

Psikoedukasi: Mengenali *Tantrum* Pada Anak

Sisi Olipia Chandra¹⁾; Muhammad Fadhli²⁾; Amalia Juniary³⁾

^{1,2,3,4,5)} Universitas Sriwijaya, Sumatera Selatan

Email: ¹ sisioliviachandra@gmail.com, ² muhhammadfadhli@fk.unsri.ac.id, ³ amaliajuniary@fk.unsri.ac.id

ARTICLE HISTORY

Received [04 Juni 2025]

Revised [04 Juli 2025]

Accepted [06 Juli 2025]

KEYWORDS

Tantrums, Children, Parenting Styles.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Pengabdian ini dilakukan untuk memberikan intervensi berupa psikoedukasi melalui penyuluhan kepada orang tua yang memiliki anak balita. Diantara tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai pola asuh yang dimiliki oleh orang tua ternyata dapat memengaruhi *tantrum* pada anak. Intervensi ini memberikan informasi mengenai pengertian *tantrum*, bentuk *tantrum*, penyebab *tantrum*, dampak *tantrum*, cara menangani *tantrum*, serta cara mencegah *tantrum*. Pengabdian berharap bahwa intervensi yang dilakukan dapat membantu para orang tua agar lebih memahami dan menyadari dampak dari penanganan *tantrum* yang tidak tepat, sehingga orang tua dapat memberikan pola asuh yang tepat dalam menangani *tantrum*. Kemudian, berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* penyuluhan yang telah dilakukan, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh akan *tantrum* pada anak.

ABSTRACT

The purposed of this activity is carried out to provide intervention in the form of psychoeducation that counseling to parents who have toddlers. The goal is to increase parental knowledge and awareness regarding parenting patterns that parents have that can affect tantrums in children. This intervention provides information about the definition of tantrums, forms of tantrums, causes of tantrums, impacts of tantrums, how to handle tantrums, and how to prevent tantrums. The service provider hopes that the intervention carried out can help parents to better understand and realize the impacts of improper tantrum handling, so that parents can provide appropriate parenting patterns in handling tantrums. Then based on the results of the pre-test and post-test of the counseling that has been carried out, it was obtained that there was an increase in parental knowledge regarding parenting patterns for tantrums in children.

PENDAHULUAN

Usia dini adalah fase awal yang sangat penting dan fundamental dalam keseluruhan proses pertumbuhan dan perkembangan manusia yang mencakup berbagai tahap krusial yang mempengaruhi kehidupan anak secara mendalam, berlanjut hingga tahap akhir perkembangan mereka (Yunita & Suryana, 2022). Kualitas seorang anak, baik atau buruk, sangat dipengaruhi oleh bagaimana mereka tumbuh dan berkembang selama masa emas, yaitu pada usia 0-5 tahun (Arofah & Yuniati, 2021). Pada masa ini, anak mengalami perkembangan yang sangat signifikan di berbagai bidang, seperti fisik, motorik, emosional, kognitif, psikososial, dan spiritual (Lubis, Fitriani, Salsabila, Shabilla, Panjaitan, & Aulia, 2024). Kemudian gagalnya anak dalam beradaptasi dengan lingkungan dapat menimbulkan tekanan yang memicu perilaku negatif seperti merengek, menangis, menjerit, membanting barang, menghentak kaki, atau berguling-guling yang disebut dengan temper *tantrum* (Sari, Rusana, & Ariani, 2019). Kemudian dapat diketahui bahwa anak-anak berusia dua tahun atau masa prasekolah paling sering mengalami *tantrum* (Juhrodin, 2022). Wakschlag, Choi, Carter, Hullseik, Burns, McCarthy, Leibenluft, dan Briggs-Gowan (2012) menemukan bahwa 83,7% dari 1490 anak usia 3-5 tahun mengalami *tantrum* sesekali dan 8,6% *tantrum* setiap hari karena emosi yang belum berkembang.

Untuk menguatkan temuan di lapangan, pengabdian melakukan survey pada orangtua yang memiliki anak balita yang sedang berkunjung ke Puskesmas N. Survei dilakukan terhadap 23 orang yang memiliki anak berusia 0-5 tahun. Berdasarkan hasil survei yang telah dilakukan menunjukkan bahwa dalam 6 bulan terakhir ada 13 permasalahan mengenai *tantrum*. Setelah dilakukan wawancara terhadap 3 ibu yang telah mengisi survei didapatkan bahwa anak mereka akan berteriak, menangis, melempar barang, serta menghentak kaki mereka saat tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan.

Temper tantrum merupakan masalah perilaku anak usia dini yang berupa bentuk emosi pada anak yang meluap-luap dan berlebihan ketika anak dalam kondisi tertentu (Nurfadilah, 2021). Menurut Setyarini, Rengganis, Ardhiani, & Mas'udah (2023) ada hubungan antara durasiscreen time dan kemungkinan terjadinya *tantrum* dimana balita yang menghabiskan lebih dari 1 jam di depan layar cenderung memiliki risiko lebih besar untuk mengalami *tantrum*. Kemudian orang tua juga perlu untuk menghindari penggunaan media sebagai cara utama dalam meregulasi emosi anak mereka (Coyne et al., 2021). Penemuan ini diperkuat dari wawancara dan hasil survei dimana sebagian dari *tantrum* terjadi akibat orang tua yang menolak permintaan anak untuk menggunakan *handphone* dan cenderung menuruti permintaan anak untuk membuat anak diam. *Tantrum* biasanya muncul pada usia 2 atau 3 tahun dan mulai menurun pada usia 4 tahun dan cara orang tua merespons sangat penting dalam manajemen *tantrum* (Fetsch & Jacobson, 2013).

Temper *tantrum* yang dibiarkan terus menerus dapat mempengaruhi perkembangan emosional anak usia 3-6 tahun, yang berpotensi menyebabkan mereka menjadi pemarah hingga dewasa (Fawziyah & Erfiana, 2022). Ketika perilaku temper *tantrum* pada anak tidak ditangani dengan baik, dan setiap kali anak mengamuk kemudian kemauannya dituruti, maka *tantrum* ini menjadi "senjata" bagi anak agar permintaan dipenuhi serta membuat anak sulit menunda keinginan, dan jika berkelanjutan bisa berdampak pada kontrol diri yang rendah, temperamen pemarah, serta suka ngambek (Izzaty, 2017). Hal ini diperkuat dari hasil wawancara terhadap para ibu, dimana ketika sang anak dalam kondisi mengamuk, sang ibu merasakan rasa kasihan terhadap anak sehingga mereka menyerah dan menuruti permintaan anak yang membuat kejadian ini terus berulang.

Pada tahap awal anak akan belajar dari lingkungan terdekatnya, yaitu keluarga (Filtri, 2017). Menurut Sari et al. (2019), perilaku temper *tantrum* pada anak usia prasekolah dipengaruhi oleh pola asuh dan komunikasi orang tua, bukan pekerjaan orang tua. Penelitian Mireault dan Trahan (2007) menunjukkan bahwa orang tua sering kali merespons *tantrum* secara tidak tepat dimana 59% mencoba menenangkan anak, 37% mengabaikannya, dan 31% menyuruh anak untuk diam. Hal ini menggarisbawahi pentingnya gaya pengasuhan dan tanggung jawab orang tua untuk mendidik anak mereka dengan benar.

Putri (2021) dalam penelitiannya menemukan bahwa para ibu perlu untuk dapat menambah atau memperbanyak ilmu pengetahuan mengenai konsep dan cara mengatasi perilaku *tantrum* pada anak melalui penyuluhan. Khususnya di bidang pelayanan kesehatan ibu dan anak, agar dapat terus meningkatkan penyuluhan dan menyebarkan leaflet tentang strategi yang benar dalam menghadapi anak yang temper *tantrum* (Rahayuningsih, 2014). Berdasarkan hal tersebut, sehingga pengabdian memutuskan untuk melakukan pengabdian dalam psikoedukasi kepada orangtua mengenai *tantrum* pada anak.

METODE

Pelaksanaan intervensi dilakukan di Posyandu K yang merupakan binaan dari Puskesmas N. Intervensi berupa kegiatan psikoedukasi berbentuk penyuluhan yang dilakukan dihadiri dan diikuti peserta yang merupakan ibu dengan anak balita. Pada saat kegiatan, pengabdian didampingi oleh 2 orang petugas di Posyandu K. Kedua petugas tersebut berasal dari Puskesmas N. Sebelum pelaksanaan intervensi dilaksanakan, peneliti mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan, yaitu lembar *pre-test*, lembar *post-test*, alat tulis (pena) dan materi dalam bentuk *leaflet*.

Lembar *pre-test* diberikan untuk mengetahui pemahaman awal peserta akan *tantrum* dan kemudian dikumpulkan. Terkumpulnya *pre-test* menunjukkan tanda akan pelaksanaan kegiatan berikutnya, yaitu psikoedukasi berbentuk penyuluhan. Sebelum diberikan penyuluhan, pengabdian membagikan *leaflet* yang terkait dengan materi penyuluhan, yaitu *tantrum*. Pembagian *leaflet* ini dimaksudkan agar para peserta dapat mendengarkan penjelasan dengan baik dan lebih tergambar. Ketika penyuluhan telah selesai dilakukan, peneliti membuka sesi tanya jawab dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh peserta. Selanjutnya, dilanjutkan dengan membagikan lembar *post-test* untuk diisi oleh peserta dan dikumpulkan kembali saat setelah diisi.



Gambar 1. Leaflet Edukasi Mengenai *Tantrum* Pada Anak

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aktivitas

Kegiatan intervensi dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pola asuh orangtua, pencegahan dan penanganan *tantrum* pada anak. Kegiatan ini dihadiri oleh ibu yang memiliki anak balita sebanyak 14 orang.



Gambar 2. Kegiatan Psikoedukasi Berupa Penyuluhan Kepada Ibu



Gambar 3. Kegiatan psikoedukasi berupa penyuluhan kepada ibu

Kemudian untuk menganalisis keberhasilan program maka dilakukan uji analisis statistik sehingga didapat hasil berikut:

Tabel 1 Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
1	DM	6	9	Meningkat
2	IR	8	9	Meningkat
3	MA	8	10	Meningkat
4	S	8	10	Meningkat
5	RN	7	10	Meningkat
6	SI	6	8	Meningkat
7	K	8	9	Meningkat
8	YW	8	9	Meningkat
9	Rs	6	8	Meningkat
10	Rn	5	9	Meningkat
11	ON	9	10	Meningkat
12	AS	8	9	Meningkat
13	LP	9	10	Meningkat
14	RF	7	9	Meningkat

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre_Test	7,36	14	1,216	,326
	Post_Test	9,21	14	,699	,187

Gambar 1. Hasil Paired Samples Statistic

Berdasarkan hasil *Paired Samples Statistic*, terdapat peningkatan *mean* sebesar 1,85 dimana *pre-test* (7,36) < *post-test* (9,21).

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre_Test & Post_Test	14	,627	,016

Gambar 2 Hasil Dari Paired Samples Correlations

Kemudian berdasarkan hasil dari *Paired Samples Correlations*, nilai signifikansi (Sig.) sebesar $0,016 < 0,05$, maka terdapat hubungan antara *pre-test* dan *post-test*.

Paired Samples Test

		Paired Differences		95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Lower	Upper			
Pair 1	Pre_Test - Post_Test	-1,857	,949	-.2405	-1,309	-7,320	13	,000

Gambar 3. Hasil Dari Sig (2-Tailed) Pada Paired Samples

Setelah mengolah data menggunakan SPSS versi 25, didapatkan bahwa hasil dari *Sig (2-tailed)* pada *Paired Samples* menunjukkan bahwa $p < 0,05$. Maka dari itu, terlihat bahwa *pre-test* dan *post-test* memiliki perbedaan yang signifikan. Sehingga penyuluhan yang diberikan kepada ibu yang memiliki balita terbukti memberikan peningkatan pada hasil *post-test*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pemberian intervensi berupa psikoedilasi dalam bentuk penyuluhan sebagai bentuk upaya dalam mencegah dan mengatasi *tantrum* pada anak balita. Media leaflet digunakan sebagai media pembantu intervensi yang memuat informasi mengenai pengertian *tantrum*, bentuk *tantrum*, penyebab *tantrum*,

dampak *tantrum*, cara menangani *tantrum*, serta cara mencegah *tantrum*. Intervensi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai pola asuh orang tua yang mempengaruhi *tantrum* anak. Selain itu, lembar *pre-test* dan *post-test* juga diberikan kepada para peserta untuk mengukur pemahaman orang tua terkait penyuluhan yang diberikan. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* penyuluhan yang telah dilakukan, didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh terhadap *tantrum* pada anak.

Diantara saran bagi pengabdian yang akan melakukan dengan tema yang sama diharapkan agar mempertimbangkan kondusivitas fasilitas pelaksanaan kegiatan karena banyak diantara peserta yang belum melaksanakan kegiatan dengan maksimal karena ingin segera pulang disebabkan anaknya rewel serta perlu dilakukan penyesuaian konstruk yang tepat menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Puskesmas N, Pengelola Posyandu K, petugas puskesmas yang mendampingi serta kepada peserta penyuluhan sehingga bisa dilaksanakan kegiatan ini dengan optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arofah, S. A. S., & Yuniati, E. (2021). Penyuluhan kesehatan tentang stimulasi dini anak usia 0-59 bulan pada ibu-ibu posyandu di wilayah kerja puskesmas rimbo tengah kab. bungo. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Cahaya Negeriku*, 1(01), 17-20.
- Coyne, S. M., Shawcroft, J., Gale, M., Gentile, D. A., Etherington, J. T., Holmgren, H., & Stockdale, L. (2021). *Tantrums, toddlers and technology: Temperament, media emotion regulation, and problematic media use in early childhood. Computers in Human Behavior*, 120.
- Fawziyah, S., & Erfiana, E. (2022). Relationship of parent communication with temper *tantrum* in preschool children (ages 3-6 years) in paud buah hati mother and state 01 sitiung year 2020. *Science Midwifery*, 10(3), 2188–2195. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i3.632>
- Fetsch, R. J., & Jacobson, B. M. B. (2013). *Children's anger and tantrums*. Colorado State University Extension.
- Filtri, H. (2017). Perkembangan emosional anak usia dini usia 5-6 tahun ditinjau dari ibu yang bekerja. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 32-38.
- Izzaty, R. E. (2017). *Perilaku anak prasekolah: masalah dan cara. menghadapinya*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Juhrodin, U. (2022). *Perilaku anak prasekolah*. Bandung: YAPATA.
- Lubis, R., Fitriani, A., Salsabila, N., Shabilla, N. A., Panjaitan, I. C. N., & Aulia, I. (2024). Perkembangan Anak Usia 0-5 Tahun. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(3).
- Mireault, G., & Trahan, J. (2007). *Tantrums and anxiety in early childhood: A pilot study. Early Childhood Research & Practice*, 9(2).
- Nurfadilah, M. F. I. (2021). Modifikasi perilaku anak usia dini untuk mengatasi temper *tantrum* pada anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 69-76.
- Putri, A. A. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *tantrum* pada anak di tk bunda dharmasraya. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(10), 37–42.
- 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).
- Sari, E., Rusana, R., & Ariani, I. (2019). Faktor pekerjaan, pola asuh dan komunikasi orang tua terhadap temper *tantrum* anak usia prasekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 2 (2). <https://doi.org/10.32584/jika.v0i0.332>
- Setyarini, D. I., Rengganis, S. G., Ardiani, I. T., & Mas'udah, E. K. (2023). Analisis dampak screen time terhadap potensi *tantrum* dan perkembangan anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2496-2504.

- Wakschlag, L. S., Choi, S. W., Carter, A. S., Hullsiek, H., Burns, J., McCarthy, K.,... & Briggs-Gowan, M. J. (2012). Defining the developmental parameters of temper loss in early childhood: implications for developmental psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(11), 1099-1108.
- Yunita, L., & Suryana, D. (2022). Pentingnya pengembangan kurikulum pendidikan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 12526-12532.