

## Upaya Guru dalam Membangun Keseimbangan Emosional dan Sosial pada Siswa yang Mudah Tantrum

Nabila Zahira Shofa<sup>1</sup>, Rizky Ayu Ningsih<sup>2</sup>

Institut Agama Islam Negeri Datuk laksemana Bengkalis, Riau, Indonesia

Email Korespondensi: [nabilazahirashofa5@gmail.com](mailto:nabilazahirashofa5@gmail.com), [rizkyayuningsih00@gmail.com](mailto:rizkyayuningsih00@gmail.com).

Article received: 28 September 2025, Review process: 12 Oktober 2025,

Article Accepted: 22 November, Article published: 24 Desember 2025

### ABSTRACT

*Temper tantrums are emotional outbursts that commonly occur in children as a manifestation of their inability to manage feelings and needs adaptively, which can affect emotional balance and social interaction in educational settings. This study aims to describe tantrum behavior in children and to examine the role of teachers in fostering students' emotional and social balance at school. The research employed a descriptive qualitative approach, with data collected through online interviews with teachers and parents selected purposively, and analyzed using the Miles and Huberman model. The findings indicate that tantrum behavior is triggered by factors such as physical fatigue, social conflicts, difficulties in verbal communication, and dominant personality traits in children. Tantrums negatively impact social interactions, leading to social withdrawal, peer avoidance, and a decline in the quality of classroom relationships. Teachers play a crucial role as emotional facilitators by implementing strategies such as providing a safe space, using gentle communication, redirecting activities, allowing time for emotional regulation, and offering positive reinforcement once emotions subside. Empathic and flexible approaches are shown to support children in restoring emotional stability and re-engaging in social interactions. This study concludes that the effectiveness of tantrum management largely depends on the teacher's role as an attachment figure who consistently provides emotional and social support.*

**Keywords:** Tantrums, Emotional Regulation, Social Interaction, Teacher Role, Child Education.

### ABSTRAK

*Temper tantrum merupakan ledakan emosi yang kerap muncul pada anak sebagai bentuk ketidakmampuan dalam mengelola perasaan dan kebutuhan secara adaptif, yang berdampak pada keseimbangan emosional dan interaksi sosial di lingkungan pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku tantrum pada anak serta mengkaji peran guru dalam membangun keseimbangan emosional dan sosial siswa di sekolah. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara daring kepada guru dan orang tua yang dipilih secara purposive, serta dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku tantrum dipicu oleh faktor kelelahan, konflik sosial, kesulitan komunikasi verbal, serta karakter anak yang cenderung ingin mendominasi. Tantrum berdampak pada terganggunya interaksi sosial, munculnya jarak dengan teman sebaya, serta menurunnya kualitas hubungan sosial di kelas. Guru berperan penting sebagai pendamping emosi dengan menerapkan strategi seperti penyediaan ruang*

*aman, komunikasi lembut, pengalihan aktivitas, pemberian waktu untuk menenangkan diri, serta penguatan positif setelah emosi mereda. Pendekatan empatik dan fleksibel terbukti membantu anak memulihkan stabilitas emosi dan kembali berinteraksi secara sosial. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keberhasilan penanganan tantrum sangat bergantung pada peran guru sebagai figur kelekatan yang memberikan dukungan emosional dan sosial secara konsisten.*

**Kata Kunci:** *Tantrum, Regulasi Emosi, Interaksi Sosial, Peran Guru, Pendidikan Anak.*

## PENDAHULUAN

Temper Tantrum adalah ledakan emosi yang sulit untuk dikendalikan, yang biasanya ditandai dengan tangisan keras, teriakan, berguling-guling di lantai, melempar barang, berteriak tanpa henti, enggan untuk berpindah dari tempat tertentu, serta tindakan memukul dan membanting pintu. Fenomena ini umumnya ditemui pada anak-anak berusia antara 18 bulan hingga 4 tahun. Tantrum ini sering disebut sebagai otonomi diri, yaitu keinginan untuk bertindak sesuai dengan keinginan sendiri. Anak-anak sering kali ingin melebihi kemampuannya dalam mengelola situasi secara fisik dan emosional. Ketika mereka merasa tidak dapat melakukannya, maka akan muncul rasa frustrasi yang diekspresikan dengan berbagai cara. Tantrum sering dijumpai pada anak-anak yang terlalu dimanjakan, memiliki orang tua yang terlalu khawatir, atau orang tua yang cenderung berlebihan dalam memberikan perlindungan (Hidayat et al., 2024). Dalam bidang psikologi pendidikan Islam, perasaan dan emosi merupakan komponen integral yang tak terpisahkan dari perkembangan peserta didik. Emosi memberikan kontribusi signifikan terhadap motivasi pembelajaran, interaksi sosial, serta pembentukan karakter. Di lingkungan kelas, peserta didik sering mengalami variasi emosional yang memengaruhi kepercayaan diri dan efisiensi proses pembelajaran mereka. Kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri, beban akademik, serta lingkungan sosial yang tidak mendukung dapat menghalangi perkembangan optimal peserta didik (Muthrofin & Hakim, 2025).

Anak usia dini dikenal sebagai Taman Kanak-Kanak, dengan rentang usia sekitar 1 hingga 6 tahun. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan pendidikan dan pembinaan bagi anak sejak lahir hingga usia enam tahun. Pembinaan ini dilakukan melalui pemberian stimulasi pendidikan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik serta spiritual anak, sehingga mereka siap memasuki jenjang pendidikan berikutnya. Hal ini bertujuan untuk mencapai Sumber Daya Manusia yang berkualitas, baik melalui pendidikan formal maupun informal. Dalam sistem pendidikan, terdapat tiga komponen utama, yaitu proses, *input*, dan *output*. Pendidikan memainkan peran krusial dalam membentuk generasi yang berkualitas, berbudaya, serta memiliki karakter dan kepribadian yang positif. Pada anak usia 1-6 tahun yang menunjukkan perilaku tantrum, hal tersebut masih dianggap normal. Perilaku tantrum dapat dianggap tidak normal jika berlanjut melebihi usia tersebut dan terjadi dengan frekuensi tinggi serta intensitas berat. Hal ini dapat menjadi indikasi masalah perilaku yang serius, sehingga meningkatkan risiko masalah perilaku di masa depan. Meskipun mencari konsultasi dari ahli yang kompeten dianggap bijaksana

bagi anak, peran orang dewasa juga diperlukan dalam mengevaluasi perilaku tantrum anak (Ansari et al., 2022).

Perilaku emosional anak sering kali menjadi tantangan tersendiri dalam lingkungan pendidikan dasar. Salah satu contoh nyata dapat dilihat pada kasus seorang anak perempuan bernama Iza, berusia 10 tahun dan duduk di kelas 4 Sekolah Dasar. Berdasarkan pengamatan, Iza menunjukkan kecenderungan tantrum, yaitu reaksi emosional yang muncul ketika keinginannya tidak terpenuhi atau ada hal yang tidak sesuai perasaannya. Ia sering menangis dalam waktu lama, bahkan bisa mencapai 15-30 menit, dan tangisannya sulit dihentikan meskipun telah dibujuk. Uniknyanya, semakin dibujuk, justru semakin kuat reaksi emosional yang ditunjukkannya. Kondisi ini membuat orang di sekitarnya merasa bingung harus bersikap seperti apa, membujuk tidak berhasil, tetapi membiarkan juga terasa tidak tega. Perilaku tersebut menunjukkan adanya kesulitan dalam mengendalikan emosi dan mengekspresikan perasaan dengan cara yang tepat. Walaupun Iza tergolong anak yang normal secara fisik dan intelektual, namun reaksi emosionalnya yang berlebihan menunjukkan bahwa ia memerlukan pendampingan khusus dalam aspek emosional dan sosialnya. Pada masa kecil, tantrum tersebut terjadi lebih sering, namun seiring bertambahnya usia intensitasnya mulai menurun, meskipun durasi dan ketidakstabilannya masih cukup kuat. Situasi seperti ini menunjukkan bahwa penanganan emosional anak tidak bisa hanya diserahkan kepada guru di sekolah, tetapi juga memerlukan peran aktif dari orang tua di rumah. Kasus yang dialami oleh Iza, ini menggambarkan bentuk nyata permasalahan keseimbangan emosional. Kondisi ini tidak hanya mempengaruhi kegiatan belajar di kelas, tetapi juga interaksi sosialnya dengan teman sebaya.

Emosi memainkan peran penting dalam proses penyesuaian sosial dan pribadi anak, dengan dampak yang dapat bersifat positif maupun negatif. Secara positif, emosi berfungsi sebagai sarana komunikasi, memungkinkan pemahaman terhadap perasaan dan pemikiran anak melalui indikator nonverbal seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh, intonasi suara, serta elemen lainnya. Melalui interpretasi bahasa tubuh termasuk ekspresi wajah, pola pernapasan, ruang gerak, dan gerakan tangan serta lengan, kita dapat menggali pemikiran, ide, perilaku, dan emosi anak secara mendalam. Sebaliknya, dampak negatif emosi meliputi gangguan terhadap keterampilan motorik dan fungsi kognitif, di mana rasa takut yang berlebihan dapat merusak kepercayaan diri anak, yang pada gilirannya memengaruhi dimensi perkembangan lainnya. Emosi yang intens juga mampu mengganggu kemampuan motorik, menyebabkan gerakan anak menjadi kurang terkoordinasi, dan jika berlangsung dalam jangka waktu panjang, hal ini dapat menghambat pengembangan keterampilan motorik secara keseluruhan (Labudasari & Sriastria, 2018). Menjadi seorang Guru mempunyai peran yang sangat krusial dalam proses pendidikan. Mereka memiliki tugas untuk menyampaikan ilmu dan kemampuan kepada siswa, serta membantu mereka dalam belajar dan berkembang. Selain itu, seorang pendidik juga perlu menciptakan suasana belajar yang baik dan menjadi teladan bagi siswa. Pendidik

juga wajib memberikan dukungan emosional dan moral kepada siswa, membantu mereka dalam mengatasi tantangan dan meraih potensi mereka (Noviampura, 2023).

Selain Guru, Orang tua dan keluarga memegang peran sentral dalam keberhasilan proses perkembangan anak, sebagai unit terkecil masyarakat yang aktif berkontribusi dalam penyediaan pendidikan. Mereka berperan krusial dalam pembentukan kepribadian anak, di mana keluarga yang gagal membina karakter individu sering kali terkait dengan kondisi ketidakharmonisan atau ketidakbahagiaan internal. Sebagai lingkungan pertama tempat anak tinggal, keluarga memberikan pengaruh substansial terhadap konteks sosialnya dan evolusi karakter anak. Oleh karena itu, pendekatan pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua memiliki implikasi signifikan terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Periode ini merupakan tahap awal di mana anak mulai mempelajari keterampilan sosialisasi dan komunikasi dengan orang tua serta individu lainnya (Fattikasary & Wulandari, 2024).

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan tujuan memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai perilaku tantrum pada anak serta berbagai upaya yang dilakukan oleh guru dalam membangun keseimbangan emosional dan sosial. Pemilihan partisipan dilakukan secara *purposive*, yaitu melibatkan guru yang menangani anak tersebut dan orang tua siswa sebagai sumber data utama. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara daring melalui *WhatsApp*. Dalam penelitian ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama, dibantu dengan pedoman wawancara sederhana untuk memastikan konsistensi proses pengambilan data. Analisis data mengikuti model *Miles dan Huberman* yang meliputi proses reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Validitas data diperoleh melalui teknik triangulasi sumber, yakni dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari guru dan orang tua untuk memastikan keakuratan dan konsistensi temuan penelitian (Sugiyono, 2021).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengemukakan bahwa regulasi emosi, interaksi sosial, dan peran guru sebagai figur kelekatan memiliki keterkaitan yang kuat dalam membantu anak mencapai keseimbangan emosional dan sosial di lingkungan pendidikan.

### *Gambaran Perilaku Tantrum Siswa*

Guru pertama menyatakan bahwa perilaku tantrum pada anak umumnya dipicu oleh faktor-faktor seperti kelelahan fisik, konflik minor seperti perebutan mainan, atau kesulitan dalam menyampaikan keinginan secara verbal. Ia menjelaskan bahwa tantrum dapat diidentifikasi melalui manifestasi seperti tangisan yang keras, teriakan, atau perilaku menghindari interaksi kelompok. Selain itu, ia menyoroti bahwa tingkat keparahan tantrum dapat dinilai

berdasarkan intensitas reaksi emosional anak, yang sering kali menyebabkan teman sebaya menjauh karena kebingungan atau rasa takut. Kondisi ini pada akhirnya menciptakan jarak sosial antara anak yang mengalami tantrum dengan rekan-rekannya, sehingga anak tersebut merasa terisolasi dari kegiatan kolektif.

Guru kedua memberikan perspektif yang sedikit berbeda dengan menekankan bahwa tantrum tidak hanya berasal dari masalah komunikasi atau kelelahan, tetapi juga terkait dengan sifat anak yang cenderung dominan dan selalu ingin menang. Menurut guru ini, ketika harapan anak tidak terpenuhi, ia cenderung bereaksi emosional dengan cepat, seperti menangis atau membentak. Guru kedua juga menyampaikan bahwa teman sebaya menjadi lebih waspada, sering kali memilih untuk mengalah agar menghindari pemicu tantrum berulang. Hal ini mengindikasikan bahwa tantrum tidak hanya mengganggu proses pembelajaran, tetapi juga mempengaruhi dinamika hubungan sosial anak di lingkungan kelas.

Guru ketiga memperkuat pandangan kedua guru sebelumnya dengan menambahkan bahwa tantrum dapat diklasifikasikan menjadi dua kategori: tantrum yang dapat diredakan melalui intervensi langsung, dan tantrum yang memerlukan pendekatan pasif dengan membiarkan anak menyalurkan emosinya hingga kelelahan. Guru ketiga menjelaskan bahwa dalam beberapa kasus, anak tidak responsif terhadap upaya penenangan, sehingga strategi optimal adalah memberikan ruang bagi emosi untuk mereda secara alami sebelum melakukan komunikasi. Ia juga menegaskan bahwa pola tantrum semacam ini memerlukan kesabaran dan dukungan emosional dari guru, mengingat anak belum mengembangkan mekanisme pengelolaan emosi yang matang. Secara keseluruhan, ketiga pandangan guru ini mengungkapkan bahwa perilaku tantrum pada siswa menunjukkan pola yang konsisten, yang didasari oleh faktor-faktor emosional, kebutuhan dasar, dan perkembangan komunikasi yang belum optimal.

### ***Dampak Tantrum terhadap Interaksi Sosial***

Guru pertama menyampaikan bahwa ketika tantrum terjadi, anak-anak lain cenderung menghindari interaksi karena merasa kebingungan dan tidak memiliki strategi untuk menangani situasi tersebut. Akibatnya, anak yang mengalami tantrum sementara waktu terisolasi dari kegiatan kelompok dan kehilangan peluang untuk terlibat dalam interaksi positif. Guru pertama mengamati bahwa hal ini menghambat pembentukan hubungan sosial yang stabil, karena teman sebaya merasa tidak nyaman berada di dekat anak tersebut saat terjadi ledakan emosional.

Guru kedua menegaskan bahwa tantrum memberikan dampak signifikan terhadap keseimbangan interaksi sosial anak. Ia menyatakan bahwa anak yang rentan tantrum sering kali dipersepsikan sebagai egois karena kecenderungan untuk mendominasi dan menang sendiri, sehingga teman-temannya memilih untuk mengalah guna menghindari konflik. Menurut guru kedua, pola perilaku ini menciptakan ketidakseimbangan dalam hubungan antar siswa dan dapat menurunkan kualitas interaksi sosial dalam jangka panjang. Ia juga menambahkan



bahwa teman sebaya sering kali menjaga jarak, yang semakin memperumit upaya anak untuk membangun relasi yang sehat.

Guru ketiga memperkuat pandangan kedua guru sebelumnya dengan mengungkapkan bahwa tantrum khususnya menimbulkan rasa khawatir pada teman sebaya, seperti ketakutan akan cedera fisik jika tantrum disertai gerakan yang tidak terkendali. Setelah emosi mereda, anak yang mengalami tantrum sering kali merasa malu, sedih, atau enggan untuk kembali berinteraksi. Oleh karena itu, guru ketiga menegaskan bahwa pendidik harus memfasilitasi pemulihan hubungan sosial melalui pendekatan bertahap dan kegiatan kelompok yang ringan. Ketiga guru sepakat bahwa tantrum bukan sekadar masalah emosional, melainkan juga isu sosial yang mempengaruhi dinamika kelas secara keseluruhan.

### ***Upaya Guru dalam Menangani Tantrum dan Membangun Keseimbangan Emosional-Sosial***

Guru pertama menjelaskan bahwa langkah awal yang ia lakukan adalah menyediakan ruang bagi anak untuk menenangkan diri sebelum melanjutkan intervensi lebih lanjut. Setelah anak terlihat lebih stabil, guru pertama kemudian melakukan komunikasi yang lembut untuk mengidentifikasi pemicu emosi dan mengarahkan anak kembali ke aktivitas yang menyenangkan. Ia menekankan bahwa pendekatan yang halus dan non-koersif merupakan elemen kunci agar anak merasa aman dan tidak semakin tertekan.

Guru kedua memberikan penjelasan bahwa strategi penanganan harus disesuaikan dengan kondisi anak pada saat itu. Jika anak masih responsif, guru akan menerapkan pendekatan bertahap dan mengajaknya untuk berkomunikasi. Namun, jika anak tidak dapat diredakan, guru membiarkan anak mengekspresikan emosinya sambil memberikan pengawasan dari jarak yang aman. Selanjutnya, guru kedua mengalihkan fokus anak ke aktivitas yang disukai agar suasana hati anak kembali stabil dan siap untuk berinteraksi kembali.

Guru ketiga memperkuat pandangan kedua guru sebelumnya dengan menjelaskan bahwa ketika tantrum terjadi, guru sebaiknya memindahkan anak ke area yang tenang agar ia dapat meluapkan emosinya tanpa mengganggu teman-teman lain. Setelah anak mulai tenang, guru ketiga memberikan komunikasi yang menenangkan, perhatian, serta pujian sebagai bentuk penguatan. Ia kemudian memfasilitasi kembalinya anak ke kelompok secara bertahap agar anak tidak merasa canggung atau khawatir dihakimi. Ketiga guru sepakat bahwa penguatan positif dan pendekatan yang penuh empati sangat penting dalam membangun keseimbangan emosional dan sosial anak.

### ***Pembahasan***

Guru pertama menjelaskan bahwa tantrum pada anak umumnya dipicu oleh ketidakstabilan emosional yang disebabkan oleh kelelahan, konflik minor seperti perebutan mainan, atau kesulitan anak dalam mengartikulasikan perasaan dan kebutuhan secara verbal. Ia menerangkan bahwa manifestasi tantrum

bervariasi, mulai dari tangisan keras, teriakan, hingga perilaku isolasi dari kelompok ketika anak gagal mengelola emosinya. Guru tersebut juga mengamati bahwa situasi ini menciptakan jarak antara anak dan teman sebaya, karena sebagian anak merasa takut, bingung, atau tidak tahu bagaimana merespons. Dalam menangani kondisi tersebut, guru pertama menerapkan strategi dengan menyediakan ruang aman terlebih dahulu, kemudian melakukan intervensi bertahap ketika anak menunjukkan tanda-tanda mereda. Pendekatan lembut melalui komunikasi hangat, validasi emosi, dan pengalihan ke aktivitas favorit anak merupakan strategi kunci untuk membantu pemulihan diri. Guru juga menegaskan bahwa penguatan positif berupa pujian setelah anak berhasil menenangkan diri sangat penting untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan regulasi emosi. Temuan ini selaras dengan penelitian Fadila et al., yang menjelaskan bahwa strategi guru dalam menghadapi tantrum harus berfokus pada identifikasi pemicu, penyediaan ruang aman, dan pendampingan emosional yang berkelanjutan (Fadila et al., 2025).

Guru kedua menilai bahwa kemunculan tantrum tidak hanya disebabkan oleh faktor situasional, tetapi juga oleh karakteristik individu anak seperti keinginan untuk mendominasi atau kecenderungan untuk menang sendiri. Ia menyatakan bahwa ketika aspirasi anak tidak terpenuhi, anak rentan mengalami luapan emosi yang terlihat dalam bentuk menangis keras, berteriak, atau perilaku agresif ringan. Kondisi ini sering kali membuat teman sebaya memilih untuk mengalah guna menghindari konflik baru, sehingga menyebabkan ketidakseimbangan dalam hubungan sosial anak. Guru kedua menjelaskan bahwa strategi penanganan tantrum dilakukan melalui dua pendekatan: jika anak masih dapat didekati, guru berusaha berkomunikasi secara bertahap untuk mengalihkan perhatian; namun jika anak dalam kondisi tidak stabil dan tidak responsif, guru memilih memberikan jarak aman sambil tetap mengawasi. Setelah anak tenang, guru kemudian menyediakan aktivitas yang disukai sebagai sarana pemulihan suasana hati. Temuan guru kedua ini semakin memperjelas bahwa kemampuan regulasi emosi anak sangat bergantung pada pendampingan orang dewasa. Hal ini sejalan dengan temuan Saputri & Puspitasari yang menunjukkan bahwa anak usia dini memerlukan bantuan orang dewasa untuk memahami perasaan, mengelola kekecewaan, dan mengembangkan kontrol diri secara bertahap (Saputri & Puspitasari, 2022).

Guru ketiga memperkuat pandangan kedua guru sebelumnya dengan menyoroti bahwa tantrum pada anak dapat dikategorikan menjadi dua jenis: tantrum yang dapat ditangani melalui intervensi langsung, dan tantrum yang sama sekali tidak dapat diredakan sehingga anak harus dibiarkan untuk meluapkan emosinya terlebih dahulu. Ia menjelaskan bahwa ketika tantrum disertai gerakan tubuh yang tidak terkendali, teman sebaya sering kali merasa takut, sehingga interaksi sosial anak terganggu. Oleh karena itu, guru ketiga biasanya segera memindahkan anak ke area yang lebih tenang dan aman untuk memberikan kesempatan anak meredakan emosi tanpa membahayakan diri sendiri atau orang lain. Setelah tantrum mereda, guru memberikan intervensi

berupa komunikasi lembut, kontak emosional, dan pujian sebagai bentuk penguatan perilaku positif. Ia kemudian membimbing anak kembali berbaur melalui aktivitas kelompok yang ringan agar anak tidak merasa canggung. Pendampingan sosial pasca-tantrum ini menjadi krusial karena beberapa anak sering menunjukkan perasaan malu atau cemas setelah ledakan emosi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Drupadi yang menegaskan bahwa kemampuan regulasi emosi sangat mempengaruhi kualitas hubungan sosial anak, dan dukungan pendidik berperan signifikan dalam membantu anak memulihkan keseimbangan emosional maupun sosialnya (Drupadi, 2020).

### *Regulasi Emosi dalam Kemunculan Tantrum*

Hasil pandangan dari ketiga guru menunjukkan bahwa tantrum merupakan elemen dari proses perkembangan regulasi emosi yang belum matang. Guru pertama memaknai tantrum sebagai manifestasi ekspresi ketika anak kewalahan oleh faktor internal seperti kelelahan atau ketidakmampuan verbal. Guru kedua menambahkan bahwa tantrum juga muncul akibat kebutuhan kontrol anak yang tinggi dan ketidakmampuan menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya. Sementara itu, guru ketiga menjelaskan bahwa beberapa tantrum muncul dengan intensitas yang memerlukan waktu panjang untuk mereda. Ketiga pandangan tersebut saling melengkapi, menunjukkan bahwa regulasi emosi anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh lingkungan sosial dan pola respons guru. Pendampingan guru melalui komunikasi lembut, penyediaan ruang aman, dan penguatan positif menjadi komponen integral dari proses pembelajaran emosional yang krusial bagi perkembangan anak. Hasil ini sejalan dengan penelitian Chandra & Sairah yang menjelaskan bahwa regulasi emosi anak terbentuk melalui interaksi dengan orang dewasa yang memberikan keamanan emosional dan model pengelolaan emosi yang adaptif (Chandra & Sairah, 2022).

Ketiga guru sepakat bahwa tantrum memberikan pengaruh signifikan terhadap interaksi sosial anak, meskipun bentuk dampaknya bervariasi. Guru pertama mengamati bahwa teman sebaya sering kali menjauh, sehingga anak kehilangan peluang untuk berpartisipasi dalam aktivitas kelompok. Guru kedua menemukan bahwa ketidakstabilan emosi anak menyebabkan teman sebaya lebih sering mengalah, sehingga hubungan sosial menjadi tidak seimbang dan kurang sehat. Guru ketiga menekankan munculnya rasa takut pada teman sebaya ketika tantrum disertai perilaku fisik yang tidak terkendali. Ketiga temuan tersebut mengonfirmasi bahwa kemampuan regulasi emosi yang rendah berpotensi menghambat kemampuan anak membangun relasi yang sehat, kooperatif, dan penuh empati. Hal ini sesuai dengan penelitian Amelia et al., yang menunjukkan bahwa regulasi emosi memengaruhi pola interaksi sosial, kemampuan bekerja sama, serta penyesuaian sosial anak dalam lingkungan belajar (Amelia et al., 2021).



### *Peran Guru sebagai Pendamping Emosi Anak*

Ketiga guru menunjukkan bahwa pendidik memiliki peran sentral dalam membantu anak mengelola emosi dan memulihkan kondisi sosialnya pasca-tantrum. Guru pertama membantu anak melalui pendekatan verbal yang lembut dan penguatan positif; guru kedua menekankan fleksibilitas strategi sesuai dengan kondisi anak; sementara guru ketiga berupaya menciptakan ruang tenang serta pendampingan setelah ledakan emosi mereda. Pendekatan ini mencerminkan bahwa guru bukan hanya sebagai pengajar akademik, tetapi juga sebagai figur kelekatan yang memberikan rasa aman, stabilitas, dan dukungan emosional yang konsisten. Peran guru sebagai pendamping emosi sangat penting dalam pembentukan kemampuan regulasi emosi dan keterampilan sosial anak secara bertahap. Hasil ini diperkuat oleh penelitian Wati & Rachmawati yang menegaskan bahwa psikoedukasi, keteladanan, dan interaksi hangat guru sangat berpengaruh terhadap kemampuan anak mengenali, memahami, dan mengontrol emosinya (Wati & Rachmawati, 2026).

### **SIMPULAN**

Kesimpulan dalam penelitian ini mengungkap bahwa perilaku tantrum pada anak, terutama dalam kasus Iza, mengindikasikan bahwa regulasi emosi yang belum berkembang sempurna dapat memberikan dampak substansial terhadap pertumbuhan sosial dan emosional anak di lingkungan pendidikan. Tantrum muncul sebagai akibat kombinasi faktor internal seperti kelelahan, ketidakmampuan mengartikulasikan kebutuhan secara verbal, serta aspek kepribadian seperti kecenderungan untuk mendominasi. Ketiga guru sebagai sumber data sepakat bahwa tantrum bukan sekadar isu emosional, melainkan juga memengaruhi dinamika interaksi sosial anak secara signifikan, karena teman sebaya cenderung menghindari, mengalah, atau merasa khawatir saat tantrum terjadi. Pendidik memainkan peran krusial dalam membantu anak mengelola emosinya melalui pendekatan yang empatik, adaptif, dan sistematis. Strategi yang diterapkan mencakup penyediaan ruang aman, intervensi verbal yang lembut, pengalihan fokus ke aktivitas yang menyenangkan, serta penguatan positif setelah anak berhasil menenangkan diri. Upaya-upaya ini tidak hanya mendukung anak dalam mengendalikan emosinya, tetapi juga berkontribusi pada pemulihan hubungan sosial dan peningkatan kepercayaan diri anak. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa regulasi emosi, interaksi sosial, dan ikatan antara guru dan peserta didik merupakan komponen yang saling terkait dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung. Dukungan yang berkelanjutan dari guru dan orang tua diperlukan untuk membantu anak mengembangkan kemampuan kontrol diri, membentuk relasi sosial yang sehat, dan mencapai kesejahteraan emosional yang maksimal. Dengan demikian, penanganan tantrum bukan hanya tanggung jawab sekolah atau rumah tangga semata, melainkan kolaborasi penting antara guru dan orang tua dalam memajukan perkembangan sosial-emosional anak.

## DAFTAR RUJUKAN

- Amelia, R. E., Rahmawati, A., & Fitrianingtyas, A. (2021). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Interaksi Sosial Selama Pembelajaran Home Visit Akibat Pandemi Covid-19 Di TK B. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 8(2), 9–19. <https://doi.org/10.21107/pgpaudtrunojoyo.v8i2.11350>
- Ansari, Y., Utami, I. D., Batubara, Y., & Suwandi. (2022). Peran Guru Dalam Menghadapi Anak Tantrum Di Sekolah PAUD Al-Mukhlisin Bandar Sawah. *At-Tadris: Journal of Islamic Education*, 2(1), 14–19. <https://doi.org/10.56672/attadris.v2i1.51>
- Chandra, A., & Sairah. (2022). Implementasi Tiger Parenting dan Regulasi Emosi Orang Tua terhadap Anak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4538–4546. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2483>
- Drupadi, R. (2020). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Prososial Anak Usia Dini. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(1), 30–36. <https://doi.org/10.17509/cd.v11i1.20326>
- Fadila, S. N., Shandya, R. A., Arumjati, H., & Nuriyah, S. A. (2025). Strategi Guru Dalam Membantu Anak Temper Tantrum Dalam Mengelola Emosi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 21391–21398. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i2.29946>
- Fattikasary, A. T., & Wulandari, H. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Ketantruman Pada Anak Usia Dini. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(2), 4374–4386. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/6915>
- Hidayat, A. N., Hayati, E., Usmanti, Y., & Ulfah. (2024). Upaya Guru Dalam Menangani Temper Tantrum Pada Anak Kelas IV SDN Bulansari Kabupaten Subang. *Jurnal Tahsinia*, 5(4), 512–522. <https://doi.org/10.57171/jt.v5i4.238>
- Labudasari, E., & Sriastria, W. (2018). Perkembangan Emosi Pada Anak Sekolah Dasar. *Seminar Nasional Pendidikan FKIP Universitas Muhammadiyah Cirebon*, 7(8). [https://www.academia.edu/download/60948768/perkembangan\\_emosi\\_pada\\_anak\\_sekolah\\_dasar20191018-117279-1ya2nmp.pdf](https://www.academia.edu/download/60948768/perkembangan_emosi_pada_anak_sekolah_dasar20191018-117279-1ya2nmp.pdf)
- Muthrofin, K., & Hakim, L. (2025). Analisis Konsep Perasaan Dan Emosi Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam. *Dar El Ilmi: Jurnal Keagamaan, Pendidikan dan Humaniora*, 11(1), 126–141. <https://doi.org/10.52166/darelilmi.v12i1.9294>
- Noviampura, F. H. (2023). Upaya Meningkatkan Pengendalian Perilaku Emosional Anak Usia 4-6 Tahun melalui Peran Orang Tua Dan Guru Di RA. Al Miffa. *JHIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6(7), 5114–5122. <https://doi.org/10.54371/jhip.v6i7.2360>
- Saputri, A. A., & Puspitasari, I. (2022). Peran Orangtua Dalam Perkembangan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun Di TK ABA Tegalsari, Bantul. *Jurnal Ilmiah Psikologi (JIPSI)*, 4(1), 35–44. <https://doi.org/10.37278/jipsi.v4i1.496>

- 
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Wati, A. A., & Rachmawati, A. (2026). Psikoedukasi Regulasi Emosi Untuk Anak Usia Dini Di Tk Aisyiyah Bustanul Athfal Gonilan Psychoeducation On Emotional Regulation For Early Childhood At Aisyiyah Bustanul Athfal Gonilan Kindergarten. *PROFICIO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 827–830. <https://doi.org/10.36728/jpf.v7i1.5923>