



CEGAH TANTRUM PADA ANAK MELALUI PENDAMPINGAN IBU BALITA

Ribkha Itha idhayanti¹⁾; Sri Winarsih²⁾; Masini³⁾; Bambang Sarwono⁴⁾;
Riva Agustina⁵⁾; Sekar Safitri⁶⁾; Naila Zahra Diva Wijayanti⁷⁾;
Niken Dwi Rahmawati⁸⁾; Anisa Siti Nurjanah⁹⁾

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 Prodi Kebidanan Magelang ; Poltekkes Kemenkes Semarang
Jl. Perintis Kemerdekaan , Kota Magelang

Abstrak

Tantrum, merupakan luapan emosi tidak terkontrol pada anak ditunjukkan dengan menangis keras, berteriak, menjerit, memukul, menggigit, mencubit, menendang, berontak, melempar badan ke lantai dan berlari menjauh. Normalnya tantrum terjadi 30 detik sampai 2 menit. Orang tua sering menerapkan strategi yang salah, apabila perilaku tantrum pada anak terlambat untuk ditangani perilaku tantrum akan menjadi sifat yang menetap sampai dewasa. Tujuan pengabdian masyarakat ini meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan mengatasi tantrum anak, metode pengabdian masyarakat adalah riset aksi berbasis penelitian melalui pelatihan dengan sasaran ibu balita dan kader posyandu. Hasil pelatihan didapatkan 41 peserta nilai pengetahuan pretest sebagian besar kurang dan post test sebagian besar baik, nilai ketrampilan setelah pelatihan sebagian besar baik. Kesimpulan pelatihan mengatasi tantrum anak pada ibu balita berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang tantrum dan mampu membantu ibu mengatasi anak saat tantrum.

Kata kunci: *Tantrum anak; ibu balita*

Abstract

[PREVENT TANTRUM IN CHILDREN THROUGH ASSISTANCE OF MOTHERS TO CHILDREN]
Tantrums, which are uncontrolled emotional outbursts in children, are shown by crying loudly, shouting, screaming, hitting, biting, pinching, kicking, rebelling, throwing the body on the floor and running away. A tantrum normally lasts 30 seconds to 2 minutes. Parents often apply the wrong strategy, if tantrum behavior in children is too late to be handled, tantrum behavior will become a permanent trait into adulthood. The purpose of this community service is to increase knowledge and skills to overcome child tantrums, the method of community service is research-based action research through training targeting mothers of toddlers and posyandu cadres. The results of the training showed that 41 participants had poor pretest knowledge scores and most of the post-test scores were good, skill scores after training were mostly good. Conclusion: The training for dealing with children's tantrums for mothers of toddlers has succeeded in increasing mother's knowledge about tantrums and is able to help mothers cope with children during tantrums.

Keywords: *Child tantrums; toddler mother*

1. Pendahuluan

Temper tantrum atau disebut tantrum, merupakan suatu luapan emosi yang tidak terkontrol pada anak, yang sering muncul pada anak tahap usia toddler. Pada tahap usia ini anak-anak sudah mulai mengenal dunia dengan cara merangkak, berjalan, dan sering sekali harus menghadapi konflik dengan orang dewasa

disekitarnya. Konflik ini muncul seiring dengan adanya berbagai kemauan anak yang tidak dipahami atau dipenuhi oleh orangtua, sehingga sering kali orang tua merasa kerepotan pada tahap ini (Gasril & Yanita, 2021)

Ketika anak mengalami temper tantrum, anak-anak cenderung melampiaskan segala bentuk kemarahannya. Tingkah laku tantrum secara umum yang ditunjukkan anak dengan menangis keras, berteriak, menjerit-jerit, memukul, menggigit, mencubit, menendang,

*) Correspondence Author (Ribkha Itha idhayanti)
E-mail: ribkhaitha@gmail.com

berontak, melempar badan ke lantai dan berlari menjauh. Normalnya, tantrum pada anak-anak hanya terjadi sekitar 30 detik sampai 2 menit saja. (Rachmatia, 2019) orangtua perlu mewaspadai bila hal ini berlanjut sampai pada tingkat yang membahayakan dirinya atau orang lain (Alini & Janah, 2019)

Umumnya, situasi yang menimbulkan kemarahan pada anak meliputi berbagai macam pembatasan, meliputi rintangan terhadap gerak yang diinginkan anak, baik rintangan yang berasal dari orang lain maupun dari ketidakmampuan anak melakukannya; rintangan terhadap aktivitas yang sudah mulai dilakukan oleh anak; rintangan terhadap keinginan, rencana, dan niat yang ingin dilakukan anak (Hurlock, 2011)

Perilaku tantrum tidak selamanya merupakan hal yang negatif bagi perkembangan anak, namun jika ditelaah lebih dalam, juga memiliki beberapa hal positif seperti anak memiliki keinginan menunjukkan independensinya, mulai mengekspresikan individualitasnya dalam mengemukakan pendapat, mengeluarkan rasa marah dan frustrasi, serta berusaha membuat orang dewasa atau orang tua mengerti saat anak merasa bingung, kelelahan atau sakit (Idhayanti et al., 2020) Walaupun demikian, bukan berarti bahwa tantrum harus dipuji dan disemangati (encourage). Bila orang tua bertindak keliru dalam mengatasi tantrum, berarti orang tua kehilangan satu kesempatan baik untuk mengajarkan anak tentang bagaimana caranya bereaksi yang wajar terhadap emosi- emosi yang normal, misalnya, marah, frustrasi, takut, dan kesal (Babylogist, 2020)

Orang tua sering kali menghadapi tantrum dengan strategi yang salah diantaranya yaitu dengan menyerah kepada tantrum anak karena orang tua merasa malu ketika anaknya mengalami tantrum di tempat umum, atau orangtua menyerah karena sindiran orang lain yang mengatakan bahwa mereka adalah orang tua yang tidak menyayangi anak, beberapa orang tua berupaya meninggikan suaranya dengan harapan anak dapat merespon secepatnya dan mau mengikuti perintah orangtua, orangtua juga segera memberikan janji yang belum tentu dapat ditepati, bahkan ada orangtua yang segera memberikan hukuman fisik seperti memukul pantat. anak dan dicubit agar tantrum segera berakhir (Alini & Janah, 2019) Strategi ibu sebelum temper tantrum berada pada kategori positif (61,3%), distribusi frekuensi strategi ibu saat temper tantrum berlangsung berada pada

kategori positif (51,6%), distribusi frekuensi strategi ibu setelah tantrum berada pada kategori negatif (51,6%). Secara umum distribusi strategi ibu mengatasi temper tantrum berada pada kategori positif (51,6%).

(Wulandari, 2020) 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. Beberapa strategi yang sebaiknya dilakukan oleh orangtua untuk mengatasi temper tantrum yaitu dengan mencegah terjadinya tantrum dengan cara mengenali pola tantrum anak dan strategi menghindari pemicu tantrum. (Puji Astuti, n.d.). Dari penelitian yang dilakukan (Idhayanti et al., 2020) tentang tantrum anak dan cara mengatasi didapatkan hasil sebagian besar 80% ibu balita usia toddler menyatakan sering mendapatkan anak dalam kondisi tantrum dan mereka bingung bagaimana mengatasi hal tersebut

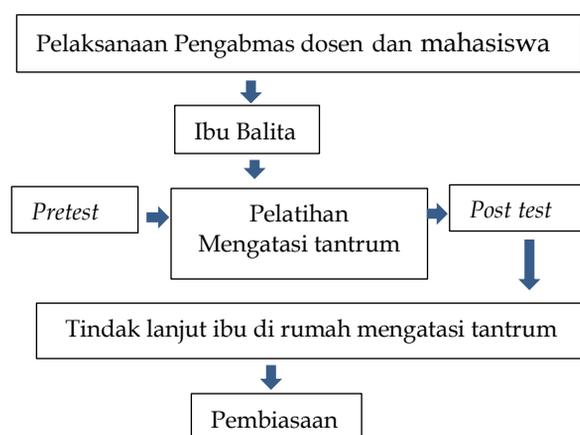
Penelitian yang dilakukan (Mirelout & Trahan, 2017) yang berjudul *Tantrum And Anxiety in Early Childhood* pada 33 orang responden, didapatkan gambaran mengenai perilaku tantrum dan bagaimana orang tua merespon terhadap tantrum. Hasilnya banyak orang tua yang berespon tidak tepat dalam menghadapi tantrum anak. Respon orang tua dibagi ke dalam empat bidang: (1) mencoba untuk menuruti kemauan anak sebesar 59%, (2) mengacuhkan sebesar 37%, (3) mencoba menenangkan anak sebesar 31 % dan (4) Penggunaan hukuman disiplin sebesar 66%.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan pada ibu balita tentang bagaimana mengatasi tantrum pada anak

2. Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah riset aksi (*action research*) untuk menerapkan intervensi dalam bidang kesehatan yang dilakukan oleh tim pengabmas bekerjasama dengan Pemerintah Desa Payaman Kecamatan Secang, Kabupaten Magelang. Dalam hal ini tim pengabmas mempunyai peran sebagai agen perubahan (*agent of change*). Aksi yang dilakukan oleh tim pengabmas adalah memberikan intervensi berupa pelatihan mengenai mengatasi tantrum anak dengan sasaran ibu balita beserta ibu balita dan kader posyandu. Aksi tersebut dilakukan berdasarkan penelusuran pengabmas, bahwa sebagian besar ibu balita dan kader di Desa Payaman belum

mengetahui tentang tantrum dan bagaimana mengatasi anak saat tantrum



Gambar 1 Metode Pelaksanaan Pengabmas

Langkah-langkah yang diupayakan oleh tim pengabmas meliputi: Melakukan koordinasi dengan Pemerintah Desa Payaman Kecamatan Secang Kabupaten Magelang dengan melakukan pertemuan dengan Bidan desa untuk mendiskusikan tentang kondisi dan waktu yang tepat untuk pelaksanaan pengabmas dan dapat mengumpulkan ibu balita beserta kader. Bekerjasama dengan Pemerintah Desa Payaman Kecamatan Secang Kabupaten Magelang untuk dapat memfasilitasi kegiatan pelatihan yang dilakukan oleh Prodi Kebidanan Magelang. Menyiapkan materi untuk edukasi ibu balita dan kader dengan tema pelatihan mengatasi tantrum anak dan melakukan pendampingan ibu balita dan kader saat mengatasi anak tantrum: kegiatan pelatihan berupa pemberian materi tentang pengetahuan tantrum dimulai dari pengertian/definisi, penyebab, dampak, cara mengatasi cara pencegahan, cara melakukan ketrampilan mengatasi tantrum. Memberikan edukasi kepada ibu balita dan kader dengan cara daring dan luring dengan membuat "Kelompok kecil" untuk melakukan ceramah dan tanya jawab serta ketrampilan mengatasi tantrum. Dengan menggunakan komunikasi secara dua arah dan media video diharapkan peserta tidak bosan dan dapat menyimak serta berpartisipasi secara aktif dalam pelatihan. Setelah diberikan materi berupa ceramah dan pemutaran video tentang tantrum kemudian tim pengabmas melakukan demonstrasi cara mengatasi tantrum anak yang berprinsip pada memegang atau fiksasi pada tangan dan kaki secara lembut dan jangan sampai melukai anak dilakukan dengan kasih sayang dan kesabaran. Setelah dilakukan demonstrasi masing-masing ibu balita dan kader

mempraktikkan cara melakukan ketrampilan mengatasi tantrum. Tantrum harus segera dicegah sebelum anak masuk usia sekolah (Wahyu & Oktaviani, 2021)

Pengabmas membentuk ibu balita dan kader menjadi 4 kelompok agar tetap mematuhi protocol kesehatan dengan menghindari kerumunan. Masing-masing kelompok terdiri dari 10 orang ibu balita dan kader. Jika Ibu balita dan kader sudah mampu melakukan ketrampilan secara mandiri dan tepat maka ibu balita dan kader dinyatakan mahir dalam mengatasi tantrum pada anak. Kegiatan Selanjutnya adalah tim pengabmas melakukan monitoring pelaksanaan mengatasi tantrum pada anak dan melakukan pendampingan berupa kunjungan rumah pada ibu yang belum mampu mengatasi putra putrinya saat mengalami tantrum.

Tempat dan waktu pelaksanaan pengabmas melakukan kegiatannya ini di wilayah Desa Payaman Kecamatan Secang, Kabupaten Magelang. Pengabdian masyarakat yang berupa pelatihan kepada ibu balita dan kader Posyandu diselenggarakan pada bulan April-November 2021. Jumlah ibu balita 36 dan ketua kader pembangunan manusia Desa payaman adalah 5 orang sehingga jumlah yang hadir seluruhnya ada sebanyak 41 orang

Evaluasi yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini berupa evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi dalam proses pemberian edukasi dengan tema "pelatihan mengatasi tantrum anak pada ibu balita": disela-sela waktu penyampaian materi/pelatihan kelompok, tim pengabmas memberikan pertanyaan terkait dengan materi kepada para peserta dan sebaliknya tim pengabmas selaku tim pengabmas juga memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya atau memberikan masukan sehingga dapat dinilai keaktifan dan pemahaman peserta dalam mengikuti pelatihan. Selanjutnya dilakukan evaluasi hasil untuk edukasi ibu balita dan kader ini dengan pre dan post test terkait materi yang diberikan berupa pengetahuan dan hanya post test saja untuk ranah ketrampilan mengatasi tantrum pada anak. Tim pengabmas juga melakukan monitoring dan evaluasi dengan cara melakukan kunjungan rumah bagi ibu yang mempunyai balita sedang tantrum dengan mengkomunikasikan melalui media *whats app* grup atau diskusi langsung pada saat kegiatan posyandu di masing masing dusun di Desa Payaman Kecamatan Secang Kabupaten Magelang

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil pengabdian yaitu yang memberikan manfaat secara langsung dan tidak langsung kepada Desa Payaman Kecamatan Secang Kabupaten Magelang. Secara langsung hasilnya bermanfaat dalam peningkatan pengetahuan dan pemahaman dari para ibu balita dan kader kesehatan tentang tantrum anak. Secara tidak langsung, dengan bekal pengetahuan yang telah dimilikinya diharapkan para ibu balita dan kader dapat meningkatkan sikap dan perilaku yang positif dalam upaya pencegahan dan penanggulangan tantrum dan membantu program pemerintah dalam kesehatan mental emosi anak. (Nur afifah, 2021)

Jumlah ibu balita dan kader yang hadir sebanyak 41 orang Desa Payaman Kecamatan Secang Kabupaten Magelang. Para ibu balita dan kader sangat antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut. Hal ini dapat dilihat dari partisipasi aktif mereka dalam menjawab beberapa pertanyaan "stimulan" yang diberikan oleh tim pengabmas maupun sebaliknya, mereka memberikan pertanyaan bagi tim pengabmas untuk memperoleh penjelasan yang lebih mendalam tentang hal-hal yang belum dipahami.

Pada setiap kelompok ibu balita dan kader terdapat peningkatan pengetahuan tentang tantrum dan ketrampilan mengatasi tantrum, hal ini di tunjukkan dengan peningkatan nilai post tes di bandingkan pre test pada masing-masing kelompok. Dan sebagian besar ibu balita dan kader dapat mempraktikkan cara mengatasi tantrum pada anak dengan benar. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa edukasi kepada ibu balita dan kader kesehatan di Desa Payaman Kecamatan Secang, Kabupaten Magelang telah berhasil dan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta dalam upaya pencegahan tantrum dengan cara memberikan gizi yang baik (Puji Astuti, n.d.) menurut fani sebaiknya pola asuh terhadap anak yang demokratis lebih banyak diterapkan (Afani, 2020)

Keunggulan dari edukasi bidang kesehatan ini yaitu bahwa topik materi yang diberikan sangat sesuai dengan kebutuhan masyarakat di lokasi pelatihan dalam pencegahan tantrum pada masa balita serta kegiatan ini membantu program pemerintah dalam menurunkan kejadian tantrum. Pemerintah Desa Payaman Kecamatan Secang, Kabupaten Magelang dan bidan desa memfasilitasi kegiatan ini dengan baik. Metode edukasi yang digunakan cukup menarik bagi peserta dan materi yang diberikan sesuai dengan

perkembangan IPTEKS. Dokumentasi kegiatan pengabdian ini berupa foto yang diambil pada saat kegiatan edukasi berlangsung kepada ibu balita dan kader di Desa Payaman Kecamatan Secang, Kabupaten Magelang



Gambar 2. Pemberian materi tentang tantrum anak melalui media daring



Gambar 3. Diskusi mengenai pencegahan tantrum dengan membentuk small grup ibu antara ibu balita dan kader

Tantrum pada anak dapat diatasi dengan prinsip melakukan fiksasi tangan dan kaki anak dengan lembut dan tanpa unsur kekerasan. Macam - macam posisi mengatasi tantrum



Gambar 4 Praktik posisi the fold



Gambar 5 Praktik posisi The Rug



Gambar 6. Praktik posisi mengunci dari belakang



Gambar 7. Praktik posisi mengunci dari depan

Pengabdian masyarakat ini juga mempunyai kelemahan yaitu Beberapa ibu balita dan kader kesehatan dengan kesibukan penuh tuntutan pekerjaan tinggi sedikit kesulitan mengatasi emosi anak, termasuk juga ibu yang mempunyai karakter keras dan emosional cenderung kurang mampu mengatasi anak tantrum karena saat anak tantrum diperlukan ketenangan ibu terlebih dahulu, Anak terkadang menangis dan takut saat dilakukan kunjungan rumah. Oleh karena itu, tim pengabmas melakukan Pendampingan secara intensif terhadap ibu balita dan kader kesehatan yang mengalami kesulitan dalam penerimaan materi dan dilakukan pendampingan ekstra serta Tanya jawab melalui grup what app sehingga semua peserta dapat menyerap materi dengan baik.

Menggunakan teknik pengendalian diri dan emosi ibu agar tetap tenang, sabar, tetap lembut dan tidak terpancing kemarahan anak adalah kunci keberhasilan mengatasi tantrum pada anak. Dengan adanya kegiatan pengabdian yang berkelanjutan diharapkan dapat tercapai tujuan untuk dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam mengatasi anak tantrum di wilayah Desa payaman

4. Simpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian ini telah dapat mencapai tujuannya yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman para ibu balita dan kader kesehatan di wilayah Desa Payaman Kecamatan Secang Kabupaten Magelang tentang tantrum dan mampu menciptakan Ibu balita dan kader mandiri dalam mengatasi tantrum pada anak, namun demikian kegiatan

edukasi pelatihan ini perlu ditindak lanjuti dengan monitoring berkelanjutan, agar kegiatan ini dapat tetap dilanjutkan melalui grup wahats app meskipun kegiatan pengabdian ini telah selesai.

Edukasi dan pendampingan oleh kader Posyandu secara berkelanjutan diharapkan para ibu balita kader mempunyai sikap dan perilaku positif dalam upaya pencegahan dan penanggulangan tantrum dalam menjalankan tugasnya sebagai ibu balita dan kader di posyandu sehingga mereka dapat memberikan kontribusi yang lebih baik untuk mendukung pemerintah dalam upaya menurunkan prevalensi tantrum pada balita.

5. Ucapan Terimakasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Direktur Poltekkes kemenkes Semarang yang sudah memberikan bantuan biaya pelaksanaan pengabdian masyarakat, Camat Secang, Kepala Desa Payaman beserta staf, dan Bidan Desa yang telah bekerjasama dengan baik dan memfasilitasi terselenggarakannya serta terlaksananya kegiatan pengabdian ini dengan baik dan lancar. Tak lupa penulis juga berterimakasih kepada para ibu balita dan kader Desa Payaman Kecamatan Secang Magelang yang telah berpartisipasi aktif dalam mengikuti dan mendukung kegiatan ini

6. Daftar Pustaka

- Afani, A. (2020). *Bunda Sabar Ya, Begini Lho Cara Mengatasi Anak Tantrum*. Ayah Bunda.com. <https://www.haibunda.com/parenting/20201130195157-62-176939/bunda-sabar-ya-begini-lho-cara-mengatasi-anak-tantrum>
- Alini, & Janah, W. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kejadian Temper Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah Di Kelompok Bermain Permata. *Idea Nursing Journal*, 3(2), 1-10.
- Babylogist. (2020). *Jangan Dulu Kesal, Tantrum Punya Dampak Positif pada Anak*. Health. <https://www.liputan6.com/health/read/4256963/jangan-dulu-kesal-tantrum-punya-dampak-positif-pada-anak>
- Gasril, P., & Yanita, Y. (2021). Deskripsi Pola Asuh Orang Tua Yang Menyebabkan Temper Tantrum Di Taman Kanak-Kanak Pembina Kota Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 18-20.
- Hurlock, E. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.

- Erlangga.
- Idhayanti, R. I., Ulfi, N., & Sukini, T. (2020). *Skripsi Hubungan Tantrum Dan Karakteristik Anak Usia Pra Sekolah (Usia 4-5 Tahun) Terhadap Tingkat Stress Pengasuhan Ibu*.
- Mirelout, G., & Trahan, J. (2017). Tantrums and Anxiety in Early Childhood: A Pilot Study. *Early Childhood Research And Practice*, 9(2). <https://ecrp.illinois.edu/v9n2/mireault.html>
- Nur afifah, M. (2021). *Efek Kebanyakan Makan Daging Merah bagi Kesehatan* (M. Nur Afifah (ed.)). Health. <https://health.kompas.com/read/2021/07/20/073100168/7-efek-kebanyakan-makan-daging-merah-bagi-kesehatan?page=all#:~:text=Sejumlah studi menunjukkan%2C,keanyakan makan,ikan%2C atau kacang-kacangan>.
- Puji Astuti, N. (n.d.). Buah untuk Buka Puasa Bantu Tingkatkan Daya Tahan Tubuh dan Cegah Dehidrasi. Sehat. In 2020.
- Merdeka.com. <https://www.merdeka.com/jabar/12-buah-untuk-buka-puasa-bantu-tingkatkan-daya-tahan-tubuh-dan-cegah-dehidrasi-klm.html>
- Rachmatia, W. (2019). *Anak Usia 4 Tahun Tantrum Saatnya Waspada*. Mother and Beyond.id. <https://motherandbeyond.id/read/12416/anak-berusia-di-atas-4-tahun-tantrum-saatnya-waspada>
- Wahyu, A., & Oktaviani, N. andra. (2021). *Tantrum pada Anak, Kenali Penyebab, Cara Mengatasi, dan Cara Mencegahnya Balita dan Anak*. Orami.
- Wulandari. (2020). *Gambaran Penatalaksanaan Kejadian Temper Tantrum Pada Anak Autisme*. Unissa. [http://digilib.unisayogya.ac.id/5345/1/Wulandari_1910104079_Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Fakultas Kesehatan - Wulan Dari %281%29.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/5345/1/Wulandari_1910104079_Program%20Studi%20Kebidanan%20Program%20Sarjana%20Terapan%20Fakultas%20Kesehatan%20-%20WulanDari%281%29.pdf)