



Modifikasi Perilaku Anak Usia Dini untuk Mengatasi *Temper Tantrum* pada Anak

Miftakhul Falaah Imtikhani Nurfadilah

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, FKIP, Universitas Sebelas Maret
Jalan Ir. Sutami 36 Ketingan, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia
E-mail: miftakhulfalaahin@student.uns.ac.id

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 09-04-2021

Revised: 23-04-2021

Accepted: 07-05-2021

Keywords:

Anak usia dini, temper tantrum, modifikasi perilaku

ABSTRACT

Anak usia dini merupakan anak yang baru belajar mengenal dirinya sendiri, termasuk sosial emosionalnya. Pada masa ini pula mereka baru mengenal perasaan senang, sedih, marah, kecewa dan sebagainya. Kebanyakan anak usia dini masih belum mampu mengelola dan mengekspresikan emosinya secara wajar. Anak usia 15 bulan sampai dengan 5 tahun sering mengalami *temper tantrum* pada kondisi atau keadaan tertentu. *Temper tantrum* yang tidak segera ditangani oleh orang tua maupun pendidik akan berakibat anak mengalami perilaku menyimpang lainnya, seperti agresif, *self harm* maupun menyakiti orang lain. Kondisi ini disebabkan oleh banyak faktor seperti komunikasi anak, pola asuh orang tua maupun lingkungan anak. Untuk itu, modifikasi perilaku digunakan sebagai strategi untuk mengatasi *temper tantrum* pada anak. Terdapat banyak metode, pendekatan, konsep maupun teknik yang dapat digunakan dalam modifikasi perilaku untuk menangani anak dengan *temper tantrum*. Metode yang digunakan adalah studi literatur atau studi kepustakaan dengan melakukan studi pada jurnal, skripsi dan buku. Hasil analisis studi teoritis menunjukkan bahwa modifikasi perilaku dapat menurunkan perilaku *temper tantrum* pada anak usia dini. Hal ini dikarenakan, penerapan modifikasi perilaku dengan pendekatan, teknik maupun metode tertentu sesuai dengan kebutuhan anak yang membuat anak merasa aman, nyaman dan mampu meredam emosinya sehingga perilaku *temper tantrum* pada anak dapat diatasi. Dengan modifikasi perilaku, anak dengan *temper tantrum* dapat tumbuh dan berkembang, mampu memahami, mengelola dan mengekspresikan emosinya dengan baik sehingga anak mampu bersosialisasi, berkomunikasi dan bereksplorasi terhadap lingkungannya.

Early childhood is a child who is just learning to know himself, including his social emotional. At this time they also just recognize feelings of joy, sadness, anger, disappointment and so on. Most of the early childhood are still unable to manage and express their emotions properly. Children aged 15 months to 5 years often experience temper tantrums under certain conditions or circumstances. Temper tantrums that are not immediately handled by parents or educators will result in children experiencing other deviant behaviors, such as being aggressive, self harming or hurting others. This condition is caused by many factors such as children's communication, parenting styles and children's environment. For this reason, behavior modification is used as a strategy to overcome temper tantrums in children. There are many methods, approaches, concepts and techniques that can be used in behavior modification to deal with children with temper tantrums. The method used is literature study or literature study by conducting studies on journals, theses and books. The results of the analysis of theoretical studies show that behavior modification can reduce temper tantrum behavior in early childhood. This is because, the application of behavior modification with certain approaches, techniques and methods according to the needs of the child makes children feel safe, comfortable and able to reduce their emotions so that temper tantrum behavior in children can be overcome. With behavior modification, children with temper tantrums can grow and develop, be able to understand, manage and express their emotions well so that children are able to socialize, communicate and explore their environment.



bit.ly/jpaUNY



PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan anak yang memiliki masa pertumbuhan yang cepat, dimana mereka memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, mulai berekspresi dan meniru apa yang mereka dengar maupun lihat. Anak usia dini adalah anak yang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang unik serta memiliki karakteristik tersendiri dengan melibatkan enam aspek perkembangan yaitu: nilai agama dan moral, kognitif, fisik motorik, bahasa, sosial emosional dan seni. Salah satu aspek pada anak yang penting dan perlu diperhatikan oleh pendidik maupun orang tua adalah aspek sosial emosional anak. Aspek tersebut merupakan aspek yang berperan dalam masa pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini agar anak dapat memahami, mengelola dan mengekspresikan emosinya, baik emosi negatif maupun emosi positif, sehingga anak mampu bersosialisasi, berkomunikasi maupun bereksplorasi terhadap lingkungannya.

Pada anak usia dini, anak mulai mampu merasakan dan mengekspresikan apa yang mereka rasakan. Mereka mulai mengenal rasa senang, sedih, marah, kecewa dan sebagainya. Saat anak mengekspresikan emosinya, terkadang orang tua atau pendidik kurang memperhatikan dan membimbing anak untuk dapat menerima apa yang anak rasakan sehingga anak mampu mengekspresikan dan menyalurkan emosinya secara positif. Orang tua atau pendidik lebih sering untuk 'meredam' emosi anak yang berakibat emosi anak tidak tersalurkan. Apabila hal ini terjadi secara terus-menerus, maka akan terbentuk tumpukan emosi negatif pada anak yang nantinya dapat meledak tidak terkendali.

Hurlock dalam (Fatimah dkk., 2020) berpendapat bahwa anak yang dapat melumpuhkan emosi kemarahannya dengan wajar, maka anak akan menampilkan gambaran emosi yang tenang. Dalam konteks ini, emosi yang dimaksud adalah bagaimana cara anak untuk dapat mengendalikan emosinya yang umumnya saat marah, anak mengekspresikan emosinya dengan raut wajah, gaya tubuh, dan perkataan anak. Anak yang berhasil mengelola emosinya pada kondisi tertentu, maka anak tersebut dinilai sudah mampu mengendalikan emosinya sendiri (*emotional control*). Namun, masih terdapat anak yang memiliki kegagalan dalam mengelola emosinya yang diakibatkan oleh banyak faktor. Mayoritas anak yang gagal dalam mengelola emosinya, seringkali menangis, merengek, menjerit, membanting atau merusak barang, menghentakkan kakinya maupun berguling-guling. Perilaku pada anak tersebut merupakan bentuk perilaku negatif dan emosi yang berlebihan atau disebut dengan *temper tantrum*.

Menurut Hasan dalam (Sembiring dkk., 2017) *Temper tantrum* merupakan luapan emosi yang meledak-ledak dan tidak terkontrol. *Tantrum* terjadi pada anak yang aktif dengan energi yang melimpah. Menurut Chaplin dalam (Syamsuddin, 2013) *Temper tantrum* merupakan suatu bentuk ledakan emosi kuat sekali, disertai rasa marah, serangan agresif, menangis, menjerit-jerit, menghentak-hentakkan kedua kaki dan tangan ke lantai atau tanah. Anak yang memiliki luapan emosi luar biasa, biasanya juga memiliki ketidakmampuan dalam mengungkapkan atau mengkomunikasikan diri dan keinginannya. Kejadian ini seringkali muncul pada anak usia 15 bulan sampai 5 tahun.

Tantrum sering terjadi oleh anak, tetapi apabila hal ini tidak ditangani dengan tepat, maka dapat menimbulkan perilaku negatif pada anak seperti agresif dan menyakiti dirinya sendiri (*self harm*) maupun menyakiti orang lain di masa mendatang. Laforge (2002) dikutip dari (Rahayuningsih, 2014) mengungkapkan apabila perilaku tantrum pada anak terlambat untuk ditangani oleh orang tua, maka perilaku tantrum akan menjadi sifat yang menetap pada anak ketika menjelang dewasa. Orang tua maupun pendidik dituntut untuk dapat bertindak dengan tepat dalam mengatasi perilaku *tantrum* pada anak. Apabila orang tua dan pendidik keliru, maka mereka dapat kehilangan kesempatan dalam mengajarkan anak untuk dapat meluapkan emosinya secara normal, misalnya, marah, takut, kesal maupun kecewa.

Untuk menangani anak *temper tantrum*, diperlukan strategi khusus agar perilaku *tantrum* pada anak tidak mengganggu tahap pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu strategi dalam mengatasi anak *temper tantrum* adalah melalui modifikasi perilaku. Munawir Yusuf dan Edy Legowo (2007) dikutip dari (Purwanti, 2014) 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.

Modifikasi perilaku dalam (Korohama & Bali, 2020) digunakan untuk membantu dalam mengembangkan perilaku baru (untuk mengatasi defisit perilaku) dan untuk membantu berhenti terlibat dalam perilaku yang tidak diinginkan (untuk mengurangi akses perilaku). Modifikasi perilaku merupakan suatu upaya yang bertujuan untuk merubah perilaku-perilaku menyimpang pada manusia, termasuk perilaku *temper tantrum* pada anak. Sejalan dengan pernyataan di atas, artikel ini mengkaji tentang modifikasi perilaku pada anak usia dini untuk mengatasi perilaku *temper tantrum* yang terjadi pada anak usia dini.

METODE

Metode penelitian dalam artikel ini menggunakan metode studi literatur atau penelitian kepustakaan dengan mengumpulkan berbagai sumber yang berkaitan dengan modifikasi perilaku anak usia dini untuk mengatasi temper tantrum pada anak. Penelitian ini menggunakan sumber yang diperoleh dari perpustakaan antara lain; buku, jurnal ilmiah, hasil penelitian dalam bentuk skripsi, dan sumber-sumber lain yang relevan. Data yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut kemudian dianalisis dan disimpulkan sehingga dapat menghasilkan kesimpulan dari artikel ini. Menurut Embun dalam (Melfianora, 2017) yang dimaksud dengan penelitian kepustakaan adalah penelitian yang dilakukan hanya berdasarkan karya tertulis, termasuk hasil penelitian baik yang telah maupun yang belum dipublikasikan.

Cooper dalam Creswell (2010) dikutip dari (Hariyanti & Wirapraja, 2018) studi literatur memiliki beberapa tujuan yaitu menginformasikan kepada pembaca hasil-hasil penelitian lain yang berkaitan erat dengan penelitian yang dilakukan, menghubungkan penelitian dengan literatur-literatur yang ada, dan mengisi celah dalam penelitian-penelitian sebelumnya, *literature review* berisi ulasan, rangkuman, dan pemikiran penulis tentang beberapa sumber pustaka tentang topik yang dibahas. Penelitian studi literatur atau kepustakaan merupakan gambaran singkat dari apa yang telah dipelajari, argumentasi, dan ditetapkan tentang suatu topik, dan biasanya diorganisasikan secara kronologis atau tematis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil analisis terhadap kajian teori, dapat diambil garis besar bahwa modifikasi perilaku pada anak usia dini dapat mengurangi perilaku *temper tantrum* pada anak. Hal ini didukung dengan hasil penelitian (Shanti, 2015) yang menunjukkan bahwa modifikasi perilaku anak dengan metode *punishment* teknik penyisihan sesaat (*time-out*) dapat mengurangi perilaku tantrum anak. Teknik penyisihan sesaat (*time-out*) merupakan suatu teknik dalam modifikasi perilaku untuk menyisihkan subjek dari lingkungan yang tidak mendapatkan penguatan. Teknik ini digunakan untuk mengurangi atau menghapus perilaku sasaran, terutama perilaku *tantrum* pada anak. Pada penerapannya, saat anak mengalami *temper tantrum*, maka anak segera dipindahkan dari ruangan yang benar-benar terisolasi atau ruang yang kosong dan tertutup. Hal ini dilakukan agar perilaku *tantrum* pada anak dapat mereda seiring dengan anak dijauhkan dari pemicu perilaku *tantrum* nya.

Hasil Penelitian (Ardiwijaya & Kuntoro, 2019) juga memaparkan, bahwa modifikasi perilaku dapat membantu mengatasi anak dengan perilaku *temper tantrum*. Dalam penelitian ini, memaparkan bahwa dengan adanya teknik modifikasi perilaku berupa teknik *antecedents control* dan *differential reinforcement of alternative behavior* dapat mengurangi perilaku *tantrum* pada anak dengan *language disorder*. Penerapan teknik di atas dapat diterapkan dengan cara anak melakukan kegiatan bermain sesuai tahap perkembangannya.

Hal serupa juga ditemukan melalui hasil penelitian (Natasha dkk., 2016) yang menunjukkan bahwa modifikasi perilaku dapat menurunkan perilaku *tantrum* pada anak. Teknik *shaping* dengan *positive reinforcement* digunakan untuk menurunkan gejala kecemasan berpisah pada anak, dimana melalui teknik ini perilaku tantrum yang biasa menyertai anak dengan gejala kecemasan dapat menurun. Sedangkan pada penelitian (Hendarko & Anggraika, 2018) teknik *prompting* dan *positive reinforcement* digunakan untuk meningkatkan frekuensi kontak mata pada anak prasekolah.



Pembahasan

Temper Tantrum

Temper tantrum merupakan masalah perilaku anak usia dini yang berupa bentuk emosi pada anak yang meluap-luap dan berlebihan ketika anak dalam kondisi tertentu. *Temper tantrum* adalah suatu luapan emosi yang tidak terkontrol pada anak. Menurut Hasan dalam (Sembiring dkk., 2017) *Temper tantrum* merupakan luapan emosi yang meledak-ledak dan tidak terkontrol. *Tantrum* terjadi pada anak yang aktif dengan energi yang melimpah. Menurut Chaplin dalam (Syamsuddin, 2013) *Temper tantrum* merupakan suatu bentuk ledakan emosi kuat sekali, disertai rasa marah, serangan agresif, menangis, menjerit-jerit, menghentak-hentakkan kedua kaki dan tangan ke lantai atau tanah.

Temper tantrum adalah perilaku destruktif buruk dalam bentuk luapan yang bisa bersifat fisik (memukul, menggigit, mendorong), maupun verbal (menangis, berteriak, merengek) atau terus menerus merajuk. Perilaku ini seringkali muncul pada anak usia 15 bulan sampai 5 tahun. Menurut Hasan dalam (Sembiring dkk., 2017) *tantrum* terjadi pada anak yang aktif dengan energi yang berlimpah. *Tantrum* juga lebih mudah terjadi pada anak-anak yang dianggap lebih sulit, dengan ciri-ciri: (1) Memiliki kebiasaan tidur, makan, dan buang air besar tidak teratur; (2) Sulit menyukai situasi, makanan, dan orang-orang baru; (3) Lambat beradaptasi terhadap perubahan; (4) Suasana hati lebih sering negative; (5) Mudah terprovokasi, gampang merasa marah, dan kesal; (6) Sulit dialihkan perhatiannya.

Temper tantrum pada anak disebabkan oleh banyak faktor seperti: rasa kecewa saat tidak bisa mendapatkan yang diinginkan, pola asuh orang tua dan bagaimana komunikasi antara orang tua maupun anak (Sari dkk., 2019), kebutuhan dasar anak akan kasih sayang dan rasa aman nya tidak terpenuhi (Herawati, 2003) dan ketidakmampuan anak untuk mengungkapkan sesuatu secara verbal (Suzanti dkk., 2014). Hayes dikutip dari (Wulansari, 2015) memaparkan dua jenis *tantrum* yang berbeda: 1) *tantrum* yang berawal dari kesedihan dan amarah, 2) *tantrum* yang berakar pada kebingungan dan ketakutan.

Dalam menangani perilaku *temper tantrum* anak, Rina Eka dalam (Shanti, 2015) memaparkan cara menangani anak *temper tantrum*: 1) orang tua maupun pendidik dapat melakukan pencegahan dengan mengenali kebiasaan-kebiasaan anak dan mengetahui secara pasti kondisi pada saat akan timbul perilaku tantrum, 2) pada saat terjadi tantrum, hendaknya orang tua atau pendidik tetap tenang dan berusaha menjaga emosinya, 3) ketika perilaku tantrum telah berlalu, orang tua maupun pendidik jangan memberikan hukuman maupun pengukuhan tetapi berikanlah rasa aman kepada anak, 4) orang tua maupun pendidik dapat memberikan perhatian minimal pada kemarahan anak dan memastikan keamanan anak dan orang lain, 5) jika kemarahan menyebabkan kekacauan, pindahkan anak dengan cepat ke daerah yang aman atau jauh dari anak-anak lain, dan 6) orang tua maupun pendidik dapat mengawasi anak dengan teliti untuk mengamati waktu kemarahan paling sering muncul terjadi.

Dari berbagai penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *temper tantrum* adalah bentuk luapan emosi yang berlebihan dan meledak-ledak pada anak serta tidak terkendali berupa rasa marah, berteriak, menangis, menjerit, menghentakan tangan dan kaki atau badannya ke lantai apabila anak dalam kondisi tertentu.

Modifikasi Perilaku Anak Usia Dini

Modifikasi perilaku adalah bentuk upaya berupa tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku tertentu. Menurut Edi Purwanta dalam (Purwanti, 2014) modifikasi perilaku adalah usaha untuk menerapkan prinsip-prinsip proses belajar maupun prinsip-prinsip psikologis hasil eksperimen lain pada perilaku manusia. Munawir Yusuf dan Edy Legowo (2007) dikutip dari (Purwanti, 2014) 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. Modifikasi perilaku pada anak usia dini kebanyakan digunakan untuk merubah perilaku menyimpang atau negative pada anak misalnya,



agresif, temper tantrum, *phobia* dan sebagainya. Menurut Kazdin (2013) dalam Hapsari & Hartiani (2018), modifikasi perilaku merupakan suatu pendekatan behavioristik yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku adaptif dan mengurangi perilaku maladaptif yang berlebihan di dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Skinner dikutip dari (Purwanti, 2014) terdapat empat ciri utama modifikasi perilaku, yaitu: (a) fokus pada perilaku (*focuses on behavior*), (b) menekankan pengaruh belajar dan lingkungan (*emphasizes influences of learning and the environment*), (c) mengikuti pendekatan ilmiah (*takes a scientific approach*), serta (d) menggunakan metode-metode aktif dan pragmatik untuk mengubah perilaku (*uses pragmatic and active methods to change behavior*). Menurut Juang Sunanto, Koji Takeuchi, dan Hideo Nakata (2006: 6-7) dalam (Purwanti, 2014) juga memaparkan karakteristik modifikasi perilaku yaitu, 1) perilaku modifikasi merupakan perilaku yang teramati dan terukur, 2) prosedur atau teknik intervensi bertujuan mengubah lingkungan untuk membantu subjek dalam berperilaku di masyarakat, 3) rasional metode yang digunakan dapat dijelaskan secara logis, 4) modifikasi perilaku yang gunakan dapat diterapkan pada lingkungan sehari-hari, 5) teknik dan prosedur yang dipakai dalam modifikasi perilaku berdasar pada prinsip psikologi belajar secara umum, dan 6) modifikasi perilaku dilakukan berdasarkan pengetahuan ilmiah.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa modifikasi perilaku anak usia dini adalah sebuah upaya yang dilakukan dengan tujuan untuk menghilangkan perilaku yang tidak dikehendaki pada anak melalui pendekatan atau metode sesuai dengan prosedur.

Konsep Dasar Modifikasi Perilaku

***Reinforcement* (penguatan)**

Reinforcement (penguatan) menurut Hamid dalam (Fitriani dkk., 2014) adalah segala bentuk respon, apakah bersifat verbal maupun nonverbal, yang merupakan bagian dari modifikasi tingkah laku guru terhadap tingkah laku peserta didik, yang bertujuan untuk memberikan informasi atau *feedback* (umpan balik) bagi si penerima (peserta didik) atas perbuatannya sebagai suatu tindak dorongan ataupun koreksi. Tujuan dari *Reinforcement* (penguatan) yaitu sebagai pendorong atau motivasi bagi anak dalam melakukan sesuatu dan meningkatkan frekuensi tampilnya perilaku positif pada anak. Terdapat beberapa jenis *Reinforcement* (penguatan) sebagai berikut; a) penguatan verbal yang berupa kata-kata pujian, pengakuan maupun dorongan; b) penguatan non verbal yang berupa mimik dan gerakan, atau *gesture* badan (*gestural reinforcement*), perilaku atau tindakan mendekati anak (*proximity reinforcement*) maupun dengan sentuhan lembut (*contact reinforcement*); pemberian penghargaan (*token reinforcement*) dan aktivitas tertentu (*activity reinforcement*).

***Punishment* (hukuman)**

Punishment menurut M. Ngalim Purwanto dalam (Raihan, 2019), *punishment* (hukuman) adalah penderitaan yang diberikan atau ditimbulkan dengan sengaja oleh seseorang (orang tua, guru, dan sebagainya) sesudah terjadi suatu pelanggaran, kejahatan atau kesalahan. Menurut Malik Fadjar dalam (Raihan, 2019), *punishment* atau hukuman adalah usaha edukatif untuk memperbaiki dan mengarahkan siswa ke arah yang benar, bukan praktik hukum dan siksaan yang memasung kreatifitas. Pemberian *punishment* bertujuan agar anak tidak mengulangi perilaku yang tidak diharapkan. Terdapat dua macam jenis *punishment*, yaitu: 1) *punishment* (hukuman) preventif yang merupakan hukuman agar tidak atau mencegah terjadinya pelanggaran, 2) *punishment* (hukuman) represif adalah *punishment* (hukuman) yang terjadi sesudah atau karena adanya pelanggaran.

***Extinction* (penghapusan)**

Extinction (Penghapusan) adalah menghentikan *reinforcement* pada tingkah laku yang sebelumnya diberi *reinforcement* (Slamet wahyudi, 2017). *Extinction* terjadi ketika selama sebuah perilaku dikuatkan, meskipun hanya sebentar atau tidak terlalu lama, maka perilaku tersebut akan terus ada. Akan tetapi apabila sebuah perilaku tidak diikuti dengan konsekuensi penguatan dalam waktu yang lama, seseorang akan menghentikan perilaku tersebut. Ketika perilaku tersebut terhenti karena tidak adanya penguatan dalam waktu yang lama, bisa dikatakan bahwa perilaku tersebut telah mengalami penghapusan (*extinction*) dan perilaku



tersebut telah dihilangkan (Mayati, 2013). Terdapat beberapa jenis *extinction* yaitu, a) *extinction burst* (kepunahaan) dimana setelah perilaku tidak diperkuat sering meningkat sebentar di frekuensi, durasi, atau intensitas sebelum berkurang dan akhirnya berhenti, b) *spontaneous recovery* merupakan kecenderungan alami perilaku untuk terjadi lagi di dalam situasi yang serupa dengan situasi dimana *extinction* belum terjadi.

Stimulus Control

Stimulus control adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan situasi di mana perilaku yang dipicu oleh ada atau tidak adanya stimulus tertentu. Terdapat dua jenis stimulus control yaitu, (a) stimulus *discrimination* yang merupakan stimulus spesifik yang dapat memicu timbulnya tingkah laku, (b) stimulus *generalization* merupakan stimulus yang digeneralisasikan terhadap rangsangan yang sama dan masih mendapatkan jawaban yang sama (Dahar, 1989).

Dari penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa terdapat empat konsep dasar yang dapat digunakan untuk mengatasi anak dengan temper tantrum yaitu, *Reinforcement* (penguatan), *punishment* (hukuman), *extinction* (penghapusan) dan *stimulus control*.

Teknik Modifikasi Perilaku

Terdapat tiga teknik modifikasi perilaku yang dapat digunakan untuk mengatasi anak dengan *temper tantrum* sesuai dengan kondisi maupun keadaan anak, yaitu : (1) *self-management* menurut Komalasari dalam (Isnaini & Taufik, 2015) (pengelolaan diri) adalah prosedur pengaturan perilaku oleh individu sendiri. Tujuan *self-management* adalah untuk mengurangi perilaku yang tidak pantas, meningkatkan kemampuan adaptif, dan kemampuan bahasa/ komunikasi. (2) Token ekonomi adalah pemberian satu kepingan (atau suatu tanda, satu isyarat) kepada anak untuk meningkatkan motivasi seorang anak dalam melakukan sesuatu. Kepingan-kepingan ini nantinya dapat ditukar dengan benda atau aktivitas penguah yang diinginkan subjek (Muriyawati & Rohamah, 2013). (3) *cognitive behavior modification* menurut Goldstein dalam (Yonita & Karneli, 2019) merupakan sebuah pendekatan psikoterapi yang menekankan peran penting cara berpikir seseorang dan merasakan sesuatu yang dilakukannya. Teknik bertujuan mengubah perilaku yang tampak namun tersembunyi dengan mengaplikasikan metode kognitif dan metode perilaku.

Dari pemaparan diatas dapat diketahui bahwa terdapat beberapa teknik modifikasi perilaku untuk mengatasi anak dengan temper tantrum yaitu: *self-management*, token ekonomi dan *cognitive behavior modification*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa pada tahap perkembangan sosial emosional pada anak usia dini, orang tua dan pendidik perlu memberikan perhatian kepada anak. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar orang tua dan pendidik dapat mengetahui perilaku anak, baik perilaku positif (adaptif) maupun perilaku negatif atau menyimpang (maladaptif). Perlunya modifikasi perilaku dalam perbaikan perilaku anak usia dini, menjadi salah satu strategi dalam mengatasi perilaku negatif atau menyimpang pada anak seperti anak dengan *temper tantrum*. Melalui modifikasi perilaku diharapkan anak dengan *temper tantrum* dapat berkembang, mampu memahami, mengelola dan mengekspresikan emosinya, baik emosi negatif maupun emosi positif, sehingga anak mampu bersosialisasi, berkomunikasi dan bereksplorasi terhadap lingkungannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya penulisan yang telah dilakukan, penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu, khususnya dosen pengampu mata kuliah Modifikasi Perilaku Anak Usia Dini yaitu Ibu Dr. Upik Elok Endang Rasmani, M.Pd. karena telah mendukung serta memotivasi para mahasiswa untuk berlatih dalam melakukan penulisan artikel ilmiah dan kelak nantinya akan berguna pada penulisan-penulisan lainnya. Penulis juga mengharapkan agar artikel ilmiah yang ditulis dapat menjadi wahana transformasi pengetahuan antara orang tua, sekolah dan masyarakat.



DAFTAR PUSTAKA

- Ardiwijaya, R. P., & Kuntoro, I. A. (2019). Penerapan differential reinforcement of alternative behavior untuk menurunkan screen-time pada anak dengan language disorder. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(1), 57. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v3i1.21507>
- Dahar, R. W. (1989). *Teori-teori belajar*. Jakarta: Erlangga Press.
- Fatimah, S., Iriyanto, T., & Anisa, N. (2020). Studi kasus perilaku temper tantrum anak dalam bersosialisasi di tk dharma wanita kempleng II. *PRESCHOOL Jurnal Perkembangan Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 2 No. 1, 155–162.
- Fitriani, F., Samad, A., & Khaeruddin, K. (2014). Penerapan teknik pemberian reinforcement (penguatan) untuk meningkatkan hasil belajar fisika pada peserta didik kelas VIII.A SMP PGRI Bajeng Kabupaten Gowa. *Jurnal Pendidikan Fisika Unismuh*, 2(3), 120887.
- Hapsari, C. K., & Hartiani, F. (2018). Penerapan prinsip modifikasi perilaku untuk dengan disabilitas intelektual berat. *Psikologi*, 17(2), 119–130.
- Hariyanti, N. T., & Wirapraja, A. (2018). Pengaruh influencer marketing sebagai strategi pemasaran digital era modern (sebuah studi literatur). *Jurnal Eksekutif*, 15(1), 133–146.
- Hendarko, A. C., & Anggraika, I. (2018). Efektivitas teknik prompting dan positive reinforcement untuk meningkatkan frekuensi kontak mata pada anak prasekolah dengan autisme. 6(2), 176–185.
- Herawati, N. I. (2003). Menghadapi anak usia dini yang temper tantrum. *PG PAUD UPI Kampus Cibiru*.
- Isnaini, F., & Taufik. (2015). Strategi self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar. *Penelitian Humaniora*, 16, 33–42.
- Korohama, K. E. P., & Bali, E. N. (2020). Konseling anak usia dini temper tantrum kathrina. *Early Childhood Education and Development Studies (ECEDS)*, 1(2), 1–6.
- Mayati, D. (2013). Pengaruh teknik extinction terhadap penggunaan online game yang berlebihan pada peserta didik kelas X MIA 1 Di SMA Negeri 1 Sungai Are Sumatra Selatan. In *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN U* (Vol. 53, Issue 9).
- Melfianora. (2017). Penulisan karya tulis ilmiah dengan studi literatur. *Studi Litelatur*.
- Muriyawati, & Rohamah, F. A. (2013). Pengaruh pemberian token ekonomi terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar. *JPSD : Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 53(9), 1689–1699.
- Natasha, L. M., Sujana, wayan I., & Ayu, T. luh. (2016). Pengaruh teknik shaping dengan positive reinforcement terhadap kecemasan berpisah pada anak. *E-Journal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 1–10. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPAUD/article/viewFile/7534/5156>
- Purwanti, T. (2014). *Peningkatan pengendalian diri melalui modifikasi perilaku pada anak tungarungu di kelas C TKLB SLB Negeri 2 Bantul*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- 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).
- Raihan. (2019). Penerapan reward dan punishment dalam peningkatan prestasi belajar pendidikan agama islam terhadap siswa sma di kabupaten pidie the implementation of rewards and punishments within the islamic religious education learning in sma (public senior high sc. in dayah: *Journal of Islamic Education* (Vol. 2, Issue 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), 50. <https://doi.org/10.32584/jika.v0i0.332>
- Sembiring, A. K., Filtri, H., & Efastri, S. M. (2017). *Persepsi orang tua terhadap pemecahan masalah temper tantrum anak usia dini di Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru*. 23(7), 88–96.
- Shanti, A. I. (2015). Penerapan teknik penyisihan sesaat (time-out) untuk mengurangi durasi perilaku tantrum pada autisme kelas iii di sekolah luar biasa (slb) autisma dian amanah yogyakarta. In *Pendidikan Luar Biasa. Fakultas Ilmu Pendidikan* (Vol. 151). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Slamet wahyudi, M. A. (2017). Teknik behavior dalam menangani perilaku indisipliner siswa pada korban perceraian di smp diponegoro sleman yogyakarta. *Cendekia: Journal of Education and Society*, 15(2), 83. <https://doi.org/10.21154/cendekia.v15i2.913>
- Suzanti, M. W., Riyani, E., Istiqomah, A., & Ihtiar, C. (2014). Efektivitas finger painting untuk



- menurunkan perilaku temper tantrum pada anak KB PK Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Anak*, 3.
- Syamsuddin. (2013). Mengenal perilaku tantrum dan bagaimana mengatasinya. *Informasi*, 18(02), 73–82.
- Wulansari, M. (2015). *Perilaku tantrum anak usia 5-6 tahun di tk marditama timbulharjo sewon bantul* (issue september). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yonita, E. N., & Karneli, Y. (2019). The effectiveness of the cognitive behavior modification approach with group settings to reduce bullying behavior. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 1–7. <https://doi.org/10.24036/00136kons2019>