuk melihat bagaimana strategi yang diterapkan oleh guru untuk menangani anak usia 4-5 tahun yang mengalami perilaku tantrum di RA Darun Najah Sukodono. Selanjutnya penelitian ini sendiri memiliki tujuan untuk mengetahui Strategi guru dalam mendampingi anak tantrum pada usia 4-5 tahun study kasus di RA Darun Najah Sukodono.

Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yang berfokus pada observasi langsung di lokasi penelitian untuk menganalisis dan mengumpulkan data yang sebenarnya, sesuai dengan kondisi atau fenomena yang terjadi di lapangan dalam konteks kajian penelitian (Abdussamad & Sik, 2021). Menurut Sugiyono, metode penelitian kualitatif digunakan untuk mempelajari kondisi objek dalam lingkungan alami, di mana peneliti berperan sebagai instrumen utama. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik triangulasi, yaitu menggabungkan berbagai sumber atau metode, dan analisis data dilakukan secara induktif (Sugiyono, 2013).

Pendekatan studi kasus merupakan metode yang digunakan untuk meneliti suatu “kesatuan sistem” tertentu, yang dapat berupa program, kegiatan, peristiwa, atau kelompok orang, baik pada waktu maupun tempat tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan data, memahami makna dari kasus yang diteliti, serta memperdalam pemahaman. Hasil dari studi kasus tidak dimaksudkan untuk mewakili populasi secara keseluruhan atau untuk membuat generalisasi, melainkan hanya berlaku pada kasus yang sedang diselidiki. Pengumpulan data dalam pendekatan ini dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi (Suridha et al., 2023). Adapun subjek dalam penelitian ini berinisial “EL” dan “HF” seorang anak yang sering mengalami tantrum yang berusia 4-5 tahun. Subjek tersebut bertempat tinggal di Desa karang nongko kec.Sukodono sidoarjo dan perum pasegan kec.sukodono sidoarjo. Objek dalam penelitian ini adalah guru wali kelas subjek.

Hasil dan pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara kepada wali kelas RA Darun Najah sidoarjo dan observasi yang dilakukan pada hari Senin, 10 Maret 2025, peneliti mengikuti kegiatan pembelajaran anak dari awal, inti sampai pada kegiatan penutup. Hasil yang diamati yaitu para orang tua mengantarkan anaknya kesekolah, disamping itu pendidik menjaga gerbang utama untuk menyambut dengan hangat peserta didik saat datang kesekolah. Kegiatan pembelajaran pada hari itu seluruh kelas dijadikan satu dalam aula guna mengikuti membaca do’a, membaca sholawat busroh, tibbil qulub, dan membaca asmaul husna beserta gerakannya, setelah itu dilanjutkan untuk ice breaking supaya anak-anak semangat dalam belajar. Dikegiatan awal pada hari itu terdapat satu anak yang bernama “EL” (laki-laki) usia 5 tahun mengalami ketantruman yaitu menangis sambil menjerit-jerit yang disebabkan karena tidak ingin mengikuti membaca do’a dan ice breaking. Pada saat anak tersebut mengalami tantrum ia dipisahkan untuk duduk sendiri dan tidak bergabung dengan temannya agar tidak melukai dan memukul teman yang ada didekatnya, peran pendidik yang ada di RA Darun Najah tersebut membagi tugas untuk mendampingi anak yang lain agar tenang dan tidak ramai saat do’a, dan satu guru yaitu wali kelas A ibu JS menjaga disebelah anak yang tantrum tersebut hingga tenang.

Penulis mengajukan beberapa pertanyaan atau pedoman wawancara untuk mengetahui dan menggali lebih dalam akan permasalahan tersebut, dengan jawaban yang diberikan oleh wali kelas A yaitu ibu JS. Menurut beliau lembaga tersebut menggunakan metode time out semenjak RA tersebut didirikan. Metode time out ini di implementasikan bagi anak-anak yang mengalami tantrum saja yaitu dengan cara anak langsung dipinggirkan atau disendirikan dari teman-teman sebayanya agar tidak melakukan kegiatan atau aktivitas yang semakin jauh, seperti memukul teman, merusak barang, dan melempar barang yang ada disekitarnya. Jika

ada anak yang mengalami tantrum pada saat kegiatan pembelajaran maka murid atau anak-anak lain dibebaskan dulu untuk bermain. Apabila tantrum yang dialami anak sudah berlebihan seperti menangis hingga berteriak, berguling-guling, merusak benda maka pendidik cepat-cepat membawa dan memisahkan anak tersebut menjauh dari teman sebayanya dan memberikan ruang untuk anak meluapkan emosinya, setelah itu ada masanya anak diam sendiri. Jika anak yang tantrum tersebut sudah tenang, maka peran pendidik di RA Darun Najah memberikan pelukan, rangkulan, ngobrol, memberikan kasih sayang kepada anak, diajak bermain, dan dikumpulkan kembali dengan temannya.

Durasi tantrum yang dialami anak-anak di RA Darun Najah tidak terlalu lama, menurut penjelasan ibu JS. Lama tantrum ini tergantung pada tingkat keparahannya. Jika tantrum hanya berupa menangis pelan dan merengek seperti hujan yang lama, durasinya bisa mencapai setengah jam. Namun, jika tantrumnya lebih parah, seperti meraung-raung dan berguling-guling, biasanya hanya berlangsung sekitar 10 menit dalam sehari. Kepala sekolah, ibu SM, menyampaikan bahwa saat ini penggunaan metode Time Out telah memberikan perubahan positif, sehingga rata-rata durasi tantrum anak menjadi hanya sekitar 5 menit. Hampir semua anak usia 4-5 tahun di RA Darun Najah pernah mengalami tantrum, karena mereka baru mulai beradaptasi di lingkungan sekolah tanpa orang tua dan bertemu teman-teman baru. Namun, sejak Januari hingga Maret 2025, jumlah anak yang mengalami tantrum menurun, tersisa hanya dua anak, yaitu EL (laki-laki, 4 tahun) dan HF (laki-laki, 5 tahun), dan mereka tidak mengalami tantrum setiap hari.

Ketantruman yang dialami 2 orang berada di kelas ibu JH, yaitu EL dan HF, menunjukkan perilaku tantrum yang berbeda. Saat pembelajaran berlangsung, HF menangis dengan cara yang biasa, tidak meraung-raung, tetapi tangisannya berlangsung lama seperti hujan rintik, bahkan masih menangis saat pulang sekolah. Hal ini terjadi karena ia berebut mainan dengan temannya. Sementara itu, EL menangis dengan cara yang lebih intens, seperti meraung-raung, berguling-guling, dan memukul teman di sekitarnya. Setelah itu, ia melempar barang-barang di atas meja dan merobek buku tulisnya. Perilaku ini muncul karena EL mengganggu temannya yang sedang belajar, dan ketika guru menegur agar tidak mengganggu, tantrum yang sangat ekstrem pun terjadi. Selain menerapkan metode time out, ibu JS sebagai guru kelas juga melakukan penanganan positif dengan mendokumentasikan kejadian tantrum tersebut dalam bentuk video dan melaporkannya kepada orang tua. Video tersebut kemudian ditunjukkan kepada anak yang tantrum, sehingga anak menjadi tenang. Ini merupakan bentuk kerja sama dan komunikasi antara guru dan orang tua untuk memberikan informasi tentang masalah yang dialami anak di sekolah. Respon orang tua saat melihat dokumentasi tersebut sangat positif; mereka merasa tenang dan percaya penuh kepada guru di RA Darun Najah. Kadang-kadang, orang tua juga meminta maaf karena merasa kasihan kepada guru yang harus menghadapi anak yang tantrum.

Pembahasan

Perkembangan emosional anak perlu diperhatikan dan dikembangkan sejak usia dini, karena hal ini sangat penting dan tidak boleh diabaikan. Anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik biasanya lebih bahagia, mampu berinteraksi sosial dengan baik, dan dapat mengendalikan emosinya sejak awal. Menurut teori emosional yang dikemukakan oleh Santrock dalam (Fuadia, 2022), emosi adalah perasaan yang berubah-ubah dan ditunjukkan melalui ekspresi perilaku seseorang sebagai respons terhadap kenyamanan atau ketidaknyamanan dalam situasi interaksi yang sedang dialami. Emosi merupakan reaksi batin yang muncul berdasarkan pengalaman hidup yang dialami seseorang, dan perasaan ini bisa muncul kapan saja dan di mana saja. Jenis-jenis emosi yang dialami anak sebenarnya sama seperti orang dewasa, seperti marah, sedih, takut, cemas, frustrasi, bahagia, gembira, dan kecewa (Zulfika, 2020).

Istilah emosional berasal dari kata “*emotus*” atau “*emovere*” yang berarti dorongan terhadap sesuatu. Contohnya, emosi bahagia mendorong seseorang untuk tertawa, emosi sedih membuat seseorang menangis, dan emosi kesal menyebabkan seseorang marah (Sukatin et al., 2020). Menurut Riana Mashar dalam (P. P. Sari et al., 2020), perkembangan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri dan emosinya, serta mengolah perasaan tersebut agar dapat merespons orang lain dengan sikap positif dalam berbagai situasi yang memicu emosi. Sementara itu menurut, L. Crow dan A. Crow dalam (Dewi et al., 2020) menjelaskan bahwa emosi adalah pengalaman yang intens dan menyeluruh, yang melibatkan penyesuaian batin dan kondisi mental serta fisiologis yang sedang memuncak, yang kemudian dapat terlihat melalui perilaku yang jelas.

Anak-anak prasekolah, terutama yang berusia 4-5 tahun, umumnya cenderung untuk mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang bebas dan terbuka. Berdasarkan informasi dari (Pendidikan, 2014) Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2014a, perkembangan emosional anak di usia ini meliputi kemampuan untuk menunjukkan minat dalam permainan kompetitif secara positif, mengatur perasaan mereka, menunjukkan sikap mandiri, serta merasa percaya diri hingga merasakan kebahagiaan. Sementara itu, menurut Suryadi dalam (P. P. Sari et al., 2020), perkembangan emosional pada anak berusia 4-5 tahun mulai ditandai dengan munculnya rasa cemas terhadap potensi bahaya, suka bercanda hingga tertawa dengan ceria, serta kemampuan untuk mengendalikan emosi sendiri dan bersabar saat menunggu giliran bermain.

Dapat disimpulkan bahwa emosional adalah perasaan yang bergejolak yang dialami anak baik pada saat nyaman maupun tidak nyaman. Ekspresi emosional tersebut terbagi menjadi dua kategori, yaitu perasaan negatif seperti marah, sedih, dan takut, serta perasaan positif seperti tertawa, bahagia, dan ceria. Emosional ini dapat dialami berkaitan dengan peristiwa dan kondisi yang dijalani dalam hidup, sehingga anak dapat mengontrol, mengatur, dan mengelolanya. Emosional anak ibarat gelombang laut yang bergejolak menandakan emosi negatif dan laut yang tenang menggambarkan emosi positif mereka.

Perilaku tantrum yang dialami pada siswa di RA Darun Najah melibatkan 2 anak yang menunjukkan sikap agresif dengan cara yang berbeda. Beberapa dari mereka berteriak, merobek kertas, membanting benda, dan menyebarkan barang-barang di sekitarnya. Faktor penyebab tantrum pada anak di RA Darun Najah disebabkan oleh mereka yang mengganggu teman saat belajar dan berebut mainan. Anak-anak sering mengalami tantrum di RA Darun Najah yang berlangsung antara 5 hingga 10 menit saat berada di sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dikutip oleh (Eli Rahmawati, 2024) yang menyatakan bahwa perilaku tantrum yang umum terjadi pada anak pra-sekolah berlangsung antara usia 1 hingga 4 tahun dengan durasi normal berkisar 5 hingga 10 menit, terjadi sekali dalam sehari. Masalah tantrum sering muncul di lingkungan sekolah, tantrum merupakan ledakan emosi yang terlihat pada anak usia dini yang biasanya ditunjukkan melalui perubahan perilaku, seperti teriakan, amukan, melempar barang, menendang, berguling, dan aktivitas lainnya (Sadita, 2023). Tantrum adalah respons di luar kendali anak yang ditandai dengan ledakan emosi, ditunjukkan dengan menjerit, merengek, atau melukai diri (Asmosari et al., 2024). Sebenarnya, setiap orang pasti pernah merasakan kemarahan, emosi, frustrasi, atau kesal, baik orang dewasa, anak-anak, maupun lansia dengan cara yang berbeda. Beberapa mungkin menunjukkan kemarahan melalui tindakan fisik (menendang, memukul, mencubit), beberapa di antaranya meluapkan perasaan secara verbal (mengomel, menangis, berteriak), sementara yang lain mungkin menahan napas atau berguling di lantai. Hal ini terjadi karena anak tidak mampu menahan emosinya terlalu lama, sehingga cara tersebut menjadi pelampiasan (Hidayat et al., 2024).

Masalah tantrum sering muncul pada anak-anak di usia dini, dan penting untuk diingat bahwa tantrum bukan hanya akibat dari kelebihan energi mereka. Ada beberapa jenis tantrum yang dapat terjadi pada anak yang perlu kita ketahui. Dengan mengenali jenis-jenis tantrum,

para pendidik dan orang tua dapat lebih memahami alasan di balik perilaku anak (Pudjibudojo et al., 2019). Tantrum diartikan sebagai ledakan emosi yang sulit dikendalikan yang sering dialami oleh anak-anak kecil. Berikut ini adalah jenis-jenis tantrum menurut Raini Hildayani (2009) dalam (Irchamni, 2022). Manipulative Tantrum merujuk pada aksi yang dilakukan anak ketika menginginkan sesuatu namun belum atau tidak mendapatkannya, dan anak tersebut akan berhenti tantrum setelah keinginannya terpenuhi. Contohnya adalah seorang anak yang pergi ke mall bersama ibunya, melihat mainan yang menarik dan meminta ibunya untuk membelikan mainan tersebut. Namun, jika orang tua menolak karena suatu alasan, anak tersebut dapat bereaksi dengan berperilaku buruk dan tantrum dengan sengaja untuk mendapatkan yang diinginkannya. Verbal Frustration Tantrum adalah jenis tantrum yang muncul saat anak memahami apa yang diinginkan tetapi tidak tahu cara untuk mengungkapkan keinginannya dengan jelas. Biasanya, ini terjadi akibat perkembangan bahasa yang belum memadai, sehingga orang lain tidak bisa memahami apa yang ingin disampaikan. Temperamental Tantrum terjadi ketika anak merasa kesal pada tingkat yang sangat tinggi dan merasa sangat letih, sehingga emosinya sulit diatur dan mereka merasa kecewa dengan hasil yang dicapai.

RA Darun Najah menggunakan metode time out untuk menangani anak-anak yang mengalami tantrum pada usia antara 4 hingga 5 tahun dengan cara memisahkan anak yang tantrum ke tempat lain. Hal ini bertujuan agar mereka tidak membahayakan teman sebayanya. Anak diberi kesempatan untuk menenangkan diri dan mengatasi emosinya terlebih dahulu. Ibu JH juga selalu mendampingi anak yang sedang tantrum, mengajak bermain, berbincang, atau bercerita, memberi pelukan, dan mengungkapkan kasih sayang agar anak mau beraktivitas bersama teman-temannya. Menurut Ibu JH, metode waktu henti yang diterapkan memberi keuntungan bagi anak dalam mengatasi tantrum dengan cepat, walaupun terdapat efek negatif di dalamnya, seperti pembelajaran yang kurang efektif karena waktu dibagi antara belajar dan mengatasi tantrum. Namun, metode ini terbukti efektif karena mengurangi jumlah anak yang mengalami tantrum. Pendapat ini sejalan dengan penjelasan Alberto (2009) dalam (Rohmah, 2021), yang menguraikan langkah-langkah penerapan metode waktu henti pada anak-anak usia dini. Pertama, pendidik perlu mengenali perilaku yang memerlukan waktu henti, seperti tantrum. Kemudian, pendidik menjelaskan kepada anak bahwa perilaku tantrum dapat mengakibatkan waktu penyisihan dan batasan waktu yang ditentukan. Saat tantrum terjadi, anak harus dibawa ke tempat penyisihan dengan tenang. Jika anak menolak, pendidik dapat meminta dengan lembut namun tegas. Setelah anak merasa tenang dan waktu henti berakhir, mereka diminta untuk kembali melakukan aktivitas seperti semula bersama teman-temannya. Mengenai cara menangani tantrum menggunakan metode penyisihan atau waktu henti (M. Sari & Maini Sitepu, 2024) menyatakan bahwa pendidik harus tetap tenang saat menghadapi anak yang tantrum, memberi waktu atau istirahat untuk meredakan emosinya, memberikan dukungan positif, serta memberi sentuhan hangat. Anak perlu dijauhkan dari teman sekelas saat tantrum, bisa di halaman sekolah atau pojok kelas, memberi waktu 5 hingga 10 menit untuk menenangkan diri, dan kemudian mulai berinteraksi dan berkomunikasi kembali dengan anak tersebut.

Time Out (penyisihan) adalah suatu bentuk hukuman ringan yang diberikan kepada siswa agar mereka dapat merenungkan tindakan yang telah mereka lakukan sebelumnya, dengan harapan mereka dapat mengambil keputusan lebih baik di masa mendatang (Fadilah, 2023). Menurut Martin dalam (Rohma et al., 2023), time out adalah suatu cara untuk menghilangkan perilaku negatif anak, seperti tantrum, dengan memberikan waktu bagi mereka untuk berpikir dengan jernih dan menenangkan diri. Penerapan dan pelaksanaan metode time out atau penyisihan sementara dilakukan dengan memisahkan anak dari teman-teman sebayanya untuk waktu yang singkat, bertujuan untuk meredakan perilaku tantrumnya (Bakrisuk & Pamuji, 2024). Time out adalah sebuah teknik yang bertujuan untuk menurunkan perilaku buruk yang tidak sepatutnya dan mendorong perilaku yang lebih baik; teknik ini juga mengajarkan anak

tentang mana yang diperbolehkan dan mana yang tidak (Tobing, 2021). Selain itu, *time out* berfungsi sebagai metode yang dapat mengontrol kemarahan dan digunakan untuk menghentikan perilaku buruk anak dengan memberi mereka kesempatan untuk menenangkan diri dan merenungkan tindakan yang telah dilakukan (Suridha et al., 2023). Pilihan dan penerapan metode *time out* telah terbukti sesuai dan efektif, namun peran guru sangat penting dalam membantu anak meredakan emosi, seperti tantrum, dengan diimbangi oleh penguatan positif.

Peran seorang guru tidak hanya terbatas pada mengajar di depan papan tulis dengan mengajarkan keterampilan dasar seperti menghitung, membaca, dan menulis, tetapi juga mencakup tanggung jawab untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Seorang pengajar berfungsi memberikan instruksi dan pengetahuan kepada siswa, serta menjalankan tugas sebagai pengelola kelas dan pengawas yang bertanggung jawab untuk memantau, membimbing, dan menilai kemajuan siswa guna memastikan semuanya berjalan dengan baik. Di samping itu, guru juga berperan sebagai motivator, yang memupuk semangat, antusiasme, dan dorongan, serta menginspirasi para peserta didik. Dalam posisi sebagai konselor, seorang guru menjadi pendengar yang baik dan bisa diandalkan bagi anak-anak untuk membagikan masalah mereka, serta memberikan saran positif berdasarkan curahan hati mereka. Selain itu, guru juga bertindak sebagai eksplorator dengan menunjukkan semangat untuk belajar, menerapkan metode baru, dan inovasi dalam mengajarkan materi kepada siswa (Yenti & Maswal, 2021). Sebagai fasilitator, guru menyediakan waktu yang cukup untuk mendukung proses belajar siswa dan juga memberikan layanan akademis yang diperlukan, termasuk fasilitas seperti media dan alat yang digunakan dalam pembelajaran (Arfandi & Samsudin, 2021).

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa strategi guru dalam mengatasi anak tantrum di RA Darun Najah Sukodono dilakukan melalui metode *time out* (penyisihan sementara). Metode ini terbukti efektif dalam menenangkan anak dan menurunkan frekuensi serta durasi tantrum. Anak yang mengalami tantrum dipisahkan sementara dari teman-temannya agar tidak melukai diri sendiri atau orang lain, kemudian diberikan kesempatan untuk menenangkan diri. Setelah anak kembali tenang, guru memberikan pendekatan positif seperti pelukan, komunikasi lembut, dan ajakan bermain agar anak merasa diterima kembali di lingkungan kelas. Penerapan metode *time out* juga diimbangi dengan peran guru sebagai pembimbing, konselor, dan fasilitator, yang tidak hanya mengajarkan materi pembelajaran tetapi juga membantu anak mengembangkan kemampuan emosionalnya. Selain itu, kerja sama antara guru dan orang tua menjadi faktor penting dalam menangani tantrum, karena pemahaman dan konsistensi pola asuh di rumah berpengaruh besar terhadap pengendalian emosi anak. Dengan demikian, strategi *time out* yang diterapkan secara konsisten dan disertai pendekatan kasih sayang terbukti mampu membantu anak usia 4-5 tahun di RA Darun Najah mengelola emosi, mengurangi perilaku tantrum, serta mendukung perkembangan sosial-emosional mereka secara positif.

Saran

1. Bagi Guru:

Guru disarankan terus mengembangkan kemampuan dalam memahami emosi anak dan menerapkan berbagai strategi selain *time out*, seperti komunikasi empatik dan terapi bermain.

2. Bagi Orang Tua:

Orang tua perlu bekerja sama dengan guru dan menerapkan pola asuh yang konsisten di rumah untuk membantu anak mengontrol emosi.

3. Bagi Lembaga:

Lembaga disarankan menyediakan ruang khusus bagi anak yang tantrum dan mengadakan kegiatan *parenting class* guna memperkuat kerja sama dengan orang tua.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Peneliti berikutnya dapat meneliti dengan subjek lebih luas dan mengombinasikan metode *time out* dengan pendekatan lain agar hasil lebih komprehensif.

Daftar Pustaka

- Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. CV. Syakir Media Press.
- Arfandi, A., & Samsudin, M. A. (2021). Peran guru profesional sebagai fasilitator dan komunikator dalam kegiatan belajar mengajar. *Edupedia: Jurnal Studi Pendidikan Dan Pedagogi Islam*, 5(2), 124-132.
- Bakrisuk, F., & Pamuji, P. (2024). Studi Kasus Tentang Efektivitas Intervensi Perilaku Dalam Mengatasi Tantrum Pada Anak Usia 6 Tahun. *Cendikia: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(7), 182-188.
- Dewi, A. R. T. (2022). Peran Layanan BK AUD dalam Menangani Anak Tantrum. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 62-68.
- Dewi, A. R. T., Mayasarokh, M., & Gustiana, E. (2020). Perilaku sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 4(01), 181-190.
- Eli Rahmawati. (2024). The Relationship of Parenting Patterns With Student Learning Outcomes. *International Journal of Pedagogy*, 1(01), 20-27. <https://doi.org/10.31849/ijp.v1i01.13766>
- Fadilah, A. (2023). Penggunaan Teknik Time Out Dalam Mengendalikan. *Jurnal Analisis Pendidikan Sosial*, 1(1), 24-31.
- Fuadia, N. N. (2022). Wawasan: PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSI ANAK USIA DINI. *Kediklatan Balai Diklat Jakarta*, 3, 31-47.
- Hidayat, A. N., Hayati, E., Usmanti, Y., & Ulfah, U. (2024). Upaya Guru Dalam Menangani Temper Tantrum Pada Anak Kelas IV Sdn Bulansari Kabupaten Subang. *Jurnal Tahsinia*, 5(4), 512-522.
- Hudaibiyah, A., & Mas'udah, M. (2022). Hubungan komunikasi orang tua dengan perilaku tantrum pada anak Usia 4-6 tahun. *Jurnal Pendidikan AURA (Anak Usia Raudhatul Atfhal)*, 3(2), 78-90.
- Idhayanti, R. I., Winarsih, S., Masini, M., Sarwono, B., Agustina, R., Safitri, S., Wijayanti, N. Z. D., Rahmawati, N. D., & Nurjanah, A. S. (2022). Cegah Tantrum Pada Anak Melalui Pendampingan Ibu Balita. *LINK*, 18(1), 37-42.
- Imrotul Ummah, & Pamuji. (2024). Strategi Positif dalam Mengatasi Tantrum Pada Anak Usia Dini. *Student Scientific Creativity Journal*, 2(4), 139-148. <https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v2i4.3488>
- Imtikhani Nurfadilah, M. F. (2021). Modifikasi Perilaku Anak Usia Dini untuk Mengatasi Temper Tantrum pada Anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 69-76. <https://doi.org/10.21831/jpa.v10i1.28831>
- Irchamni, A. (2022). Strategi Program Bimbingan Konseling Islam Sebagai Upaya Terapi Dan Antisipasi Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pedagogy*, 15(1), 150-163. <https://doi.org/10.63889/pedagogy.v15i1.121>
- Pendidikan, M. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini. *Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia: Jakarta*.
- Pudjibudojo, J. K., Handadari, W., Wulandari, P. Y., Kesumaningsari, N. P. A., Bawono, Y., Sugiarto, H. W., & Warni, W. E. (2019). *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan: Memahami Dinamika Perkembangan Anak*. Sidoarjo: Zifatama Jawara.

- Rohma, A. S., Budyawati, L. P. I., & Atika, A. N. (2023). EFEKTIVITAS PENERAPAN TEKNIK TIME OUT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN ANAK KELOMPOK A DI TKMNU SUNAN GIRI KECAMATAN BALUNG KABUPATEN JEMBER. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan Anak Usia Dini*, 10(2), 93-100.
- Rohmah, N. A. N. (2021). Modifikasi Perilaku Tantrum Melalui Permainan dan Metode Time-Out pada Anak Usia Dini. *Early Childhood Education and Development Journal*, 3(2), 93-101. <https://jurnal.uns.ac.id/ecedj>
- Sadita, A. A. (2023). Temper Tantrum Behavior in Early Childhood as Communication with Parents. *Journal of Insan Mulia Education*, 1(2), 45-52. <https://doi.org/10.59923/joinme.v1i2.7>
- Sari Harahap, N., & Sandra Ritonga, R. (2023). Strategi Guru Dalam Menangani Anak Usia 4-5 Tahun Yang Mengalami Temper Tantrum Di Ra Bahrul Ilmi Padang Sidempuan. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Dan Pengembangan Pembelajaran*, 6, 610-616.
- Sari, M., & Maini Sitepu, J. (2024). Peran Guru dalam Mengatasi Anak Temper Tantrum melalui Metode Time Out pada Aktivitas Pembelajaran. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 230-241. <https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.518>
- Sari, P. P., Rahman, T., & Mulyadi, S. (2020). Pola asuh orang tua terhadap perkembangan emosional anak usia dini. *Jurnal Paud Agapedia*, 4(1), 157-170.
- Seni, P., & Syarif, D. F. T. (2017). Perilaku Tantrum Pada Anak TK Rahmat Al-Falah Kelompok B Palangka Raya. *Suluh: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 6-11. <https://doi.org/10.33084/suluh.v2i2.534>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Sukatin, S., Chofifah, N., Turiyana, T., Paradise, M. R., Azkia, M., & Ummah, S. N. (2020). Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 5(2), 77-90. <https://doi.org/10.14421/jga.2020.52-05>
- Suridha, S., Asqia, N., Ashari, N., & Aulia, F. sulva. (2023). Penerapan Metode Time Out Dalam Memodifikasi Perilaku Manipulative Tantrum Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Desa Mirring Kabupaten Polewali Mandar (Studi Kasus). *Anakta : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(2), 105-114. <https://doi.org/10.35905/anakta.v2i2.6560>
- Tobing, M. S. (2021). Teori Klasik Dan Kontemporer: Dari Behaviour Hingga Time Out (Time Out Menurut Pandangan Islam). *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(2), 92. <https://doi.org/10.22373/taujih.v4i2.11840>
- Yenti, Y., & Maswal, A. (2021). Pentingnya peran pendidik dalam menstimulasi perkembangan karakter anak di PAUD. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 2045-2051.
- Yulia, R., Suryana, D., & Safrizal, S. (2021). Manipulatif Tantrum: Strategi untuk Mewujudkan Keinginan Anak. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(1), 1-10. <https://doi.org/10.14421/jga.2021.61-01>
- Zulfika, I. (2020). Analisis Bentuk Ekspresi Emosional Tokoh dalam Novel Takhta Nirwana Karya Tasaro. *Jurnal Konsepsi*, 8(4), 144-145. <https://p3i.my.id/index.php/konsepsi>