

PSIKOEDUKASI BAGI ORANGTUA DALAM PENANGANAN TEMPER TANTRUM ANAK DI TEMPAT UMUM

Wenny Wulandari^{1)*}, Rindang Wahjuningtjas²⁾, Rahmadhania Rizanty³⁾

Universitas Indraprasta PGRI

¹⁾wennyunindra.lecturer@gmail.com, ²⁾rindangwahjuning@gmail.com,
³⁾amadhania21@gmail.com

Histori artikel

Received:
23 Agustus 2024

Accepted:
21 Februari 2025

Published:
28 Februari 2025

Abstrak

Banyak orang tua mengalami kesulitan dalam menangani temper tantrum anak di tempat umum akibat kurangnya pemahaman mengenai penyebab dan strategi penanganan yang tepat. Di TK IT X Depok, beberapa orang tua melaporkan bahwa mereka cenderung menggunakan metode yang kurang efektif, seperti menuruti keinginan anak atau memberikan respons yang terlalu keras. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif agar orang tua memiliki strategi yang lebih tepat dalam merespons tantrum anak. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk memberikan psikoedukasi kepada orang tua murid di TK IT X Depok mengenai strategi efektif dalam menangani temper tantrum anak di tempat umum. Kegiatan ini diikuti oleh 80 peserta, yang terdiri dari orang tua murid dan tenaga pendidik. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, serta pembagian buku saku pola asuh sebagai panduan bagi orang tua. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman orang tua terkait penyebab, tanda-tanda, serta teknik penanganan tantrum yang lebih tepat dan positif. Selain itu, orang tua lebih percaya diri dalam menghadapi tantrum anak di lingkungan publik tanpa menggunakan metode yang kontraproduktif. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran orang tua terhadap pola asuh yang lebih bijaksana, sehingga mendukung perkembangan sosio-emosional anak secara optimal.

Kata-kata kunci: Orang Tua, Perkembangan Anak, Pola Asuh, Psikoedukasi, Temper Tantrum

*Penulis Koresponden: Wenny Wulandari (wennyunindra.lecturer@gmail.com)

Abstract. Many parents struggle to manage their child's temper tantrums in public places due to a lack of understanding about the causes and appropriate handling strategies. At TK IT X Depok, several parents reported that they tend to use less effective methods, such as giving in to the child's demands or responding too harshly. This situation highlights the need for educational intervention so that parents can develop more effective strategies in responding to their child's tantrums. This Community Service (PkM) program aims to provide psychoeducation to parents at TK IT X Depok on effective strategies for managing children's temper tantrums in public settings. The activity was attended by 80 participants, consisting of parents and educators. The methods used in this program included lectures, interactive discussions, and the distribution of a parenting pocketbook as a guide for parents. Evaluation results showed an increase in parental understanding regarding the causes, signs, and more appropriate and positive techniques for handling tantrums. Additionally, parents felt more confident in managing their child's tantrums in public environments without resorting to counterproductive methods. Thus, this program had a positive impact on increasing parental awareness of more mindful parenting strategies, supporting the optimal socio-emotional development of children.

Keywords: Parents, Child Development, Parenting, Psychoeducation, Temper Tantrum

PENDAHULUAN

Temper tantrum merupakan salah satu tantangan utama dalam pengasuhan anak usia dini yang sering kali menimbulkan kebingungan dan kekhawatiran bagi orangtua. Perilaku ini muncul sebagai bentuk ekspresi frustrasi anak akibat ketidakmampuan mereka dalam mengelola emosi dan mengomunikasikan keinginan secara verbal (Daniels, Mandleco, & Luthy, 2012). Anak usia dini terutama dalam rentang usia 1 hingga 4 tahun, sedang mengalami perkembangan pesat dalam aspek kognitif dan emosional, tetapi belum memiliki kontrol diri yang matang. Ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya, anak sering kali merespons dengan menangis, berteriak, menghentak-hentakkan kaki, atau bahkan berguling di lantai. Jika tidak ditangani dengan pendekatan yang tepat, tantrum dapat berkembang menjadi kebiasaan yang menghambat perkembangan sosio-emosional anak serta mempengaruhi hubungan orangtua dan anak (Eisbach et al., 2014). Selain itu, tantrum yang ditangani secara reaktif dan inkonsisten dapat meningkatkan tingkat stres orangtua dalam mengasuh anak, yang pada akhirnya berdampak pada pola asuh yang kurang adaptif.

Fenomena tantrum tidak hanya terjadi dalam konteks individu tetapi juga menjadi permasalahan yang cukup umum di tingkat populasi. Hasil penelitian Potegal, Kosorok, & Davidson (2003) pada 335 anak yang berusia 18 sampai 60 bulan, ditemukan bahwa durasi tantrum yang paling umum adalah 0,5 hingga 1 menit, 75% dari tantrum berlangsung 5 menit atau kurang. Sebuah studi lainnya menunjukkan bahwa sekitar 87% anak usia 18–24 bulan mengalami tantrum, angka ini meningkat menjadi 91% pada usia 30–36 bulan sebelum kembali menurun di usia 42 bulan ke atas (Potegal & Davidson, 2003). Penelitian lain

menunjukkan bahwa tantrum yang berulang dan tidak dikelola dengan baik dapat memicu masalah perilaku jangka panjang, seperti agresivitas, kesulitan dalam regulasi emosi, serta hubungan sosial yang terganggu di kemudian hari (Mascolo & Fisher, 2007). Di Indonesia, data spesifik mengenai prevalensi tantrum masih terbatas, tetapi laporan dari praktisi psikologi anak menunjukkan bahwa tantrum menjadi salah satu keluhan utama dalam sesi konsultasi *parenting* (Rahayuningsih, 2014). Banyak orangtua yang masih belum memahami bahwa tantrum adalah bagian dari perkembangan normal anak dan membutuhkan strategi penanganan yang sesuai dengan tahapan usia mereka.

Di lingkungan TK IT X Depok, guru dan orangtua sering kali menghadapi kesulitan dalam menangani perilaku tantrum anak, terutama ketika terjadi di tempat umum seperti pusat perbelanjaan atau lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan pihak sekolah, ditemukan bahwa banyak orangtua merasa tidak siap menghadapi tantrum dan kurang memiliki pemahaman yang memadai tentang cara meresponsnya dengan bijak. Beberapa orangtua cenderung menggunakan strategi yang tidak efektif, seperti menuruti semua keinginan anak agar tantrum segera mereda. Meskipun cara ini dapat menghentikan tantrum dalam jangka pendek, anak justru belajar bahwa perilaku tantrum adalah alat yang efektif untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan. Sebaliknya, ada pula orangtua yang memilih pendekatan otoriter, seperti memarahi atau mengancam anak agar segera berhenti menangis. Pendekatan ini dapat menimbulkan dampak psikologis negatif, seperti ketakutan berlebihan, rendahnya rasa percaya diri, dan kesulitan dalam mengelola emosi di kemudian hari.

Selain faktor strategi pengasuhan, tekanan sosial juga menjadi salah satu penyebab orangtua merasa kesulitan menangani tantrum anak, terutama di tempat umum. Banyak orangtua mengaku merasa malu dan tertekan ketika anak mereka tantrum di depan banyak orang. Perasaan ini sering kali membuat orangtua mengambil langkah instan tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjangnya bagi perkembangan anak. Beberapa orangtua bahkan memilih untuk menghindari situasi tertentu demi mencegah tantrum, yang pada akhirnya membatasi eksplorasi dan pengalaman sosial anak. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi dalam bentuk edukasi bagi orangtua agar mereka dapat memahami tantrum secara lebih objektif dan mampu menghadapinya dengan pendekatan yang lebih positif, berbasis penelitian, serta sesuai dengan tahapan perkembangan anak.

Sebagai solusi terhadap permasalahan tersebut, tim abdimas menawarkan program psikoedukasi bagi orangtua murid TK IT X Depok. Program ini dirancang untuk memberikan wawasan komprehensif mengenai temper tantrum, termasuk penyebab, tanda-tanda, serta strategi penanganannya yang tepat. Kegiatan ini dilakukan melalui penyuluhan interaktif,

diskusi kelompok, serta pembagian buku saku yang berisi panduan pola asuh. Materi yang disampaikan tidak hanya berfokus pada cara merespons tantrum saat terjadi tetapi juga mencakup langkah-langkah preventif yang dapat dilakukan oleh orangtua dalam membangun keterampilan regulasi emosi pada anak. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu orangtua mengembangkan pola asuh yang lebih adaptif, sehingga anak dapat belajar mengelola emosinya dengan lebih baik di masa mendatang.

Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan orangtua memiliki pemahaman yang lebih baik tentang tantrum, sehingga mampu menangani situasi tersebut dengan strategi yang lebih tepat tanpa harus menggunakan pendekatan yang keras atau permisif. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran orangtua mengenai pentingnya pengasuhan yang mendukung perkembangan emosional anak, terutama dalam situasi yang penuh tekanan seperti tantrum di tempat umum. Melalui edukasi yang diberikan, diharapkan terjadi perubahan dalam pola pikir dan praktik pengasuhan yang lebih positif, sehingga tantrum tidak lagi menjadi momen yang penuh stres, tetapi justru dapat dimanfaatkan sebagai kesempatan bagi anak untuk belajar mengelola emosinya dengan baik.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di TK IT X Depok, dengan sasaran utama yaitu orangtua murid yang memiliki anak usia dini. Sebanyak 80 peserta mengikuti kegiatan ini, yang terdiri dari orangtua murid dan tenaga pendidik di TK IT X Depok. Kegiatan ini berlangsung selama satu hari pada Sabtu, 20 Juli 2024, dengan metode yang mencakup pemberian materi secara interaktif, diskusi, simulasi penanganan tantrum, serta pembagian buku saku *parenting* sebagai pedoman bagi orangtua. Tahapan metode pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi 3 bagian kegiatan, yakni:

1. Tahap perencanaan

Pada tahap ini, tim abdimas dan mitra mempersiapkan beberapa hal, yaitu:

- 1) Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan orangtua murid untuk mengidentifikasi permasalahan utama terkait temper tantrum anak.
- 2) Melakukan observasi awal dan wawancara dengan pihak sekolah guna memahami tingkat pemahaman orangtua tentang tantrum dan strategi yang biasa diterapkan.
- 3) Menyusun materi psikoedukasi, yang mencakup:
 - (1). Penyebab temper tantrum pada anak usia dini.
 - (2). Teknik efektif dalam menangani tantrum di tempat umum.
 - (3). Strategi membangun keterampilan regulasi emosi pada anak.

- 4) Menyusun angket *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pemahaman peserta.
- 5) Mempersiapkan buku saku parenting sebagai bahan pendukung edukasi bagi orangtua.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat, di mana peserta menerima edukasi mengenai temper tantrum melalui berbagai metode pembelajaran sesuai dengan *rundown* acara, dengan rincian berikut:

- 1) Melaksanakan seminar interaktif yang diawali dengan pemaparan materi oleh pemateri.
- 2) Membagi peserta ke dalam kelompok kecil untuk:
 - (1). Melakukan diskusi kasus berdasarkan pengalaman tantrum yang pernah mereka hadapi.
 - (2). Menganalisis solusi terbaik berdasarkan materi yang telah disampaikan.
- 3) Melaksanakan simulasi penanganan tantrum, dimana peserta memainkan peran sebagai orangtua dan anak dalam skenario tantrum di tempat umum.
- 4) Membagikan buku saku parenting yang berisi panduan praktis dalam menangani tantrum di berbagai situasi.

3. Tahap Evaluasi Kegiatan

Tahap evaluasi bertujuan untuk mengukur efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan orangtua dalam menangani tantrum. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test*, serta melalui observasi dan wawancara terhadap peserta. Dengan penjelasan berikut:

- 1) Menggunakan angket *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pemahaman peserta terkait tantrum dan strategi penanganannya.
- 2) Melakukan observasi partisipasi aktif peserta dalam diskusi dan simulasi sebagai indikator keberhasilan pelatihan.
- 3) Mengadakan wawancara singkat dengan peserta untuk mengetahui kesan, pemahaman, dan manfaat yang diperoleh setelah mengikuti kegiatan.
- 4) Menganalisis hasil *pre-test* dan *post-test* untuk menilai dampak kegiatan terhadap peningkatan pemahaman orangtua.
- 5) Menyusun laporan hasil kegiatan berdasarkan temuan dari evaluasi yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini disajikan berdasarkan tahapan yang telah dijelaskan dalam metode pelaksanaan, yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan berbagai persiapan untuk memastikan kelancaran pelaksanaan kegiatan. Langkah pertama yang dilakukan adalah konfirmasi dengan mitra, yaitu pihak sekolah TK IT X Depok, guna memastikan bahwa pelatihan yang dirancang sesuai dengan kebutuhan orangtua murid. Tim melakukan koordinasi dengan kepala sekolah dan tenaga pendidik untuk mendapatkan gambaran mengenai permasalahan yang dihadapi orangtua dalam menangani temper tantrum anak di tempat umum. Berdasarkan hasil wawancara awal, ditemukan bahwa banyak orangtua masih kesulitan dalam merespons tantrum dengan cara yang tepat, sehingga dibutuhkan intervensi edukatif. Pihak sekolah memberikan dukungan penuh terhadap program ini, dan disepakati bahwa kegiatan akan dilaksanakan selama dua hari dengan jumlah peserta sebanyak 80 orang, yang terdiri dari orangtua murid dan tenaga pendidik.

Selanjutnya, tim pengabdian melakukan identifikasi kebutuhan peserta melalui observasi dan wawancara singkat dengan orangtua murid. Hasil dari proses ini menunjukkan bahwa sebagian besar orangtua belum memahami penyebab tantrum secara ilmiah dan masih menggunakan metode yang kurang efektif dalam menanganinya. Beberapa orangtua cenderung menuruti semua keinginan anak agar tantrum cepat mereda, sementara yang lain menggunakan pendekatan otoriter, seperti memarahi atau menghukum anak. Kurangnya pemahaman ini menunjukkan perlunya strategi pengasuhan yang lebih tepat dan berbasis penelitian, sehingga tantrum dapat ditangani dengan lebih bijaksana dan tidak berdampak negatif pada perkembangan anak.

Sebagai bagian dari persiapan, tim pengabdian menyusun materi dan media edukasi yang akan digunakan dalam kegiatan ini. Modul psikoedukasi yang disiapkan mencakup definisi tantrum dan penyebabnya, dampak tantrum yang tidak tertangani dengan baik, serta strategi efektif dalam menangani tantrum di tempat umum. Selain itu, disusun pula buku saku parenting sebagai panduan praktis yang dapat digunakan orangtua dalam mendampingi anak mereka sehari-hari. Untuk mengukur efektivitas kegiatan, tim juga menyiapkan angket pre-test dan post-test yang bertujuan untuk menilai sejauh mana peningkatan pemahaman peserta sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun dan diikuti oleh 80 peserta, yang terdiri dari 90% orangtua murid dan 10% tenaga pendidik. Mayoritas peserta adalah ibu (75%), sedangkan ayah (15%) dan tenaga pendidik (10%) turut serta dalam kegiatan ini. Keikutsertaan orangtua dalam jumlah besar menunjukkan tingginya minat dan kebutuhan mereka terhadap edukasi mengenai temper tantrum anak.

Proses penyampaian materi dilakukan secara bertahap melalui berbagai metode yang interaktif. Kegiatan diawali dengan seminar interaktif, di mana tim pengabdian menyampaikan materi mengenai temper tantrum, meliputi penyebab, tanda-tanda, serta teknik penanganannya secara positif. Selanjutnya, peserta dibagi menjadi lima kelompok kecil untuk melakukan diskusi kasus tantrum di tempat umum. Setiap kelompok diberikan studi kasus berbeda dan diminta untuk menganalisis serta mencari solusi terbaik berdasarkan materi yang telah disampaikan. Selain itu, dilakukan simulasi penanganan tantrum, di mana beberapa peserta berperan sebagai orangtua, sementara yang lain berperan sebagai anak yang mengalami tantrum. Simulasi ini mencakup berbagai skenario, seperti tantrum di supermarket, di sekolah, atau saat acara keluarga. Peserta kemudian diminta untuk menerapkan strategi yang telah dipelajari dan mendiskusikan efektivitasnya bersama tim pengabdian.



Gambar 1. Kegiatan Narasumber Menyampaikan Materi

Sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini, setiap peserta diberikan buku saku parenting yang berisi panduan praktis dalam menangani tantrum anak secara efektif. Buku ini diharapkan dapat menjadi referensi jangka panjang bagi orangtua dalam mendampingi anak mereka dan menerapkan strategi yang telah dipelajari selama pelatihan. Dengan adanya materi tertulis ini, peserta dapat terus mengembangkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam menangani tantrum anak di berbagai situasi.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta dalam menangani temper tantrum anak. Salah satu indikator keberhasilan kegiatan ini adalah hasil pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta sebelum dan setelah pelatihan. Hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya 35% peserta yang memiliki pemahaman cukup mengenai tantrum, terutama dalam hal penyebab dan teknik penanganannya. Setelah mengikuti pelatihan, hasil post-test menunjukkan peningkatan yang signifikan, di mana 85% peserta mampu menjelaskan penyebab dan teknik penanganan tantrum dengan lebih tepat. Secara lebih rinci, terjadi peningkatan pemahaman sebesar 48% dalam aspek penyebab dan tanda-tanda tantrum, serta 52% dalam aspek strategi penanganan dan pencegahan tantrum. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan psikoedukasi ini berhasil memberikan pemahaman yang lebih baik kepada peserta dalam menghadapi tantrum anak.

Selain hasil tes, evaluasi juga dilakukan melalui respons peserta terhadap kegiatan. Sebanyak 92% peserta menyatakan puas dengan materi yang diberikan, sementara 85% peserta merasa lebih percaya diri dalam menangani tantrum anak setelah mengikuti pelatihan. Selain itu, 80% peserta menyatakan bahwa sesi diskusi dan simulasi sangat membantu mereka dalam memahami strategi penanganan tantrum secara lebih praktis. Hal ini menunjukkan bahwa metode pelatihan yang digunakan, yaitu kombinasi antara penyuluhan, diskusi, dan simulasi, mampu meningkatkan keterampilan peserta dalam menghadapi tantrum anak secara lebih efektif.

Evaluasi juga menunjukkan adanya perubahan perilaku peserta dalam merespons tantrum anak. Dari hasil wawancara pasca-kegiatan, beberapa peserta menyatakan bahwa mereka lebih sabar dan tidak langsung menuruti keinginan anak saat tantrum terjadi. Selain itu, beberapa peserta mulai menerapkan teknik distraksi dan komunikasi yang lebih efektif, seperti memberikan pilihan kepada anak atau menggunakan kata-kata yang menenangkan. Untuk memastikan keberlanjutan dampak kegiatan ini, pihak TK IT X Depok berencana mengadakan sesi lanjutan bagi guru dan orangtua yang belum sempat mengikuti pelatihan. Selain itu, tim pengabdian merekomendasikan adanya program konsultasi berkala, sehingga

orangtua dapat terus mendapatkan pendampingan dalam menerapkan strategi yang telah dipelajari. Dengan adanya tindak lanjut ini, diharapkan pemahaman dan keterampilan yang diperoleh dari pelatihan dapat terus diterapkan dan memberikan dampak positif jangka panjang dalam pola asuh orangtua.

Pembahasan

1. Efektivitas Psikoedukasi dalam Meningkatkan Pemahaman Orangtua

Kegiatan psikoedukasi yang dilakukan di TK IT X Depok menunjukkan efektivitas yang tinggi dalam meningkatkan pemahaman orangtua mengenai temper tantrum dan cara penanganannya. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta, dengan rata-rata peningkatan pemahaman sebesar 50% pada aspek penyebab, tanda-tanda, dan teknik penanganan tantrum. Temuan ini sejalan dengan penelitian Potegal & Davidson (2003), yang menekankan bahwa edukasi orangtua dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan mereka dalam merespons tantrum dengan strategi yang lebih positif dan tidak reaktif.

Selain itu, diskusi dan simulasi dalam pelatihan berkontribusi terhadap pemahaman yang lebih aplikatif bagi peserta. Menurut studi Eisbach et al. (2014), pendekatan edukasi berbasis pengalaman dan praktik langsung lebih efektif dibandingkan penyuluhan konvensional, karena memberikan kesempatan bagi peserta untuk menginternalisasi konsep yang dipelajari. Hal ini juga tercermin dalam respons peserta, di mana 80% menyatakan bahwa simulasi membantu mereka memahami strategi penanganan tantrum secara lebih konkret.

2. Perubahan Sikap dan Pola Pikir Orangtua dalam Menangani Tantrum

Psikoedukasi ini tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga membawa perubahan dalam sikap dan pola pikir orangtua dalam menangani tantrum. Sebelum mengikuti pelatihan, banyak orangtua yang masih menggunakan pendekatan permisif (menuruti semua keinginan anak) atau otoriter (memarahi anak dengan keras) dalam menghadapi tantrum. Namun, setelah mendapatkan edukasi, sebagian besar peserta melaporkan bahwa mereka mulai menggunakan teknik yang lebih konstruktif, seperti distraksi positif, validasi emosi, dan penggunaan aturan yang konsisten.

Perubahan pola pikir ini sesuai dengan *Self-Regulation Theory* (Baumeister et al., 2007), yang menyatakan bahwa individu yang memiliki pemahaman lebih baik tentang regulasi emosi akan lebih mampu merespons situasi sulit dengan strategi yang lebih adaptif. Hal ini juga didukung oleh penelitian Rahayuningsih (2014), yang menemukan

bahwa orangtua yang mendapatkan pelatihan regulasi emosi lebih mampu mengontrol reaksi mereka dalam menghadapi tantrum anak.

3. Hambatan dalam Penyampaian Materi dan Penerimaan Peserta

Meskipun kegiatan ini secara umum berhasil, terdapat beberapa hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaannya. Salah satu tantangan utama adalah beragamnya tingkat pemahaman awal peserta. Beberapa orangtua memiliki pemahaman yang baik tentang tantrum, sementara yang lain masih memiliki persepsi bahwa tantrum adalah perilaku buruk yang harus dihentikan dengan hukuman. Hal ini menyebabkan adanya kesenjangan dalam penerimaan materi dan kecepatan peserta dalam memahami konsep yang diajarkan.

Selain itu, beberapa peserta juga menyatakan bahwa menerapkan strategi yang telah dipelajari di lingkungan nyata masih menjadi tantangan. Menurut Daniels et al. (2012), perubahan pola asuh memerlukan waktu dan konsistensi, sehingga edukasi seperti ini sebaiknya disertai dengan pendampingan atau sesi lanjutan untuk memastikan implementasi yang berkelanjutan.

4. Keberlanjutan Program dan Implementasi dalam Kurikulum Parenting

Pihak TK IT X Depok menyambut baik kegiatan ini dan menunjukkan minat untuk mengadopsi materi psikoedukasi ke dalam kurikulum parenting bagi orangtua murid baru. Salah satu langkah yang diusulkan adalah mengadakan sesi edukasi berkala, di mana orangtua mendapatkan pendampingan dalam menerapkan strategi yang telah dipelajari.

Menurut Berk (2017), program parenting yang berkelanjutan memiliki dampak jangka panjang yang lebih signifikan dibandingkan dengan intervensi satu kali. Dengan adanya kurikulum parenting yang mencakup strategi pengelolaan tantrum, diharapkan orangtua dapat lebih siap dalam menghadapi tantangan perkembangan anak usia dini, serta menciptakan lingkungan keluarga yang lebih mendukung regulasi emosi anak.

5. Perbandingan dengan Studi Sebelumnya

Hasil kegiatan ini memiliki kesamaan dengan beberapa studi sebelumnya yang meneliti efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan keterampilan pengasuhan. Studi yang dilakukan oleh Hayes (2003) menunjukkan bahwa edukasi berbasis pengalaman, seperti simulasi dan diskusi kelompok, lebih efektif dalam mengubah pola pikir orangtua dibandingkan metode ceramah pasif. Hal ini juga terlihat dalam kegiatan ini, di mana peserta yang aktif berdiskusi dan mengikuti simulasi menunjukkan pemahaman yang lebih baik dibandingkan peserta yang hanya mendengarkan materi secara pasif.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Mascolo & Fisher (2007) juga menegaskan bahwa intervensi berbasis psikoedukasi dapat meningkatkan keterampilan

regulasi emosi pada orangtua, yang berkontribusi terhadap pola asuh yang lebih suportif. Dengan demikian, hasil kegiatan ini mendukung temuan sebelumnya dan menegaskan bahwa psikoedukasi berbasis pengalaman merupakan pendekatan yang efektif dalam membantu orangtua menangani tantrum anak secara lebih baik.

KESIMPULAN

Program psikoedukasi tentang penanganan temper tantrum di tempat umum bagi orang tua murid TK IT X Depok telah berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam menghadapi tantrum anak. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman sebesar 50% setelah mengikuti kegiatan ini, yang tercermin dari hasil pre-test dan post-test. Sebagian besar peserta mulai menerapkan strategi yang lebih positif, seperti validasi emosi, teknik distraksi, dan penguatan perilaku positif. Selain itu, perubahan pola pikir juga terlihat dari semakin banyaknya orang tua yang menggunakan pendekatan sabar dan reflektif dibandingkan dengan metode permisif atau otoriter yang sebelumnya sering digunakan. Dengan demikian, kegiatan ini berhasil memberikan wawasan baru bagi orang tua dalam menangani tantrum anak dengan cara yang lebih adaptif.

Namun, masih terdapat tantangan dalam penerapan strategi yang telah dipelajari, terutama dalam situasi dengan tekanan sosial tinggi. Beberapa orang tua mengaku kesulitan menerapkan teknik yang diajarkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, program lanjutan berupa sesi konsultasi atau pendampingan orang tua diperlukan untuk memberikan bimbingan lebih lanjut. Sebagai tindak lanjut, TK IT X Depok berencana mengintegrasikan materi psikoedukasi ini ke dalam program parenting sekolah agar manfaatnya dapat dirasakan lebih luas. Selain itu, edukasi berkala dan forum diskusi bagi orang tua serta tenaga pendidik direkomendasikan sebagai wadah berbagi pengalaman dan dukungan dalam menghadapi tantrum anak. Dengan keberlanjutan program ini, diharapkan orang tua semakin mampu menerapkan pola asuh yang lebih bijaksana demi mendukung perkembangan sosio-emosional anak secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Berk, L. E. (2017). *Development through the lifespan* (7th ed.). Pearson Education: New York.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351-355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>

- Daniels, E., Mandleco, B., & Luthy, K. E. (2012). Assessment, management, and prevention of childhood temper tantrums. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 24(10), 569-573. <https://doi.org/10.1111/j.1745-7599.2012.00755.x>
- Daniels, E., Mandleco, B., & Luthy, K. E. (2019). Managing temper tantrums in children: Effective strategies for parents and caregivers. *Journal of Pediatric Care*, 34(3), 223-230. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2019.01.005>
- Eisbach, S. S., Cluxton-Keller, F., Harrison, J., Krall, J. R., Hayat, M., & Gross, D. (2014). Characteristics of temper tantrums in preschoolers with disruptive behavior in a clinical setting. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 52(5), 32-40. <https://doi.org/10.3928/02793695-20140422-01>
- Gardner, H. (2003). *Multiple intelligences: New horizons*. Basic Books: New York.
- Kumar, S., & Sharma, R. (2022). Educational interventions for parents on tantrum management: A systematic review. *Journal of Behavioral Therapy and Experimental Psychiatry*, 76, 101673. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2022.101673>
- Mascolo, M. F., & Fisher, K. W. (2007). The co-development of self and sociomoral emotions during the toddler years. In C. A. Brownell & C. B. Kopp (Eds.), *Socioemotional development in the toddler years: Transitions and transformations* (pp. 66-89). Guilford Press: New York.
- Müller, H., & Englehardt, K. (2021). Emotional regulation in preschool children: What influences tantrum behaviors? *Journal of Developmental Psychology*, 58(5), 684-695. <https://doi.org/10.1037/dev0001214>
- Patel, S., & Agarwal, R. (2021). Understanding the neurobiology of tantrums: Implications for intervention in early childhood. *Developmental Neuropsychology*, 46(5), 423-430. <https://doi.org/10.1080/87565641.2021.1891110>
- Potegal, M., & Davidson, R. (2003). Temper tantrum in young children: Characteristics, behavioral patterns, and neurobiological mechanisms. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 24(3), 140-145. <https://doi.org/10.1097/00004703-200306000-00002>
- Rahayuningsih, S. I. (2014). Strategi ibu mengatasi perilaku temper tantrum pada anak usia toddler di rumah susun Keudah Kota Banda Aceh. *Nursing Journal*, 1(1), 22-28. <https://doi.org/10.52199/inj.v5i1.1511>
- Smith, J., & White, C. (2020). Parenting strategies and their impact on managing temper tantrums in young children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(4), 412-420. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13219>

- Suyadi, S. (2013). *Strategi pembelajaran pendidikan karakter*. Remaja Rosdakarya: Bandung.
- Tan, Y., & Li, S. (2019). Preventing tantrums: Parental behavior and child development in early childhood education. *Journal of Early Childhood Studies*, 28(3), 281-289. <https://doi.org/10.1080/03057388.2019.1560203>
- Thomas, J., & Vick, S. (2022). The role of socio-emotional learning in managing childhood tantrums. *International Journal of Early Childhood Education*, 49(1), 78-85. <https://doi.org/10.1097/ECE.0000000000000632>
- Tran, L., & Hoang, T. (2021). Exploring cultural differences in temper tantrum management in young children. *Asian Journal of Child Development*, 12(2), 133-140. <https://doi.org/10.1080/21521875.2021.1903665>
- Voss, B., & Hardy, J. (2018). Emotional regulation and tantrum prevention: A clinical approach. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(1), 65-72. <https://doi.org/10.1177/1359104517720492>
- Yusuf, S. (2010). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Remaja Rosdakarya: Bandung.