Volume 9 Issue 6 (2025) Pages 3465-3473
Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
ISSN: 2549-8959 (Online)

Strategi Orang Tua Mengatasi Tantrum Belajar Anak Usia 5 Tahun

Elok Faiqoh[1]✉, Rr. Agustien Lilawati[2], Mushab Al Umairi[3]
Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia[(1,2,3)]
DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi orang tua dalam mengatasi tantrum belajar anak usia 5 tahun. Tantrum belajar merupakan suatu ekspresi emosi anak ketika menghadapi kesulitan atau penolakan terhadap kegiatan belajar, yang ditandai dengan menangis, merengek dan perilaku agresif lainnya. Penitian ini menggunakan pendekatan kualitatif jenis studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dengan jumlah informan 2 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi orang tua dalam mengatasi tantrum belajar meliputi memberikan jeda waktu ketika anak mengalami tantrum, memberikan kesempatan kepada anak untuk mengambil inisiatif, menunjukkan ekspresi emosi secara wajar, memberikan penjelasan dan motivasi setelah anak mulai tenang, serta menanggapi anak dengan ketegasan. Bentuk tantrum yang paling sering muncul adalah menangis dan merengek, sementara penyebab yang biasanya terjadi berasal dari kesulitan memahami pelajaran dan kondisi yang kelelahan setelah banyak beraktivitas. Pembahasan menunjukkan bahwa strategi yang digunakan oleh orang tua sejalan dengan pola pengasuhan demokratis yang menekankan keseimbangan antara ketegasan dan responsivitas, serta mendukung perkembangan regulasi emosi anak. Maka dari itu, strategi orang tua bukan hanya berperan dalam mengurangi tantrum belajar, tetapi juga dalam membentuk kemandirian dan motivasi belajar anak sejak dini.
Kata Kunci: *Strategi Orang Tua, Tantrum Belajar, Anak Usia Dini*.

Abstract

This study aims to determine parental strategies for dealing with learning tantrums in 5-year-old children. Learning tantrums are a child's emotional expression when facing difficulties or rejection of learning activities, characterized by crying, whining, and other aggressive behavior. This study used a qualitative case study approach. Data collection techniques were carried out through interviews, observation, and documentation. Data analysis included data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results showed that parental strategies for dealing with learning tantrums included giving a timeout when the child experiences a tantrum, giving the child the opportunity to take the initiative, showing emotional expressions appropriately, providing explanations and motivation after the child has calmed down, and responding firmly. The most common forms of tantrums were crying and whining, while the causes usually stem from difficulty understanding the lesson and fatigue after many activities. The discussion shows that the strategies used by parents are in line with a democratic parenting style that emphasizes a balance between assertiveness and responsiveness, and supports the development of children's emotional regulation. Therefore, parental strategies play an important role not only in reducing learning tantrums but also in developing children's independence and motivation to learn from an early age.
Keywords: *Parenting Strategies, Learning Tantrum, Early Childhood.*

Copyright (c) 2025. Elok Faiqoh, et al.
✉ Corresponding author:
Email Address: elokfaiqohcys18@gmail.com (Gresik, Indonesia)
Received 17 October 2025, Accepted 3 November 2025, Published 26 December 2025

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559

Pendahuluan

Menurut Jiu et al 2021 (dalam S. Fathiyatul Jannah), Temper tantrum merupakan keadaan normal yang terjadi pada anak-anak terhadap kemarahan. Keadaan ini terjadi pada kegagalan anak dalam melatih penguasaan diri dan pengambilan keputusan. Tantrum biasanya terjadi pada anak yang aktif dan memiliki keinginan yang tinggi. Ada 2 kelompok penyebab tantrum yaitu faktor internal seperti emosi yang tidak bisa di sampaikan, lelah, cemburu, sakit. Dan faktor eksternal seperti lingkungan yang tidak nyaman, larangan dari orang tua, keinginan yang tidak terpenuhi. (Repianti, 2025)

Anak usia 5 tahun adalah fase krusial dalam perkembangan sosial dan emosi anak. mereka sudah mulai menampakkan kemandirian dalam berinteraksi yang lebih intens dengan lingkungan sekitarnya, termasuk juga dalam konteks belajarnya. Seringkali anak mengalami kesulitan dalam mengatur dan mengelola emosinya, yang mengakibatkan tantrum saat menghadapi tantangan belajar. Tantrum belajar anak ditandai dengan menunjukkan emosi yang meledak-ledak, frustasi, dan perilaku agresif yang dapat menganggu proses belajar.

Perilaku tantrum terjadi pada anak yang tidak dapat mengekspresikan emosinya secara verbal akhirnya menjadi tumpukan emosi yang tidak bisa disalurkan yang menjadi meledak-ledak dengan bentuk kemarahan dan kesedihan. Mereka menekankan bahwa tanggapan orang tua terhadap emosi anak sangat penting untuk mencegah akumulasi emosi negatif. Dalam hal ini, tantrum bukan disebut perilaku negatif, tetapi merupakan sebuah bentuk ekspresi emosi yang lebih kompleks. Anak pada usia ini belum mampu sepenuhnya mengungkapkan perasaannya dengan kata-kata, sehingga mereka menggunakan perilaku tantrum untuk mengekspresikan emosi dan frustasi (Meyriana et al., 2021).

Teori perkembangan anak yang dijelaskan oleh Erik Erikson (dalam Dewi Repianti) tentang teori tahapan perkembangan psikosialnya, menjelaskan pentingnya dukungan orang tua dalam membantu anak dan mengatasi tantangan emosional yang mereka hadapi. Erikson Mengidentisikasikan bahwa anak usia 5 tahun sedang ditahap "Inisiatif vs Rasa Bersalah", yang dimana mereka mulai mengeksplorasi lingkungan dan mengambil inisiatif dalam kegiatan belajar. Jika anak tidak memperoleh dukungan yang memadai dari orang tua, maka mereka akan merasa tertekan dan mengalami rasa bersalah ketika menghadapi kesulitan yang menyebabkan tantrum. Salah satu strategi yang digunakan orang tua adalah dengan cara mendiamkan anak saat mereka mengalami tantrum, dengan harapan anak akan mereda dan tenang. Namun dengan cara ini memiliki efek yang bermacam-macam seperti di satu sisi dengan cara mendiamkan anak akan memberikan ruang bagi mereka untuk mengekspresikan emosi tanpa intervensi yang berlebihan, tetapi pada sisi lain, anak mungkin merasa mereka diabaikan dan semakin frustasi. Pada situasi ini anak terkadang berusaha menarik perhatian orang tua dengan cara lebih ekstrem seperti menangis lebih keras karena anak merasa perhatian yang mereka butuhkan tidak didapatkan.

Dalam penelitian yang dilakukan Zainuddin, orang tua cenderung menggunakan tiga pola strategi pengasuhan dalam menghadapi tantrum seperti strategi pengasuhan otoriter, permisif, dan demokratis. Strategi otoriter menunjukkan pada kontrol dan disiplin ketat, namun kurang responsif terhadap kebutuhan emosi anak. Strategi pengasuhan permisif justru terlalu membebaskan anak sehingga rentan memicu tantrum saat orang tua selalu menuruti apa yang di inginkan anak. Dan strategi pengasuhan demokratis dianggap paling seimbang karena memberikan batasan yang jelas tetapi responsif dan penuh dengan kasih sayang (Zainuddin et al., 2023).

Terkadang setelah anak sudah mulai menunjukkan sikap tenang, orang tua dapat mengambil kesempatan untuk memberikan penjelasan dan memberikan pemahaman tentang pentingnya belajar. Dan memberikan dorongan positif untuk membantu memahami bahwa kesulitan yang anak hadapi merupakan hal yang sangat wajar. Pendekatan ini sejalan dengan teori penguatan positif yang dimana anak diberikan umpan balik yang konstruktif setelah anak berhasil mengatasi emosi mereka. Dengan cara seperti ini, orang tua tidak hanya mengelola tantrum tetapi juga membangun pemahaman yang baik terhadap proses belajar (AL Umairi & Lillawati, 2023). Penelitian yang dilakukan Shania Fajriyah menunjukkan bahwa strategi orang tua dalam mengatasi tantrum belajar anak mencakup dengan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan,

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559
memberikan reward, dan membiarkan anak untuk mengekspresikan emosinya, serta memberikan pemahaman dan penjelasan yang bijak setelah anak mulai tenang (Fajriyah, 2022).

Selain itu hasil telaah terhadap beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa fokus kajian mengenai tantrum pada anak usia dini umumnya masih pada perilaku tantrum secara umum, seperti tantrum dilingkungan keluarga atau sekolah, tanpa menyoroti konteks tantrum belajar secara spesifik. Penelitian sebelumnya lebih menekankan pada bentuk perilaku atau cara penanganan secara umum, namun belum banyak yang menliti secara spesifik bagaimana strategi orang tua dalam menghadapi tantrum belajar anak usia 5 tahun. Terutama ditinjau dari pola pendekatan demokratis.

Penelitian ini menunjukkan perlunya kajian yang lebih terarah bagaimana orang tua menyeimbangkan antara ketegasan dan responsivitas dalam menghadapi emosi anak ketika belajar. Dengan demikian, penelitian ini memiliki kebaruan dalam mengungkap bagaimana strategi orang tua secara konteks berdasarkan pengalaman nyata, serta memberikan kontribusi teoritis dalam memahami peran orang tua terhadap emosi dan motivasi belajar anak usia 5 tahun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mencari tahu lebih dalam tentang bagaimana orang tua menghadapi tantrum belajar pada anak. Melalui wawancara dan observasi, penelitian ini berujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis strategi yang dilakukan orang tua dalam mengatasi tantrum belajar anak usia 5 tahun, diharapkan penelitian ini memberikan wawasan lebih luas tentang apa yang menjadi penyebab anak tantrum dan strategi yang digunakan. penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang baik bagi orang tua, pendidik dan peneliti dalam memahami dan mengatasi tantrum belajar pada anak.

Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif dengan jenis studi kasus. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran yang mendalam mengenai strategi orang tua dalam mengatasi tantrum belajar anak usia 5 tahun. Penelitian kualitatif ini menekankan kepada data yang didapatkan oleh peneliti, dan proses makna lebih diperhatikan . Landasan teori ini dapat dimanfaatkan sebagai pedoman agar fokus penelitian sesuai dengan fakta real yang terjadi di lapangan. Selain itu, landasan teori juga bermanfaat sebagai pemberikan pengarahan umum mengenai latar tempat, waktu dan suasana penelitian serta sebagai bahan atau materi pembahasan hasil penelitian. Penelitian ini melibatkan dua orang informan utama, yaitu orang tua yang memiliki anak usia 5 tahun dan pernah mengalami tantrum belajar dirumah. Kedua informan memiliki latar belakang pendidikan yang berebda dan pekerjaan yang berbeda. namun aktif dalam mendampingi anak ketika kegiatan belajar sehari-hari di rumah. Penelitian dilakukan di desa Karang Turi, Kecamatan Glagah, Kabupaten Lamongan selama 1 bulan. Yang mencakup proses observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung fenomena yang terjadi, dengan tujuan memperoleh pemahaman mengenai situasi yang diteliti. Wawancara dilakukan secara mendalam kepada informan dengan harapan mendapatkan informasi detail mengenai topik penelitian. Sedangkan dokumentasi digunakan sebagai pelengkap data seperti mengumpulkan dokumen tertulis, foto, dan arsip berkaitan dengan objek yang diteliti. Ketika teknik pengumpulan data ini saling melengkapi untuk meningkatkan validitas data melalui proses triangulasi sebagaimana disampaikan oleh Sugiyono 2020.

Wawancara dilakukan secara mendalam semi terstruktur dengan panduan pertanyaan yang disusun berdasarkan indikator. Pertanyaan difokuskan dengan pengalaman orang tua dalam menghadapi tantrum, bagaimana respon yang diberikan, serta refleksi mereka terhadap strategi yang digunakan. Data yang dikumpulkan melalui tiga teknik utama yakni wawancara, observasi dan dokumentasi. Wawancara ditulis secara rapi dan diketik. Observasi dilakukan secara langsung, dan dokumentasi digunakan sebagai pelengkap data melalui catatan lapangan dan foto kegiatan.

Proses analisis data dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus sampai data mencapai titik jenuh. Tahapan dalam analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan cara merangkum, memusatkan perhatian

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559

pada hal-hal penting, serta mengorganisir data ke dalam pola-pola yang sesuai dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk naratif agar mudah dipahami dan dianalisis lebih lanjut (Soehartono, 2011). Penarikan kesimpulan dilakukan dengan cara menelaah kembali data yang telah disajikan secara sistematis untuk menghasilkan temuan penelitian yang valid dan dapat dipertanggunggjawabkan.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, tantrum belajar pada anak usia 5 tahun ditunjukkan melalui perilaku menangis, merengek, dan menolak belajar karena anak merasa lelah dan kesulitan memahami pelajaran, sehingga orang tua memilih memberikan jeda dengan bersikap diam hingga emosi anak mereda dan anak berinisiatif kembali untuk belajar. Sejalan Menurut L, Crow dalam Dewi (2020) Emosional merupakan pengalaman afetktif disertai dengan penyesuaian lingkungan, batin secara keseluruhan yang dimana keadaan mental fisiologi anak sedang berada dalam kondisi yang meluap-luap dan dapat dilihat dari perubahan tingkah laku yang jelas. Beberapa anak sudah mulai mengenal emosi yang mereka rasakan dari berbagai masalah atau perisitiwa yang anak alami secara langsung (Umairi, 2024). Emosi yang seringkali muncul pada anak yaitu rasa senang pada saat mendapatkan sebuah kebahagiaan, rasa takut yaitu perasaan kekhawatiran akan terjadinya sesuatu berbahaya yang tak terduga, rasa sedih yang merupakan perasaan negatif karena kekecewaan, putus asa, suasana hati yang buruk atau cemburu, dan yang paling menonjol pada emosional negatif dari diri anak dan sering menyebabkan permasalahan terhadap dirinya sendiri dan orang lain sehingga tidak dapat mengontrol dan mengendalikannya adalah marah yang berlebihan atau tantrum (Sulistiawati et al., 2025).

Peneliti menemukan bahwa tantrum muncul ketika anak diminta untuk memulai belajar atau ketika kesulitan memahami materi. Bentuk tantrum yang tampak berupa menangis, merengek, dan penolakan terhadap aktivitas belajar. Selama observasi orang tua cenderung tetap tenang dan memberikan waktu jeda sampai anak mereda emosinya. Setelah beberapa menit, anak biasanya mulai mendekati orang tua kembali dan bersedia melanjutkan aktivitas belajar. Hal ini menunjukan bahwa pemberian jeda efektif membantu anak menenangkan diri sebelum diarahkan belajar kembali. Orang tua menyampaikan bahwa penyebab tantrum paling sering adalah kesulitan memahami pelajaran dan kondisi anak yang lelah setelah banyak aktivitas. Beberapa strategi yang dilakukan yakni mendiamkan anak terlebih dahulu dan tidak langsung menanggapi tantrum, memberikan pilihan kepada anak setelah tenang, seperti memilih kegiatan belajar atau tempat belajar. Menunjukkan ekspersi emosi yang sesuai situasi misalnya bersikap tegas saat anak tetap menolak belajar.

Tantrum pada anak usia dini merupakan fenomena yang kerap menimbulkan kekhawatiran dan stress bagi banyak orang tua. Terutama ketika anak masih belajar mengenali dan mengeksperikan emosinya. Temuan ini sejalan dengan pendapat yang mengatakan bahwa dalam menghadapi tantrum bukanlah tugas yang mudah dan seringkali menguji kesabaran dan ketahanan emosional orang tua. Anak usia dini berada pada tahap perkembangan dimana mereka mulai belajar mengenali dan mengekspresikan emosinya. Secara umum tantrum merupakan perilaku normal yang terjadi pada anak pada masa usia dini karena merupakan tahapan dalam perkembangan fisik, kognitif dan emosional anak (Imrotul Ummah & Pamuji, 2024).

Tantrum sering terjadi oleh anak, tetapi jika hal ini tidak ditangani dengan tepat, maka dapat menimbulkan perilaku negatif pada anak seperti agresif dan menyakiti dirinya sendiri maupun menyakiti orang lain dimasa mendatang. Perilaku tantrum 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. Hal ini mendukung dengan pendapat (Imtikhani Nurfadilah, 2021) yang mengaskan bahwa kesalahan penanganan tantrum dapat menghambat kemampuan anak dalam mengeksperikan emosi secara wajar.

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559

Dalam menghadapi tantrum, orang tua mengadopsi berbagai strategi. Respons awal yang umum adalah mencoba tetap tenang dan mengalihkan perhatian anak dari pemicu tantrum. banyak orang tua menggunakan teknik pengalihan. Selain itu, berbicara lembut juga menjadi salah satu teknik yang sering digunakan orang tua untuk menenangkan anak. Orang tua menekankan pentingnya memberikan waktu bagi anak untuk menenangkan diri sebelum mencoba berbicara dan menasihati mereka. Pengalaman menghadapi tantrum diakui sebagai tantangan yang melelahkan, tetapi juga sebagai kesempatan untuk belajar dan mengembangkan kesabaran (Aprianti & Vitaloka, 2025).

Dalam penelitian ini orang tua cenderung tetap tenang dengan memberikan jeda dan bersikapdiam ketika anak mengalami tantrum belajar, kemudian mengajak anak berbicara kembali setelah emosinya mereda sejalan dengan pendapat mengenai proses penanganan tantrum yaitu menggunakan proses tenang dengan memberikan waktu atau istirahat untuk meredakan emosi anak, yakni dengan memberikan jeda dan mendiamkan anak untuk menetralkan perilaku tantrumnya (Sari & Maini Sitepu, 2024). Cara ini merupakan cara dalam menghapus perilaku negatif anak dengan memberikan waktu kepada anak agar dapat berpikir jernih dan tenang (Sulistiawati et al., 2025). Jadi pada saat anak mengalami tantrum karena tidak mau belajar, orang tua memilih untuk mendiamkan anak sejenak, bukan karena tidak peduli, tetapi agar anak memahami konsekuensi emosinya dan menyadari bahwa orang tua tidak harus menurutinya.

Sebagai orang dewasa, kita perlu melihat perilaku temper tantrum dengan kacamata lain agar dapat menemukan cara yang tepat dalam menghadapinya. Namun, tentu saja sebagai orang tua tetap mengambil tindakan tepat dengan perilaku yang dialami anak. Orang tua harus pandai mengambil langkah dan jangan sampai kehilangan dalam kesempatan untuk membimbing kemarahan, frustasi, takut dan jengkel, agar anak merasa nyaman dan tidak tersakiti dengan emosi yang dirasakan (Sadita & Sa'adah, 2023). sementara itu penelitian yang dilakukan Denham menekankan bahwa pendidikan emosi sejak usia prasekolah berperan penting dalam membentuk kesiapan belajar dan perilaku proposional anak (Denham et al., 2012).

Sikap tenang yang dilakukan oleh orang tua terbukti menjadi hal yang efektif dalam mengurangi durasi tantrum. kemampuan orang tua dalam emosi menciptakan lingkungan yang lebih tenang dan membantu anak lebih cepat meredakan emosi negatif mereka. (Fadillah. K. H & Wulandari . H, 2024) Pemahaman orang tua tentang penyebab tantrum sangat mempengaruhi cara mereka menanganinya. Anak yang lelah lebih rentan mengalami tantrum karena capek seharian melakukan segala aktivitas, jadi anak akan lebih sulit untuk memahami pelajaran (L. Kurniawati & Utama, 2023). Kemampuan anak dalam mengekspresikan emosi secara tepat berhubungan langsung dengan gaya komunikasi orang tua yang terbuka dan responsif.

Teknik pengalihan perhatian dan memberikan pilihan juga menjadi strategi yang efektif. Ketika anak sudah tenang orang tua memberikan pilihan untuk kembali belajar atau tidak, dan sebagai orang tua mencoba untuk mengajak belajar dengan cara yang lain yang lebih menarik bagi anak (Ariantari et al., 2025). Berdasarkan penelitian, Orang tua yang memilih tenang dengan memberika jeda dan menunggu anak menenangkan diri sebelum kembali belajar, yang membuat anak lebih mudah mengontrol emosinya dan kembali berinisiatif belajar. Mengalihkan perhatian anak ke aktivitas yang lebih menarik dapat membantu mereka mengendalikan emosi dengan lebih baik. Selain itu, memberikan pilihan kepada anak akan memberikan mereka rasa kontrol dan mengurangi perasaan frustasi yang dapat memicu tantrum (Aprianti & Vitaloka, 2025).

Perilaku tantrum pada anak juga dapat dimodifikasi melalui salah satu bentuk intervensi modifikasi *time out.* Metode ini adalah teknik mengubah perilaku yang bermasalah pada anak berbasis pada hukuman dengan cara menempatkan anak dalam lingkungan yang terbatas tetapi dalam pantauan untuk menurunkan perilaku menyimpang. Metode ini banyak digunakan orang tua di rumah dan termasuk jenis hukuman negtaif untuk menghilangkan penguatan positif yang diterima anak setiap kali melakukan perilaku maladaptif (Rohmah, 2021).

Strategi orang tua dalam menghadapi tantrum belajar ini lebih banyak diarahkan pada pendekatan regulasi emosi melalui pemberian waktu jeda, komunikasi yang tepat, serta penjelasan setelah anak tenang. Karena dengan keadaan tenang, anak akan lebih enjoy untuk belajar. Orang

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559

tua juga memberi pemahaman kepada anak tentang tanggung jawab, serta bersikap tegas dengan memberikan motivasi pada anak (Shabrina et al., 2020). Jika ingin bisa maka harus giat belajar. Strategi ini sejalan dengan standar tingkat pencapaian perkembangan anak pada aspek sosial emosional yaitu mengenal perasaan sendiri, mengelola emosi secara wajar dan menunjukkan tanggung jawab terhadap diri sendiri.

Pemberian waktu bagi anak untuk menenangkan diri sebelum diajak berbicara juga sangat penting. Membiarkan anak meredakan emosinya sendiri, sambil tetap diawasi (Wati et al., 2021).Setelah anak tenang, pelukan dan komunikasi yang empatik membantu mereka merasa aman dan dipahami. Saat anak sudah mereda dan tenang, emosi orang tua sudah mulai stabil, ini adalah waktu orang tua untuk memberikan penjelasan pada anak tentang tanggungjawabnya, tentang perasaan mereka, tanyakan apa yang membuat mereka merasa marah atau frustasi, dan bantu mereka untuk memilih kata-kata yang sesuai untuk mengungkapkan emosinya (Syahrina & Faridy, 2024). Regulasi emosi merupakan fondasi utama dalam kesiapan belajar anak, dan dukungan orang tua yang empatik berperan signifikan dalam menurunkan perilaku tantrum (Cole et al., 2004).

Ketika anak mengalami tantrum saat belajar, sebagian orang tua masih menanggapi dengan emosi, marah, kecewa, bahkan seolah tidak peduli. respon ini membuat anak merasa seakan-akan tidak dimengerti dan semakin sulit mengendalikan emosinya. Karena anak usia dini belum sepenuhnya mampu mengelola emosi secara opimal, sehingga orang tua perlu memberikan contoh regulasi emosi yang positif. Dengan menenangkan diri, mendampingi anak dan memberikan waktu anak untuk meredakan emosinya agar anak lebih mudah diarahkan kembali pada aktivitas belajarnya (Rahiem, 2023).

Strategi yang digunakan oleh orang tua sejalan dengan pola pengasuhan demokratis, dalam pengasuhan ini, orang tua menekankan keseimbangan antara ketegasan dan responsivitas. Ketegasan ditunjukkan melalui upaya mengajak anak tetap bertanggung jawab pada kegiatan belajarnya. Sedangkan responsivitas terlihat dari cara orang tua memberikan jeda, mendengarkan anak, dan memberi penjelasan saat anak sudah tenang (Intan et al., n.d.).

Faktor utama yang menyebabkan tantrum pada anak adalah karena anak merasa frustasi dengan keadaannya, sedangkan ia tidak mampu mengungkapkan perasaannya dengan kata-kata atau ekspresi yang diinginkannya. Seperti kondisi lelah yang menyebabkan anak menjadi rewel. Anak yang idak pandai mengungkapkan apa yang dirasakan maka kecenderungan yang timbul adalah rewel, menangis serta bertindak agresif (L. Kurniawati & Utama, 2023).

Berdasarkan penelitian, strategi orang tua dalam mengatasi tantrum belajar anak selaras dengan temuan teoritis bahwa faktor penyebab tantrum sering terjadi muncul karena anak kelelahan dan kesulitan dalam memahami pelajaran, jadi keterlibatan positif orang tua dalam pendampingan belajar pada anak mampu meminimalkan perilaku negatifnya, karena anak merasa didukung secara emosional lebih mudah diarahkan kembali belajar dan menunjukkan respon positif setelah melewati fase tantrum. oleh karena itu strategi orang tidak hanya berfokus pada penanganan tantrum saja tetapi juga pada pengaturan jadwal belajar yang efektif agar anak tidak kelelahan (Lailiyah et al., 2023). Hal ini terbukti dari pengakuan orang tua bahwa anak sering tantrum karena sulit memahami pelajaran dan capek seharian beraktivitas. Strategi orang tua umumnya adalah memberikan jeda dan mendiamkan anak, membiarkan anak tenang terlebih dahulu yang memungkinkan anak untuk kembali meminta belajar dan ditemani dengan menunjukkan respon positif setelah tantrum.

Keterlibatan positif orang tua dengan mencari waktu yang tepat untuk memberi penjelasan tentang pentingnya belajar saat anak tenang dan membiasakan diri untuk mengatur jadwal yang efektif merupakan upaya meminimalkan perilaku negatif fan mendukung anak secara emosional, sejalan dengan pentingnya tidak hanya fokus pada penanganan tantrum tetapi juga pada pengaturan jadwal belajar yang efektif agar anak tidak kelalahan. Strategi orang tua mengatasi tantrum belajar anak usia 5 tahun memiliki kesesuaian dengan teori regulasi emosi pada anak usia dini, orang tua berperan penting dalam membantu anak mengenali dan mengelola emosi melalui pendekatan komunikasi empatik dan pemberian waktu jeda. Strategi ini sejalan dengan konsep dari Gottman yang menekankan pendampingan emosi anak secara positif dan penuh kasih sayang.

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559

(Hooven et al., 1995) dalam penelitian morris menemukan dukungan emosioanl orang tua berhubungan positif dengan kemampuan anak dalam menghadapi stres akademik awal dan membentuk self regulated learning. (Morris et al., 2017) dalam pengasuhan demokratis yang efektif dalam menumbuhkan tanggung jawab, kemandirian, dan disiplin emosional pada anak usia dini dibandingkan pola pengasuhan otoriter dan permisif (Baumrind, 1991). Dalam kajian lintas budaya menjelaskan bahwa orang tua di negara Asia cenderung menggabungkan unsur ketegasan dan kehangatan, yang secara fungsional mirip dengan pola pengasuhan demokratis. Pendekatan ini terbukti efektif menurunkan frekuensi tantrum dan meningkatkan regulasi emosi anak (Wang et al., 2024).

Selan itu, penerapan strategi pengasuhan demokratis yang ditemukan dalam penelitian ini juga memiliki relevansi dengan konsep anak belajar mengambil inisiatif dalam proses belajarnya setelah melalui regulasi emosi yang sehat. Jadi dalam pendekatan ini bukan hanya menurunka insentitas tantrum, tetapi juga menumbuhkan kemandirian belajar anak sejak dini. Jika dibandingkan dengan penelitian Fajriyah (2022) bahwa pengasuhan demokratis menjadi pendekatan yang paling efektif dalam menumbuhkan kontrol emosi dan disiplin anak. Temuan Sosic-Vasic juga mendukung bahwa anak yang memiliki dukunga emosional tinggi dari orang tua lebih cepat pulih dari stress belajar dan mampu menyesuaikan diri dalam kegiatan akademik (Sosic-Vasic et al., 2017). Dengan demikian penelitian ini tidak hanya memperkuat teori pengasuhan demokratis tetapi juga memperluas pemahaman tentang bagaimana strategi tersebut dapat diterpakan pada anak usia dini.

Simpulan

Strategi orang tua dalam mengatasi tantrum belajar anak usia 5 tahun mencakup beberapa pendekatan, yaitu memberikan jeda waktu *time out* ketika anak mengalami luapan emosi, sekaligus memberi ruang bagi anak dalam mengambil inisiatif. Strategi orang tua yang bersifat demokratis juga terbukti efektif dalam mengatasi tantrum belajar anak usia 5 tahun, pendekatan pengasuhan ini menekankan keseimbangan antara ketegasa dan empati sehingga anak memperoleh ruang untuk menenangkan diri, memahami emosinya dan kembali termotivasi untuk belajar. Selain itu orang tua mengarahkan anak agar menunjukkan ekspresi secara wajar, memberikan penjelasan kepada anak ketika anak mulai tenang juga merespon dengan sikap tegas. Strategi inilah yang dapat diterapkan dengan tujuan agar anak dapat menenangkan diri, memahami konsekuensi dan perilakunya, sekaligus anak juga belajar mengelola emosi dengan cara yang lebih sehat. Keterlibatan aktif orang tua dalammendampingi proses belajar anak memiliki pengaruh besar terhadap cara anak merespon berbagai tantangan emosi yang mereka hadapi selama belajar dirumah. Ketika anak mengalami tekanan emosional yang memicu tantrum, kehadiran orang tua mampu mengontrol emosi dan memberikan ruang bagi anak untuk menangkan diri menjadi langkah awal yang efektif dalam memulihkan kondisi psikologis anak. Setelah emosi mereda, dukungan berupa komunikasi yang hangat dan tegas membantu anak kembali fokus pada kegiatan belajar tanpa merasa dipaksa atau diabaikan. Orang tua juga berkontribusi dalam membangun motivasi internal anak melalui penegasan mengenai manfaat belajar, pemberian pilihan yang memberi rasa kendali kepada anak, serta penguatan positif ketika anak berhasil menyelesaikan tugas belajar.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada orang tua dan keluarga atas do'a, dukungan, serta motivasi yang telah diberikan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing atas bimbingan dan arahannya selam proses penyusunan artikel, kepada teman-teman atas bantuan dan semangatnya, serta kepada diri sendiri atas usaha dan ketekunan hingga artikel ini dapat diselesaikan. Terima kasih juga kepada semua pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung.

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559

Daftar Pustaka

AL Umairi, M., & Lillawati, A. (2023). Pengembangan Interaksi Sosial Terhadap Pendidikan Anak Usia Dini Dalam Perspektif Islam Di Abad 21. *Jurnal ADAM : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(2), 274–280. https://doi.org/10.37081/adam.v2i2.1534

Aprianti, W. P., & Vitaloka, W. (2025). Mengurai Kekacauan Emosional: Analisis Mendalam Cara Orang Tua Untuk Menghadapi Tantrum Pada Anak Usia Dini. *Generasi Emas*, *8*(1), 78–89. https://doi.org/10.25299/ge.2025.vol8(1).21175

Area, universitas medan. (2022). *Analisis strategi, komunikasi penggunaan media oleh LSM PKPA dalam melakukan upaya perlindungan anak di kota Medan*. 65–71.

Ariantari, D., Isna Kartika, W., & Heriansyah, M. (2025). *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Strategi Guru dalam Mengatasi Tantrum Anak Usia 4-5 Tahun*. *9*(1), 395–401. https://doi.org/10.31004/obsesi.v9i1.6194

Awanda Amelia Sadita, & Nurus Sa'adah. (2023). Temper Tantrum Behavior in Early Childhood as Communication with Parents. *Journal of Insan Mulia Education*, *1*(2), 45–52. https://doi.org/10.59923/joinme.v1i2.7

Baumrind, D. (1991). The Influence of parenting style on adolescent. In *Journal of Early Adolescence* (Vol. 11, Issue 56, p. 01).

Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, *75*(2), 317–333. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x

Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, *40*(3), 137–143. https://doi.org/10.1007/s10643-012-0504-2

Fadillah. K. H, & Wulandari . H. (2024). Dampak Perilaku Tantrum Terhadap Penggunaan Smartphone Pada Anak Usia Dini. *Journal Of Social Science Research*, *4*(2), 3940–3952. https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/6754/6786

Fajriyah, S. (2022). Strategi Orang Tua Dalam Mengatasi Tantrum Pada Anak Usia 4-6 Tahun Selama Belajar Dari Rumah. In *Repository.Uinjkt.Ac.Id* (Issue 1).

Hooven, C., Gottman, J. M., & Katz, L. F. (1995). Parental Meta-emotion Structure Predicts Family and Child Outcomes. In *Cognition and Emotion* (Vol. 9, Issues 2–3). https://doi.org/10.1080/02699939508409010

Imrotul Ummah, & Pamuji. (2024). Strategi Positif dalam Mengatasi Tantrum Pada Anak Usia Dini. *Student Scientific Creativity Journal*, *2*(4), 139–148. https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v2i4.3488

Imtikhani Nurfadilah, M. F. (2021). Modifikasi Perilaku Anak Usia Dini untuk Mengatasi Temper Tantrum pada Anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, *10*(1), 69–76. https://doi.org/10.21831/jpa.v10i1.28831

Intan, R., Kurniawati, F., & Handayani, E. (n.d.). *emotion coaching* . 40–52.

Kurniawati, I., Saranani, M. S., & Hidayah, A. N. (2022). *Deskripsi Kemampuan Motorik Halus Anak MelaluiKegiatan Melipat Kertas Origami Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Kelurahan Bende Kota Kendari*. *5*(1).

Kurniawati, L., & Utama, A. A. (2023). Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Dini di TK ABA Sumbawa. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, *8*(2), 374. https://doi.org/10.58258/jupe.v8i2.5311

Lailiyah, H. W., Nisa, Z., Nisfa, N. L., & Artikel, I. (2023). Pengaruh Temper Tantrum Terhadap Perubahan. *Juraliansi*, *4*(1), 61–69. https://ejournal.alqolam.ac.id/index.php/JURALIANSI/article/view/849

Meyriana, A. Z., Syafri, F., & Asiyah. (2021). *Pengembangan Pocket Book Untuk Orang Tua Dalam Mengatasi Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Dini*. *6*(2), 113–119.

Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houltberg, B. J. (2017). The Impact of Parenting on Emotion Regulation During Childhood and Adolescence. *Child Development Perspectives*, *11*(4), 233–238. https://doi.org/10.1111/cdep.12238

Rahiem, M. D. H. (2023). Orang Tua dan Regulasi Emosi Anak Usia Dini. *Aulad : Journal on Early*

DOI: 10.31004/obsesi.v9i6.7559
Childhood, *6*(1), 40–50. https://doi.org/10.31004/aulad.v6i1.441

Repianti, D. (2025). *Upaya OrangTua Dalam Mengatasi Tantrum Pada Anak Usia 4-6 Tahun Di Jalan Sidodadi Dusun 2 Desa Teladan Kecamatan CurupSelatan*.

Rohmah, N. A. N. (2021). Modifikasi Perilaku Tantrum Melalui Permainan dan Metode Time-Out pada Anak Usia Dini. *Early Childhood Education and Development Journal*, *3*(2), 93–101. https://jurnal.uns.ac.id/ecedj

Sari, M., & Maini Sitepu, J. (2024). Peran Guru dalam Mengatasi Anak Temper Tantrum melalui Metode Time Out pada Aktivitas Pembelajaran. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(1), 230–241. https://doi.org/10.37985/murhum.v5i1.518

Shabrina, M. N., Azizah, N., & Rifqi, M. Z. (2020). Pembelajaran Tahfidz sebagai Media Menumbuhkan Karakter Tanggung Jawab pada Anak Temper Tantrum. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(2), 1099. https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.511

Soehartono, I. (2011). Metode penelitian sosial: suatu teknik penelitian bidang kesejahteraan sosial dan ilmu sosial lainnya. *Tesis KOMI*, 51.

Sosic-Vasic, Z., Kröner, J., Schneider, S., Vasic, N., Spitzer, M., & Streb, J. (2017). The association between parenting behavior and executive functioning in children and young adolescents. *Frontiers in Psychology*, *8*(MAR), 1–8. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00472

Sulistiawati, S., Aprilia, A., & Putri, P. (2025). Peran Pendidik Dalam Menangani Tantrum Anak Usia 4-5 Tahun Dengan Metode Time Out. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *10*(1), 69–86.

Syahrina, A., & Faridy, F. (2024). Peran Ibu dalam Menumbuhkan Ekoliterasi pada Anak Kelompok B TKIT Azkia Aceh Besar. *Generasi Emas*, *7*(2), 117–125. https://doi.org/10.25299/ge.2024.vol7(2).17967

Umairi, M. Al. (2024). Reinforcement of Social Emotional Early Childhood in the Era of Society 5.0. *Al Hikmah Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, *8*(1), 51–62. https://doi.org/10.35896/ijecie.v8i1.751

Wang, J., Huang, X., Li, Z., Chen, K., Jin, Z., He, J., Han, B., Feng, L., Meng, N., Yang, C., & Liu, Z. (2024). Effect of parenting style on the emotional and behavioral problems among Chinese adolescents: the mediating effect of resilience. *BMC Public Health*, *24*(1), 1–12. https://doi.org/10.1186/s12889-024-18167-9

Wati, D. W., Asfiyak, K., & Dewi, M. S. (2021). Peran Guru Dalam Mengatasi Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Dini Di Day Care Sekolah Dolan Perumahan Villa Bukit Tidar Malang. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam Anak Usia Dini Volume*, *2*(2021), 2–5.

Zainuddin, Mulyadi, Muhibuddin, Mohd. Nasir, & Susilawati. (2023). Strategi Orang Tua Dalam Mengatasi Kebiasaan Temper Tantrum Pada Anak Usia Dini Di Kecamatan Langso Baro (Suatu Pendekatan Dalam Islam). *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam (Special Issue 2023)*, *12*(1), 621–634.