

STRATEGI MENGATASI TEMPERTANTRUM PADA ANAK USIA 3-5 TAHUN MELALUI PERMAINAN ULAR TANGGA DI TK WILAYAH TUMPANG KABUPATEN MALANG

TEMPERTANTRUM OVERCOME STRATEGY IN 3-5 YEARS AGES THROUGH LADDER SNAKE GAME AT TK WILAYAH TUMPANG KABUPATEN MALANG

¹Eka Supriyanti*, ¹Tanti Budhi Hariyanti

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maharani Malang

Info Artikel

Sejarah Artikel :

Submitted: 17 Jul 2018

Accepted: 17 Des 2018

Publish Online: 18 Feb 2019

Kata Kunci:

Anak, Tempertantrum, Ular Tangga

Keywords:

Children,
Tempertantrum,
Snakes and Ladders.

Abstrak

Latar belakang: Di Indonesia balita yang mengalami tantrum dalam waktu satu tahun, 23-83% dari anak usia 2 sampai 4 tahun pernah mengalami tempertantrum. Tempertantrum bukanlah suatu penyakit berbahaya, namun jika orangtua membiarkan tantrum berlarut-larut dan tidak pernah memberikan solusi yang benar kepada anak maka perkembangan emosional anak dapat terganggu.. **Tujuan:** Mengetahui strategi mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan *one group pre-post test*. Populasinya adalah orangtua yang mempunyai anak TK, sampelnya adalah orangtua yang mempunyai anak tempertantrum sesuai kriteria inklusi dengan teknik sampling *purposive sampling* sejumlah 30 responden. Tempat penelitian dilakukan di TK Wilayah Tumpang Kabupaten Malang. Pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner, observasi, dan dokumentasi untuk melihat pengaruh permainan ular tangga. **Hasil:** Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $P=0,001$ ($P < 0,05$). **Simpulan:** Penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga.

Abstract

Background: In Indonesia toddlers who experience tantrums within one year, 23-83% of children aged 2 to 4 years have experienced tempertantrums. Tempertantrum is not a dangerous disease, but if parents let the tantrum drag on and never give the right solution to the child then the emotional development of the child can be disrupted. **Objectives:** To know the tempertantrum management strategy in 3-5 years old children through snake and ladder games. **Methods:** The design of this study uses *one group pre-post test*. The population is parents who have kindergarten children, the sample is parents who have tempertantrum children according to the inclusion criteria with *purposive sampling* sampling technique of 30 respondents. The place of research was conducted in Tumpang Region Kindergarten Malang Regency. Data collection uses questionnaire, observation and documentation instruments to see the effect of snake and ladder games. Data analysis using *Wilcoxon* test. **Results:** Data analysis shows $P = 0.001$ ($P < 0.05$) means that there is an effect of overcoming tempertant in 3-5 years old children through snake and ladder games. **Conclusions:** It is expected that parents and health workers can apply strategies to overcome tempers in children through snake and ladder games.

PENDAHULUAN

Anak adalah bagian dari generasi muda sebagai salah satu sumber daya manusia yang merupakan potensi dan penerus cita-cita perjuangan bangsa yang memiliki peran strategis dan mempunyai ciri dan sifat khusus memerlukan pembinaan perlindungan dalam rangka menjamin pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, sosial, secara utuh, serasi, selaras dan seimbang. Anak merupakan generasi penerus bangsa. Apabila anak diasuh dengan baik maka anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai dengan keinginan dan harapan. Akan tetapi bila anak tidak diasuh dengan baik maka anak tidak akan tumbuh dan berkembang sebagaimana mestinya (Kirana, 2013).

Temper Tantrum adalah episode dari kemarahan dan frustrasi yang ekstrim, yang tampak seperti kehilangan kendali seperti dicirikan oleh perilaku menangis, berteriak, dan gerakan tubuh yang kasar atau agresif seperti membuang barang, berguling di lantai, membenturkan kepala dan menghentakkan kaki di lantai. Pada anak yang lebih kecil biasanya sampai muntah, pipis, atau bahkan nafas sesak karena terlalu banyak menangis dan berteriak (Tandry, 2010). Faktor penyebab anak mengalami temper tantrum adalah faktor fisiologis yaitu lelah, lapar, atau sakit, faktor psikologis antara lain anak mengalami kegagalan dan orang tua yang terlalu menuntut anak sesuai harapan orangtua, faktor orang tua yakni pola asuh dan komunikasi dan faktor lingkungan yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan luar rumah (Kirana, 2013). Faktor lain yang dapat mempengaruhi tempertantrum pada anak adalah pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, usia orang tua, jenis kelamin anak, dan jumlah saudara (Hasan, 2011). Temper tantrum bukanlah suatu penyakit berbahaya, namun jika orang tua membiarkan tantrum berlarut-larut dan tidak pernah memberikan solusi yang benar kepada anak maka perkembangan emosional anak dapat terganggu.

Dampak sosial dari tempertantrum dapat mempengaruhi perkembangan emosional anak jika dibiarkan secara berlarut-larut. Jika anak yang sedang mengalami tantrum dilihat oleh anak yang tidak tantrum maka dapat berpengaruh di lingkungan sekitar, karena anak cenderung meniru kejadian yang ada. Untuk mengatasi hal tersebut orang tua mempunyai peranan penting dalam pola asuh yaitu dengan komunikasi yang baik dengan anak dan melalui rangsangan permainan yang dapat melatih perkembangan emosi anak.

Menurut Wakschalg dan timnya pada 1.500 orang tua yang memiliki anak mayoritas balita (83,7%) terkadang mengalami tantrum, 8,6% yang setiap hari marah dan mengamuk. Tantrum dipicu karena anak capek atau frustrasi (Kompas, 2012). Sedangkan di Indonesia balita yang biasanya mengalami ini dalam waktu satu tahun, 23-83% dari anak usia 2 sampai 4 tahun pernah mengalami temper tantrum (Psikologizone, 2012) dalam Zakiyah (2015). Berdasarkan uraian tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pre-Post Test*. Populasi dalam penelitian ini yaitu orang tua yang mempunyai anak TK. Sampel dalam penelitian ini adalah orangtua yang mempunyai anak tempertantrum sesuai dengan kriteria inklusi yaitu orangtua yang mempunyai anak tempertantrum, orangtua yang bisa membaca dan menulis, anak yang

mengalami tempertantrum besar atau kecil berdasarkan skrening, anak yang bisa berhitung dan mengenal angka. Penelitian ini menggunakan teknik sampling *Purposive Sampling* sejumlah 30 responden. Tempat penelitian ini dilakukan di TK Wilayah Tumpang Kabupaten Malang. Alat pengumpulan data menggunakan instrument kuesioner, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di tiga TK Wilayah Tumpang Kabupaten Malang. Selama penelitian anak yang mengalami tempertantrum dilakukan observasi melalui permainan ular tangga. Dari hasil penelitian didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	f	%
Umur Anak	3 tahun	4	13
	4 tahun	15	50
	5 tahun	11	37
Jenis Kelamin Anak	Laki-laki	19	63
	Perempuan	11	37
Jumlah Saudara	Memiliki saudara	17	57
	Tidak memiliki saudara	13	43
Umur Ibu	Risiko tinggi (<20 dan >35 tahun)	6	20
	Risiko rendah (20–35 tahun)	24	80
Pendidikan Ibu	Rendah (< SMU)	8	27
	Tinggi (> SMU)	22	73
Pekerjaan Ibu	Bekerja	21	70
	Tidak bekerja	9	30

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setengahnya anak berumur 4 tahun sebanyak 15 anak (50%). Sedangkan jenis kelamin anak yang mengalami tempertantrum sebagian besar adalah laki-laki sebanyak 19 anak (63%). Jumlah saudara pada penelitian ini sebagian besar memiliki saudara sebanyak 17 anak (57%). Umur ibu hampir seluruhnya termasuk resiko rendah (20-35tahun) sebanyak 24 orang (80%). Sedangkan pendidikan ibu hampir seluruhnya (73%) berpendidikan tinggi (>SMU). Dan sebagian besar ibu bekerja sebanyak 21 orang (70%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Tempertantrum Pre Observasi

Tempertantrum	F	%
Besar	22	73
Kecil	8	27
Tidak Tempertantrum	0	0
Total	30	100

Berdasarkan hasil penelitian sebelum observasi menunjukkan bahwa sebagian besar (73%) anak mengalami tempertantrum besar sebanyak 22 anak. Sedangkan yang mengalami tempertantrum kecil hampir setengahnya (27%) sebanyak 8 anak.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kejadian Tempertantrum Post Observasi

Tempertantrum	f	%
Besar	7	23
Kecil	21	70
Tidak Tempertantrum	2	7
Total	30	100

Berdasarkan hasil penelitian setelah observasi menunjukkan bahwa sebagian besar (70%) anak mengalami tempertantrum kecil sebanyak 21 anak. Sedangkan yang mengalami tempertantrum besar sebagian kecil (23%) sebanyak 7 anak. Dan sebagian kecil pula anak tidak mengalami tempertantrum sebanyak 2 anak (7%).

Tabel 4. Tabel Silang Kejadian Tempertantrum Pre Post Observasi

Kejadian Tempertantrum	Observasi				Total	
	Pre		Post			
	f	%	f	%	f	%
Besar	22	37	7	12	29	49
Kecil	8	13	21	35	29	48
Tidak Tempertantrum	-	-	2	3	2	3
Total	30	50	30	50	60	100

Berdasarkan tabel silang diatas menunjukkan bahwa kejadian tempertantrum pre observasi hampir setengahnya (37%) mengalami tempertantrum besar, dan sebagian kecil (13%) mengalami tempertantrum kecil, sedangkan post observasi sebagian kecil (12%) mengalami tempertantrum besar, hampir setengahnya (35%) mengalami tempertantrum kecil, dan sebagian kecil (3%) tidak tempertantrum.

Tabel 5. Test Statistics^a Uji Wilcoxon

	Tempertantrum Post Observasi - Tempertantrum Pre Observasi
Z	-4.123 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on positive ranks.	

Berdasarkan analisa data diatas menunjukkan bahwa nilai $P=0,001$ ($P<0,05$) artinya ada pengaruh mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setengahnya anak berumur 4 tahun sebanyak 15 anak (50%). Pada usia tersebut karakteristik emosi anak muncul pada ledakan marahnya atau temper tantrum (Hurlock, 2010). Sedangkan jenis kelamin anak yang mengalami tempertantrum sebagian besar adalah laki-laki sebanyak 19 anak (63%). Anak laki-laki lebih 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 (Darkusno, 2012 dalam Indanah, 2017). Hal ini membuktikan bahwa anak laki-laki lebih cenderung emosi secara fisik sedangkan anak perempuan lebih menunjukkan bentuk verbal saat tempertantrum terjadi.

Jumlah saudara pada penelitian ini sebagian besar memiliki saudara sebanyak 17 anak (57%). Anak yang mempunyai saudara cenderung lebih banyak mengalami perselisihan daripada yang tidak memiliki saudara Hurlock (2010). Hasil penelitian Lusiana (2015) dan Indanah (2017) menunjukkan bahwa besarnya keluarga dapat mempengaruhi rasa cemburu anak yang dapat menyebabkan tempertantrum. Memiliki saudara dalam keluarga dapat menimbulkan tempertantrum semakin meningkat karena waktu berkumpul dengan saudara yang lainnya tidak sama. Umur ibu hampir seluruhnya termasuk resiko rendah (20-35tahun) sebanyak 24 orang (80%). Umur ibu berpengaruh terhadap pola pikirnya sehingga ibu yang memiliki anak tempertantrum jika tidak memiliki pemikiran yang matang tidak bisa menangani tempertantrum yang terjadi dengan baik (Werdiningsih, 2012 dalam Indanah 2017).

Sedangkan pendidikan ibu hampir seluruhnya (73%) berpendidikan tinggi (>SMU). Menurut Soetjningsih (2013) orang tua yang mempunyai latar belakang pendidikan tinggi akan bersikap lebih siap dalam mengasuh anaknya. Pendidikan orangtua yang tinggi dapat menjadi media untuk menerima segala informasi dari luar terutama tentang cara mengasuh dan memantau tumbuh kembang anak (Soetjningsih, 2013). Sebagian besar ibu bekerja sebanyak 21 orang (70%). Bekerja adalah suatu aktivitas dan usaha yang dilakukan seseorang yang mempunyai manfaat positif dalam meningkatkan perekonomian (Alwi, 2000 dalam Indanah, 2017). Pekerjaan orangtua atau seseorang akan mempengaruhi kemampuan ekonominya, bekerja merupakan suatu keharusan bagi setiap individu untuk memenuhi kebutuhannya. Kejadian tempertantrum ditunjukkan pada anak yang kurang mendapatkan waktu bersama dengan keluarga karena kesibukannya dalam bekerja (Nurhidayah, 2008 dalam Dinantia 2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian tempertantrum pre observasi hampir setengahnya (37%) mengalami tempertantrum besar, dan sebagian kecil (13%) mengalami tempertantrum kecil, sedangkan post observasi sebagian kecil (12%) mengalami tempertantrum besar, hampir setengahnya (35%) mengalami tempertantrum kecil, dan sebagian kecil (3%) tidak tempertantrum. Berdasarkan analisa data menunjukkan bahwa nilai $P=0,001$ ($P<0,05$) artinya ada pengaruh mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga.

Tempertantrum adalah suatu luapan emosi yang meledak-ledak dan tidak terkontrol. Temper tantrum seringkali muncul pada anak usia 15 bulan hingga 6 tahun (Zaviera, 2008). Umumnya anak kecil lebih emosional daripada orang dewasa karena pada usia ini anak masih relatif muda dan belum dapat mengendalikan emosinya. Pada usia 2-4 tahun, karakteristik emosi anak muncul pada ledakan marahnya atau temper tantrum (Hurlock, 2010). Sikap yang ditunjukkan untuk menampilkan rasa tidak senangnya, anak melakukan tindakan yang berlebihan, misalnya menangis, menjerit, melemparkan benda, berguling-guling, memukul ibunya atau aktivitas besar lainnya (Hurlock, 2010). Faktor penyebab anak mengalami temper tantrum adalah faktor fisiologis yaitu lelah, lapar, atau sakit, faktor psikologis antara lain anak mengalami kegagalan dan orang tua yang terlalu menuntut anak sesuai harapan orangtua, faktor

orang tua yakni pola asuh dan komunikasi dan faktor lingkungan yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan luar rumah (Kirana, 2013). Faktor lain yang dapat mempengaruhi tempertantrum pada anak adalah pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, usia orang tua, jenis kelamin anak, dan jumlah saudara (Hasan, 2011). Temper tantrum bukanlah suatu penyakit berbahaya, namun jika orang tua membiarkan tantrum berlarut-larut dan tidak pernah memberikan solusi yang benar kepada anak maka perkembangan emosional anak dapat terganggu.

Orang tua sering kali menghadapi tantrum dengan strategi yang salah diantaranya yaitu dengan menyerah kepada anak tantrum karena orang tua merasa malu ketika anaknya mengalami tantrum di tempat umum, bahkan ada orang tua yang segera memberikan hukuman fisik seperti memukul anak dan mencubit agar tantrum segera berakhir (Gracina, 2005 dalam Zakiyah 2015). Strategi lain yang digunakan oleh orang tua dalam mengatasi temper tantrum diantaranya komunikasi yang baik dengan anak untuk menghilangkan temper tantrum dari dirinya dan melalui rangsangan permainan yang dapat melatih perkembangan emosi anak. Permainan yang dapat melatih perkembangan emosi anak, kesabaran sekaligus dapat mengasah kecerdasan otak anak adalah ular tangga. Permainan ular tangga merupakan salah satu 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.

Dampak psikologi permainan ini dapat diterapkan pada anak yang mengalami tempertantrum kita ketahui bahwa tempertantrum adalah luapan emosi anak yang meledak-ledak dan tidak terkontrol dan jika dibiarkan berlarut-larut dapat mempengaruhi perkembangan psikologi anak. Melalui permainan ular tangga anak akan diajarkan mengenal angka, berhitung, dan melatih emosi anak untuk bersabar, tidak sombong serta dapat menerima kealahannya sehingga dapat berpengaruh dengan psikologis anak (Kompasiana, 2017).

SIMPULAN

1. Hasil penelitian sebelum observasi menunjukkan bahwa sebagian besar (73%) anak mengalami tempertantrum besar sebanyak 22 anak. Sedangkan yang mengalami tempertantrum kecil hampir setengahnya (27%) sebanyak 8 anak.
2. Hasil penelitian setelah observasi menunjukkan bahwa sebagian besar (70%) anak mengalami tempertantrum kecil sebanyak 21 anak. Sedangkan yang mengalami tempertantrum besar sebagian kecil (23%) sebanyak 7 anak. Dan sebagian kecil pula anak tidak mengami tempertantrum sebanyak 2 anak (7%).
3. Tabel silang menunjukkan bahwa kejadian tempertantrum pre observasi hampir setengahnya (37%) mengalami tempertantrum besar, dan sebagian kecil (13%) mengalami tempertantrum kecil, sedangkan post observasi sebagian kecil (12%) mengalami tempertantrum besar, hampir setengahnya (35%) mengalami tempertantrum kecil, dan sebagian kecil (3%) tidak tempertantrum.
4. Hasil analisa data menunjukkan bahwa nilai $P=0,001$ ($P<0,05$) artinya ada pengaruh mengatasi tempertantrum pada anak usia 3-5 tahun melalui permainan ular tangga. Dengan hasil tersebut berarti anak yang mengalami tempertantrum dapat diatasi menggunakan strategi permainan ular tangga, dan dapat meminimalisir kejadian

tempertantrum menjadi lebih kecil atau tidak tempertantrum. Sehingga tujuan dari penelitian ini dapat tercapai.

SARAN

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu strategi atau upaya untuk mengatasi tempertantrum pada anak melalui permainan ular tangga.
2. Diharapkan orangtua menjadikan media permainan ular tangga dalam mengasuh dan mendidik anak tempertantrum.
3. Diharapkan tenaga kesehatan menjadikan media permainan ular tangga sebagai permainan yang dapat melatih perkembangan emosi anak khususnya tempertantrum.
4. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya bisa mengembangkan dengan permainan edukasi lain untuk mengatasi tempertantrum pada anak.

REFERENSI

- Dinantia, dkk. 2014. *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Frekuensi Dan Intensitas Perilaku Tempertantrum Pada Anak Toddler*. JOM PSIK VOL.1 NO.2 OKTOBER 2014.
- Hasan, Maimun. 2011. *Pendidikan Anak Usia Dini*, Yogyakarta : Diva Press.
- Hurlock, E.B. 2010. *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta : Erlangga
- Indanah, dan Sri Karyati. 2017. *Todler Tempertantrum*. Prosiding UAD Yogyakarta. 1300-1311
- Kirana, R.S. 2013. *Hubungan Pola Asuh Orangtua Dengan Tempertantrum Pada Anak Pra Sekolah*.
- Kompasiana. 2017. *Waspadai Balita Yang Sering Marah dan Mengamuk*. <http://www.kompasiana.com/usfitriyah/58c7b3f0559773218187dcc60/bermain-ular-tangga-melalui-pendekatan-metode-dan-teknik-sosioemosional-anak>. Diakses 16 Februari 2018
- Lusiana, E. (2015). *Perbedaan Resiko Tempertantrum Anak Usia Prasekolah Antara ibu Bekerja dan Tidak Bekerja di Kabupaten Jember*. Digital Repository Universitas Jember.
- Soetjiningsih. 2013. *Tumbuh Kembang Anak Edisi 2*. Jakarta. EGC
- Suherman. 2002. *Psikologi Pendidikan Membangun Interaksi Pembelajaran Optimal*. Bandung: PR Re,aja Rosda Karya.
- Tandry, Novita,. 2010. *Bad Behaviour, Tantrums, and Tempers*. Jakarta : Elex Media Komputindo

Zakiah, N. (2015). *Hubungan Pola Asuh Orangtua Dengan Kejadian Tempertantrum Pada Anak Usia Toddler di Bantul*.

Zaviera, Ferdinand. 2008. *Mengenal Dan Memahami Tumbuh Kembang Anak*. Yogyakarta : KATAHATI