

# Efektivitas *Finger Painting* untuk Menurunkan Perilaku Temper Tantrum Pada Anak KB PK Yogyakarta

Marsella Wahyu Suzanti, Enggar Riyani, A.Istiqomah, Citra Ihtiar  
Program Studi PGPAUD,  
Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta

---

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan *finger painting* untuk menurunkan perilaku temper tantrum pada anak Kelompok Bermain PK Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan model penelitian eksperimen subjek tunggal dengan jumlah subjek 3 anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *finger painting* efektif untuk menurunkan perilaku temper tantrum anak. Hal ini dapat diamati pada penurunan perilaku temper tantrum pada masing-masing anak.

**Kata Kunci:** *efektivitas, finger painting, tantrum, anak*

## Abstract

*This study aims to determine the effectiveness of finger painting to lower the temper tantrums in children's behavior Playgroup PK Yogyakarta. This study used a single-subject experimental research model with subject number 3 children. The results showed that the finger painting effective in reducing child behavior temper tantrums. It can be observed a decrease in the tempering behavior tantrum on each child.*

**Keywords:** *effectiveness, finger painting, tantrum, children.*

---

## Pendahuluan

Menurut NAEYC (*National Association for the Education of Young Children*), rentang anak usia dini berada pada usia 0-8 tahun. Masa anak usia dini merupakan masa emas atau *golden age*, karena anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan tidak tergantikan pada masa mendatang (Mansur, 2005: 88). Ada lima aspek perkembangan pada anak usia dini yang harus dikembangkan, yaitu nilai agama & moral, perkembangan bahasa, perkembangan kognitif, perkembangan sosial-emosional dan perkembangan fisik-motorik. Salah satu perkembangan yang penting untuk dikembangkan pada anak adalah perkembangan emosi anak. Hal ini bertujuan untuk memberikan kekuatan

kepada anak dalam mengenali, mengolah dan mengontrol emosi, sehingga meningkatkan kemampuan di bidang keterampilan emosi yang dibutuhkan untuk mengatasi masalah-masalah di kehidupan yang akan datang (Ali & Yeni, 2005: 55).

Menurut Steward at all (1985 dalam Ali & Yeni, 2005: 21), mengungkapkan bahwa ada berbagai bentuk emosi pada anak, seperti gembira, marah, takut dan sedih. Marah adalah perilaku yang sering terjadi pada anak dari pada rasa takut, karena lebih banyak rangsangan-rangsangan yang menimbulkan rasa marah dari pada rasa takut. Secara umum, hal-hal yang menyebabkan marah adalah ketika anak terhambat melakukan sesuatu. Ada

dua macam marah, yaitu marah yang impulsif seperti *temper tantrum* dan marah yang terhambat atau hanya dengan menahan rasa marah itu sendiri.

*Temper tantrum* adalah suatu letupan amarah anak yang sering terjadi pada saat anak menunjukkan sikap negativistik atau penolakan (Rita Eka Izzati, 2005: 105). Pada usia dibawah 4 tahun, biasanya anak mengekspresikan kemarahan (perilaku tantrum) dengan menangis, menggigit, memukul, menendang, menjerit, melengkungkan punggung, melempar badan ke lantai, memukul-mukulnya tangan, menahan nafas, membentur-benturkan kepala, melempar barang, berteriak-teriak, mengkritik dan merengek. Pada dasarnya, *temper tantrum* atau amukan terjadi pada anak yang belum mampu mengontrol emosinya dan mengungkapkan amarahnya secara tepat (Zainul Muttaqin, \_\_\_\_: 103). Penyebab *temper tantrum* yang lain adalah sikap orangtua yang tidak konsisten (Hurlock dalam Muzakkir, 2008: 201).

Menurut hasil pengamatan peneliti, ada berbagai tindakan orang tua ketika anak mengalami *temper tantrum*. Ada sebagian orang tua memarahi anak, dan ikut terbawa emosi ketika anak tantrum. Bahkan ada orang tua yang mengurung anak di kamar mandi, dan membiarkan anak menangis. Ada juga orang tua yang hanya membiarkan anak dengan perilaku *temper tantrum*, dan menuruti apapun keinginan anak, yang penting anaknya diam dan tidak menangis. Berbagai sikap orang tua tersebut dikarenakan orang tua tidak mengetahui cara mengatasi *temper tantrum* dan akibatnya bagi anak jika tidak segera teratasi. Dalam buku Rita Eka Izzaty (2005: 129-130), salah satu akibat jangka panjang bagi anak *temper tantrum* ketika dewasa adalah anak mempunyai kontrol diri yang rendah dan mudah marah. Oleh karena itu perilaku tantrum pada anak harus segera dikurangi sedikit demi sedikit. Salah satu pencegahan *temper tantrum* menurut Rita Eka Izzaty (2005: 132) yaitu dengan memberikan penyaluran untuk mengungkapkan emosi dan perasaan

anak. Salah satu penyaluran tersebut adalah melalui kegiatan yang disukai anak. Shaw menggunakan *finger painting* untuk membantu anak dan orang dewasa dalam mengekspresikan emosi (Hardi Mulyana Wibawa, \_\_\_\_: 5).

Pada dasarnya, anak mengalami *temper tantrum* karena anak belum mampu mengekspresikan emosi, sedangkan *finger painting* membantu anak mengekspresikan emosi. Selain itu, dalam kegiatan *finger painting*, anak akan mengekspresikan emosi melalui permainan warna, anak dapat melukis sesuai keinginan anak tanpa ada rasa takut salah. Dalam *finger painting*, sentuhan jari pada pewarna mengakibatkan pelepasan *endorphin* kedalam aliran darah yang membawa rasa enak dan nyaman pada perasaan. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti tentang "Efektivitas *finger painting* untuk menurunkan perilaku *temper tantrum* pada anak KB PK, Yogyakarta".

#### **Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan tentang "apakah *finger painting* efektif untuk menurunkan perilaku *temper tantrum* pada anak KB PK, Yogyakarta?".

#### **Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan mengetahui keefektifan *finger painting* untuk menurunkan perilaku *temper tantrum* pada anak KB PK, Yogyakarta.

#### **Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dengan adanya penelitian ini yaitu:

1. Bagi Anak  
Perilaku *temper tantrum* pada anak dapat tersalurkan dengan *finger painting*.
2. Bagi Pendidik  
a. Menambah pengetahuan dan metode tentang penanganan *temper tantrum* dengan *finger painting*.

- b. Memperkenalkan metode *finger painting* kepada wali murid melalui program *home visit*.
3. Bagi Peneliti
  - a. Sebagai salah satu kontribusi pada khazanah keilmuan terutama pada ranah pendidikan anak usia dini.
  - b. Sebagai tambahan wawasan dan acuan bagi peneliti selanjutnya.

### Perkembangan Emosi Anak Usia Dini

Emosi (Ali & Yeni, 2005) merupakan suatu gejolak penyesuaian diri yang berasal dari dalam dan melibatkan hampir keseluruhan diri individu. Menurut Campos dan Sarni dkk (Rita Eka Izzaty, 2008), perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang sedang berada dalam suatu keadaan (JW. Santrock, 2007). Tidak setiap anak berhasil melewati tugas perkembangan emosional, sehingga ada berbagai permasalahan yang terjadi. Untuk memahami permasalahan emosi, orang tua dan pendidik memerlukan pengetahuan dalam memberikan bimbingan terhadap anak agar dapat mengembangkan emosi dengan baik.

Ada berbagai bentuk emosi pada Anak Usia Dini. Stewart at all (1985 dalam Ali & Yeni, 2005: 21) menyatakan bahwa perasaan gembira, takut, sedih dan marah merupakan *basic emotions* pada anak. Marah seringkali muncul sebagai reaksi terhadap frustrasi, sakit hati, dan merasa terancam. Rasa marah lebih sering muncul dari pada rasa takut, karena lebih banyak rangsangan-rangsangan yang menimbulkan rasa marah dari pada rasa takut. Selain itu, pada tahun-tahun awal anak akan belajar dari pengalaman bahwa dengan marah keinginannya akan terpenuhi. Secara umum, hal-hal yang menyebabkan marah adalah ketika anak terhambat melakukan sesuatu. Hambatan bisa berasal dari diri sendiri dan bisa berasal dari orang lain. Kadang-kadang ketidakmampuan anak untuk mengungkapkan sesuatu secara verbal pada masa awal belajar bahasa dan kurang

mendapat perhatian juga bisa membuat anak marah, selain itu anak merasa marah jika barang miliknya dipegang atau direbut orang lain, hal ini dikarenakan sifat egosentris anak yang masih besar.

Menurut Hurlock (Ali & Yeni, 2005: 24), reaksi marah dibedakan menjadi 2 kategori besar, yaitu: marah yang impulsif (seperti *temper tantrum*) dan marah yang terhambat. Marah impulsif biasanya ditujukan langsung kepada orang lain atau objek, bisa dalam bentuk reaksi fisik, ataupun verbal, bisa juga secara ringan atau berat. Amukan atau *temper tantrum* adalah hal yang biasa dijumpai anak-anak. Saat anak sedang *temper tantrum*, anak tidak ragu-ragu melukai dirinya sendiri dan melukai orang disekelilingnya, seperti memukul, menendang, mendorong, dll. Sedangkan marah yang terhambat adalah marah yang tidak dicetuskan karena dikendalikan atau ditahan. Biasanya anak-anak bereaksi menarik diri dari orang lain yang menyebabkan anak marah.

Berbagai bentuk emosi tersebut tidak terlepas dari ciri khas penampilan emosi anak yang berbeda-beda. Setiap reaksi emosi anak mencerminkan individualitas anak. Ciri khas penampilan emosi setiap anak berbeda-beda satu sama lain. Hal ini disebabkan oleh perbedaan taraf pematangan dan kesempatan belajar. Adapun ciri khas penampilan emosi anak (Hurlock, 2007: 216), antara lain: (1) emosi yang kuat; (2) emosi yang sering terlihat; (3) emosi bersifat sementara; (4) reaksi mencerminkan individualitas; (5) emosi berubah kekuatannya; dan (6) emosi dapat diketahui melalui gejala perilaku. Berdasarkan ciri khas emosi anak tersebut, *temper tantrum* merupakan cerminan dari emosi yang terlihat pada anak, serta emosi yang diungkapkan dengan terus terang yang mencerminkan emosi individualitas anak.

### *Temper Tantrum* Pada Anak Usia Dini

*Temper tantrum* adalah suatu letupan amarah anak yang sering terjadi pada saat anak menunjukkan sikap

negativistik atau penolakan dengan keras (Rita Eka Izzaty, 2005: 125). *Temper tantrum* (Zainul Muttaqin, \_\_\_\_: 103) terjadi pada anak karena anak belum mampu mengontrol emosinya dan mengungkapkan amarahnya secara tepat. *Temper tantrum* merupakan salah satu ciri anak yang bermasalah terhadap perkembangan emosi dengan ciri (Rosmala Dewi, 2005: 95), yaitu:

- a. Marah berlebihan, seperti ingin merusak diri dan barang disekelilingnya.
- b. Tidak dapat mengungkapkan keinginannya.
- c. Takut yang sangat kuat, sehingga mengganggu orang disekitarnya.
- d. Pemalu, hingga menarik diri dari lingkungannya
- e. Hipersensitif (sangat peka, sulit mengatasi perasaan tersinggung dan pandangan cenderung negatif).

Rosmala Dewi (2005: 96-97) berpendapat bahwa perilaku *temper tantrum* pada anak usia kurang dari 3 sampai 4 tahun meliputi: menangis, menggigit, menjerit, memukul, menendang, melemparkan diri ke lantai, melengking, melengkungkan punggung, memukul secara membabi buta, menahan nafas, membenturkan kepala, melempar barang, menghentak-hentakan kaki, berteriak-teriak, meninju, membanting pintu, merengek, bahkan memecahkan. Perilaku *temper tantrum* banyak terjadi pada anak. Perilaku ini harus segera dikurangi, jika tidak segera dikurangi akan mengakibatkan dampak bagi anak ketika dewasa.

Jika *temper tantrum* tidak ditangani dengan baik, maka akan menyebabkan beberapa akibat (Rita, 2005: 129-130), seperti:

- a. Anak akan menjadikan tantrum sebagai "senjata" untuk dipenuhi keinginannya, serta kurang dapat menunda keinginannya.

- b. Perkembangan intelektual dan sosial anak *temper tantrum* kurang seimbang.

Untuk mengatasi beberapa akibat perilaku *temper tantrum* tersebut, orang tua dan pendidik perlu melakukan pencegahan/intervensi. Beberapa hal yang berkenaan dengan intervensi (Rita Eka Izzaty, 2005: 131), yaitu: intervensi secara umum dan intervensi secara khusus. Intervensi secara khusus meliputi pencegahan masalah (yaitu dengan memberikan saluran bagi anak untuk mengungkapkan emosi anak dan mengurangi frustrasi dengan menawari anak banyak pilihan aktivitas untuk mengisi waktu luang), serta dengan mengamati perilaku anak.

Salah satu intervensi pada anak tantrum adalah dengan memberikan penyaluran bagi anak untuk mengungkapkan emosi dan perasaan dengan cara yang baik, salah satunya dengan *finger painting*.

### *Finger Painting*

*Finger painting* adalah teknik melukis dengan mengoleskan cat pada kertas basah dengan jari atau dengan telapak tangan (Salim, 1991 dalam Hardi Mulyana Wibawa, \_\_\_\_: 8). Point terpenting dari Shaw adalah gerakan. Dalam melakukan aktivitas ini, bukan hanya tangan saja yang bergerak tetapi seluruh tubuh.

Ada berbagai kelebihan *finger painting* sebagai terapi *temper tantrum* pada anak usia dini (Downs, 2008 dalam Hardi Mulyana Wibawa, \_\_\_\_:5), yaitu:

1. *Finger painting* adalah salah satu metode yang menyenangkan yang membuat anak mengungkapkan perasaannya secara bebas dan tanpa tertekan. Sebuah penelitian dengan judul Pengaruh *Finger Painting* Terhadap Perubahan Perilaku Agresivitas Anak TK B Di Sekolah XXX suatu studi kasus dari XXX,

menyatakan bahwa dari berbagai metode gambar dalam mengurangi agresivitas anak, hanya *finger painting* yang paling efektif dalam menurunkan perilaku agresivitas anak.

2. *Finger painting* dapat membuat anak dan remaja duduk diam dalam waktu lima menit atau lebih. Selain itu *finger painting* mempunyai kandungan spiritual, seperti *yoga*.

Anak-anak yang mengalami tekanan dapat mengeluarkan beban di alam bawah sadar dengan cara mengaduk-aduk cat di atas kertas atau dengan menciprat-cipratkan air. Dengan aktivitas tersebut, anak memindahkan energi-energi yang kurang baik ke bentuk yang tidak membahayakan (Beaty, J: 2006 dalam Hardi Mulyana Wibawa, \_\_\_\_: 8). Sebuah film dokumenter menggambarkan temuan dari ilmuwan yang mengungkapkan bahwa belaian dan sentuhan pada cat mengakibatkan pelepasan *endorphin* adalah zat kimia yang dapat membawa rasa enak (BBC, 2004 dalam Hardi Mulyana Wibawa, \_\_\_\_: 8) ke dalam aliran darah. penumpukan tekanan syaraf, frustrasi, dan kemarahan (Suratno, 2005: 107)

### Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan penyajian dan perhitungan statistik (Sugiyono, 2011: 53). Penelitian ini menggunakan metode eksperimen subjek tunggal karena adanya perlakuan (*treatment*) untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain. Penelitian ini memberikan perlakuan kepada tiga subjek yang mempunyai keberagaman umur, perilaku dan karakteristik pribadi. Artinya setiap subjek harus diukur secara individual, bukan secara kelompok

### Subjek Penelitian

Peneliti menggunakan *purposive sample* dengan mencari subjek yang memenuhi kriteria, diantaranya berusia 1-4

tahun (usia KB), menunjukkan perilaku *temper tantrum* dengan frekuensi yang cukup sering (3-5 kali per hari). Subjek penelitian tersebut meliputi AL berusia 1 tahun 10 bulan, EV berusia 2 tahun 1 bulan, dan BM 3 tahun 4 bulan (nama samaran).

### Variabel Penelitian

Variabel bebas (independen) merupakan variabel yang mempengaruhi variabel terikat (dependen), dan sebaliknya (Sugiyono, 2010: 61). Dalam penelitian ini, pemberian perlakuan *finger painting* merupakan variabel bebas, sedangkan perilaku *temper tantrum* adalah variabel terikat. Karena adanya perlakuan *finger painting* menyebabkan penurunan perilaku *temper tantrum*.

### Setting Penelitian

Perlakuan *finger painting* akan dilakukan pada anak diluar pembelajaran dengan tidak membatasi kreativitas dan kemauan anak. Kegiatan berpusat pada anak, dengan membiarkan anak berkarya sesuai kehendak anak.

#### 1. Pencatatan Kejadian

Nama Subyek :	_____
Pengamat :	_____
Hari, tanggal :	_____
Jam :	_____
Perilaku :	_____
<b>Turus (tally) banyaknya kejadian</b>	
<b>Banyak kejadian:</b>	_____
<b>Bentuk-bentuk perilaku:</b>	
1. Melukai diri sendiri	
2. Melukai orang lain	
3. Melempar barang	
4. Berguling-guling	
5. Menahan nafas	
6. Membentur-benturkan diri sendiri	
7. Meninju	
8. Merengek	
9. Menggigit	

#### 2. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk mengumpulkan data sebelum

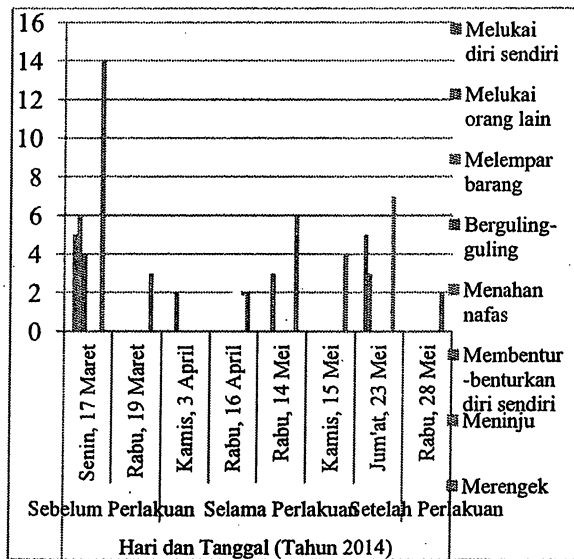
diberikan tindakan dan setelah diberikan tindakan. Wawancara dilakukan dengan ibu dan pendidik kelas.

3. Dokumentasi

Untuk memperkuat penelitian, peneliti melakukan dokumentasi dari kegiatan di lapangan dan hasil gambar selama proses penelitian.

**Hasil Penelitian**

Penelitian ini bertujuan mengetahui keefektifan *finger painting* untuk menurunkan perilaku *temper tantrum* pada anak KB PK Yogyakarta. Penelitian ini dilakukan sebanyak 10 kali perlakuan. Perilaku *temper tantrum* menunjukkan penurunan. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi setiap subjek sebelum perlakuan, selama perlakuan dan setelah perlakuan (data dapat dilihat pada grafik 1, 2 dan 3). Berikut adalah grafik perilaku *temper tantrum*:

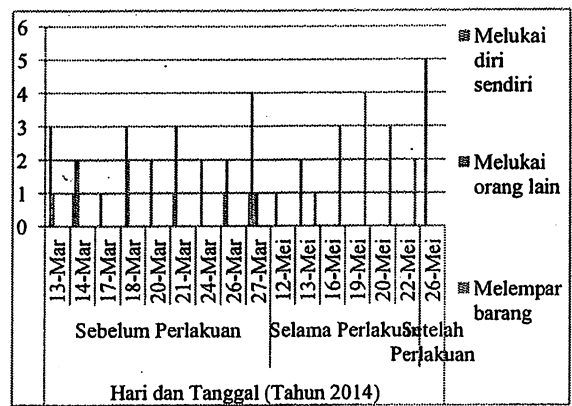


**Grafik 1.**

**Perilaku *temper tantrum* pada BM**

Berdasarkan grafik 1 dapat disimpulkan bahwa *finger painting* efektif untuk menurunkan perilaku *temper tantrum* BM. Sebelum perlakuan, BM menunjukkan empat perilaku *tantrum* yaitu melukai orang lain (5 kali),

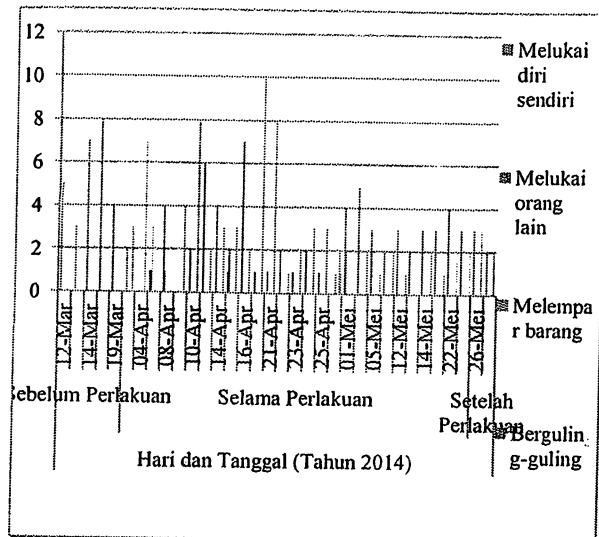
melempar barang (6 kali), berguling-guling (4 kali), dan merenggek (14 kali). Setelah diberikan perlakuan, perilaku *temper tantrum* hanya muncul pada perilaku merenggek (2 kali). Selain dari data tersebut, menurut hasil wawancara dengan educator, educator menyatakan bahwa ada banyak sekali perubahan pada BM. Awalnya BM tipe anak yang sulit bergaul dengan teman-temannya, namun selama dan setelah melakukan *fingerpainting*. Selain itu, BM menjadi anak yang lebih bisa berbagi dan antri.



**Grafik 2**

**Perilaku *temper tantrum* pada AL**

Berdasarkan grafik 1 dapat disimpulkan bahwa *finger painting* efektif untuk menurunkan perilaku *temper tantrum* AL. Sebelum perlakuan, AL menunjukkan dua perilaku tantrum pada tanggal 13 Maret, sedangkan pada tanggal 14 Maret AL menunjukkan tiga perilaku tantrum. Pada pemberian perlakuan terakhir, perilaku tantrum hanya muncul pada perilaku merenggek (2 kali). Setelah pemberian perlakuan (26 Mei 2014), perilaku melukai orang lain sempat muncul lima kali. Menurut hasil wawancara dengan edukator, perilaku tantrum muncul kembali dikarenakan AL melihat kedatangan peneliti ke sekolah. AL kurang mampu menerima kehadiran orang asing.



Grafik 3

### Perilaku *temper tantrum* pada EV

Berdasarkan grafik 3 dapat disimpulkan bahwa *finger painting* efektif untuk menurunkan perilaku *temper tantrum* EV. Sebelum perlakuan, EV menunjukkan perilaku tantrum yang berturut-turut, dengan kuantitas perilaku tantrum lebih dari tiga kali setiap hari. Setelah perlakuan, perilaku tantrum hanya muncul pada dua perilaku, yaitu merengsek dan melukai orang lain.

### Penutup

Perilaku *temper tantrum* banyak terjadi pada anak. Perilaku ini harus segera dikurangi, jika tidak segera dikurangi akan mengakibatkan dampak bagi anak ketika dewasa. Beberapa upaya perlu dilakukan untuk mengurangi atau menurunkan perilaku *temper tantrum*, salah satunya melalui *finger painting*. Melalui *finger painting* anak dapat mengekspresikan perasaan dengan gambar, melalui sentuhan tangan dapat merangsang hormon endorfin yang dapat memberikan ketenangan dan melalui berbagai warna diharapkan anak akan lebih rileks.

### Daftar Rujukan

- Ali Nugraha & Yeni Rahmawati. (2005). *Metode Pengembangan Sosial Emosional*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Hurlock, Elizabeth B. (2010). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Zainul Muttaqin. \_\_\_\_\_. *Psikologi Anak dan Pendidikan*.
- Rita Eka Izzaty. (2005). *Mengenal Permasalahan Perkembangan Anak Usia TK*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Rosmala Dewi. (2005). *Berbagai Masalah Anak Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Depdiknas.
- Santrock, JW. (2007). *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Hardi Mulyana Wibawa. \_\_\_\_\_. *Pengaruh Finger Painting terhadap Perubahan Perilaku Agresif Anak TK B di Sekolah XXX Sebuah Studi Kasus dari XXX*