

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Prasekolah

##### 1. Definisi Prasekolah

Anak yang berusia 60 bulan sampai 72 bulan merupakan anak usia prasekolah (Menkes RI, 2014). Tahap usia anak prasekolah yaitu berkisar antara usia 4 sampai dengan 6 tahun (Soetjiningsih & Ranuh, 2013). Anak usia prasekolah ialah anak yang berusia 3 sampai 5 tahun berada didalam masa keemasan atau *golden age* (Putri & Irdawati, 2016). Anak prasekolah merupakan anak berusia 3 sampai 6 tahun yang memiliki rasa tanggung jawab yang lebih dalam kegiatan hariannya dan memperlihatkan tahap yang lebih siap untuk dapat menjalin hubungan dengan orang lain (Wijirahayu, Krisnatuti, & Muflikhati, 2016).

Dapat disimpulkan bahwasannya anak usia prasekolah merupakan anak usia 3 sampai dengan 6 tahun yang berada di masa *golden age*, pada masa tersebut anak memiliki rasa tanggung jawab dan dapat memperlihatkan tahap yang lebih matang untuk dapat berinteraksi dengan orang lain.

##### 2. Tahap Perkembangan Anak Usia Prasekolah

###### a. Perkembangan Kognitif

Tahap perkembangan kognitif pada usia prasekolah dikenal dengan tahap praoprasional, dalam tahap ini anak sudah mempunyai kecakapan motorik, cara berpikir anak sudah mulai mulai mengalami perkembangan. Proses berpikir menjadi lebih mendalam; mengandalkan intuisi dan tidak sistematis. Pada fase praoprasional biasanya anak *egosentris*, yang dapat diartikan bahwasanya suatu hal hanya bisa dipertimbangkan oleh mereka melalui sudut pandangnya sendiri (Soetjiningsih & Ranuh, 2013).

#### b. Perkembangan Sosial Emosi

Perkembangan sosial adalah perkembangan terhadap perilaku dimana anak dapat menyesuaikan dirinya di lingkungan masyarakat yang memiliki aturan. Perkembangan sosial yang dialami oleh anak benar – benar berdampak oleh proses bimbingan atau perlakuan orang tua terhadap anak dalam memperkenalkan berbagai norma dalam masyarakat atau aspek kehidupan sosial. Anak usia prasekolah perkembangan sosialnya sudah mulai berproses. Hal ini dapat dilihat dari keterampilan mereka dalam melakukan aktivitas secara berkelompok. Pada tahap ini tanda – tanda perkembangan sosial (Nurmalitasari, 2015), antara lain:

- 1) Anak usia prasekolah sudah mulai bermain dengan anak lain terutama teman sebayannya.
- 2) Anak sudah mulai mengetahui peraturan – peraturan, baik dalam lingkungan bermain ataupun lingkungan keluarga.
- 3) Secara perlahan anak sudah mulai patuh terhadap peraturan.
- 4) Anak sudah mulai mengetahui kepentingan atau hak orang lain.

Pada usia prasekolah anak sudah mulai belajar mengekspresikan dan menguasai emosi. Perubahan dalam *arousal level*, yang ditandai dengan adanya perubahan fisiologi seperti peningkatan denyut jantung ataupun frekuensi napas berupa sebuah emosi (Soetjiningsih & Ranuh, 2013). Klasifikasi emosi terbagi menjadi dua, yaitu emosi positif maupun negatif. Hal penting yang perlu difahami dalam perkembangan emosional anak (Nurmalitasari, 2015), diantaranya:

- 1) Usia dapat berpengaruh pada perbedaan perkembangan emosi

Pada usia prasekolah anak sudah mulai mengalami stress dan meresponnya, tetapi pada tahap usia ini anak sudah mulai

berusaha untuk mendorong dirinya sendiri dan mengatur perasaan yang dimilikinya.

2) Perubahan ekspresi wajah terhadap emosi

Ekspresi perasaan anak dapat dilihat dari ekspresi wajah yang dimilikinya. Seiring dengan bertambahnya usia, anak semakin mahir dalam mengekspresikan emosi yang mereka rasakan dengan mengerutkan kening, tersenyum dan ekspresi lainnya.

3) Menunjukkan emosi yang kompleks

Pada anak usia prasekolah menunjukkan ekspresi wajah yang dimilikinya dengan memperlihatkan rasa jijik, malu – malu, kebanggaan serta perasaan bersalah yang tidak dapat terlihat pada anak yang berusia lebih muda. Ekspresi yang lebih kompleks dapat ditunjukkan oleh anak, karena perkembangan ini dipengaruhi oleh perkembangan kognitif untuk mengekspresikan perasaan – perasaan tersebut.

4) Bahasa tubuh

Perubahan ekspresi wajah terhadap emosi ternyata belum cukup untuk anak, biasanya anak mengekspresikan perasaannya menggunakan seluruh tubuh. Mereka mengekspresikan melalui bahasa tubuh dan gerak geriknya.

5) Suara dan kata

Seiring bertambahnya usia melalui suara dan kata, anak – anak semakin baik dalam mengekspresikan perasaan yang dirasakan.

c. Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik adalah perkembangan kontrol pergerakan anggota badan dengan penyalarsan aktivasi saraf tepi, saraf pusat, serta otot. Perkembangan motorik dibagi menjadi dua bagian, yaitu perkembangan motorik halus dan motorik kasar. Perkembangan motorik kasar itu sendiri adalah aspek

perkembangan lokomosi atau gerak dan posisi atau postur tubuh. Anak usia prasekolah perkembangan motorik kasar yang dialami, yaitu anak mampu mengayuh sepeda roda tiga, berjalan lurus, melompat dengan satu kaki, berdiri hanya dengan satu kaki selama 11 detik dan menari. Sedangkan definisi dari perkembangan motorik halus adalah koordinasi halus pada otot – otot kecil yang memainkan suatu peran utama. Perkembangan motorik halus yang dialami oleh anak usia prasekolah, yaitu anak mampu menumpuk delapan buah kubus, menggambarkan lingkaran, menggambarkan orang dengan tiga bagian tubuh, serta menangkap bola kecil dengan kedua tangannya dan dapat menggambarkan segi empat (Soetjiningsih & Ranuh, 2013).

d. Perkembangan Bahasa

Seluruh indikator dari perkembangan anak adalah keterampilan dalam berbahasa, dikarenakan kemampuan berbahasa lebih peka terhadap kerusakan atau ketelambatan terhadap sistem lainnya, hal ini disebabkan karena melibatkan kemampuan motorik, kognitif, emosi, psikologi dan lingkungan sekitar anak (Zulaikha & Rizqi, 2018). Perkembangan bahasa didefinisikan sebagai kemampuan untuk menyampaikan respon mengikuti perintah, terhadap suara serta berbicara spontan (Mulqiah, Santi, & Lestari, 2017). Gangguan dalam perkembangan bahasa sering ditemukan pada anak usia prasekolah, keterlambatan dalam berbahasa yang dialami anak usia prasekolah akan mengakibatkan anak mengalami kesulitan untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar ataupun dengan teman sebayanya (Jayanti & Wati, 2019). Keterampilan bahasa untuk anak usia prasekolah antara lain yaitu, anak mampu membuat kalimat yang sempurna, mampu memproduksi konsonan dasar dengan benar dan mampu memproduksi semua bunyi (Soetjiningsih & Ranuh, 2013).

## **B. Temper Tantrum**

### **1. Definisi Temper Tantrum**

Temper tantrum adalah satu ledakan kemarahan yang langsung terjadi pada anak yang berusia 3 sampai dengan 6 tahun yang disertai tindakan menjerit – jerit, menangis, memukul, berguling – guling, melempar suatu benda serta aktivitas destruktif lainnya (Sembiring, Filtri, & Efastri, 2017). Temper tantrum merupakan perilaku yang tidak diinginkan atau mengganggu, terjadi akibat respon dari kebutuhan ataupun harapan yang tidak dapat terpenuhi (Soetjiningsih & Ranuh, 2013). Dampak dari temper tantrum dapat mengakibatkan emosi yang negatif, yaitu seperti ketelantaran emosi, anak tidak dapat memiliki pengalaman emosional yang menyenangkan, terutama kasih sayang, kegembiraan, kebahagiaan dan keingintahuan (Sulistyorini, 2016). Temper tantrum merupakan episode amarah dan frustrasi yang berlebihan, tampak seperti kehilangan kendali yang ditandai dengan perilaku berteriak, menangis ataupun pergerakan tubuh yang kasar dan agresif (Ramadia, 2018). Saat anak menunjukkan sikap penolakan juga sering disebut temper tantrum (Indanah & Karyati, 2017).

### **2. Jenis Temper Tantrum**

Dibawah ini jenis dari temper tantrum, antara lain (Rokhmiati & Ghanesia, 2019):

#### **a. *Manipulative* tantrum**

Jenis tantrum ini muncul saat anak ingin mendapatkan apa yang diinginkannya dan berhenti saat keinginan tersebut sudah terpenuhi.

#### **b. *Verbal frustation* tantrum**

Jenis tantrum ini timbul pada waktu anak menginginkan sesuatu tapi tidak bisa untuk mengungkapkan apa yang diharapkannya dengan jelas, dalam kejadian seperti ini anak akan merasakan frustrasi.

#### **c. *Tempermental* tantrum**

Jenis tantrum ini adalah kondisi saat anak pada tingkat frustrasi yang tinggi, akibat dari kondisi seperti ini dapat membuat anak menjadi

lebih emosional dan tidak terkontrol. Pada tantrum jenis ini anak kesulitan untuk fokus serta mengontrol dirinya sendiri.

Jenis temper tantrum dikelompokkan menjadi 2, yang berbeda dengan landasan tingkah laku dan emosional sebagai berikut (Rostini, 2018):

- a. *Anger tantrum* atau tantrum amarah, yaitu memiliki ciri – ciri berteriak, memukul, menghentakkan kedua kaki dan menendang.
- b. *Distress tantrum* atau tantrum kesedihan, yaitu memiliki ciri – ciri berlari menjauh, menangis dengan terisak – isak serta membanting dirinya ke lantai. Anak yang masih sangat kecil biasanya mengungkapkan kehilangan atau kesedihannya dengan tantrum.

### 3. Faktor – Faktor Penyebab Temper Tantrum

Perilaku dari temper tantrum itu sendiri memiliki beberapa faktor penyebab, antara lain:

- a. Penyebab dari anak melakukan perilaku agresif atau temper tantrum dipengaruhi oleh lingkungan. Lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan disekitar anak seperti lingkungan sekolah, lingkungan rumah, lingkungan bermain dan lingkungan tentangga ataupun jalanan. Lingkungan yang ikut membantu terhadap tumbuh kembang anak juga berpengaruh dengan perilaku temper tantrum yang dialami oleh anak, seperti buku, televisi, internet atau *gadget*, majalah dan video game (Sarkar & Gupta, 2017).
- b. Temper tantrum banyak ditemukan pada anak yang terlampau dimajikan (*overindulgent*), atau orang tua yang sangat mencemaskannya (*oversolicitous*), ataupun orang tua yang sangat melindungi (*overprotective*) (Soetjiningsih & Ranuh, 2013).
- c. Beberapa faktor penyebab yang dapat menyebabkan temper tantrum (Sembiring et al., 2017):
  - 1) Faktor fisiologis, yaitu lapar, lelah ataupun sakit.

- 2) Faktor psikologis, yaitu ketika anak merasakan kegagalan dan orang tua sangat memaksakan anak untuk sesuai dengan harapan orang tuanya.
- 3) Faktor orang tua, yaitu pola asuh yang diberikan.
- 4) Faktor lingkungan, yaitu lingkungan luar rumah dan lingkungan keluarga.

d. Penyebab dari temper tantrum (Pudjibudojo et al., 2019):

- 1) Kesengajaan antara keinginan dan lingkungan anak

Dalam keadaan sehari – hari temper tantrum terjadi ketika anak merasakan lapar, lelah, ataupun menginginkan sesuatu. Saat keinginannya tidak bisa terpenuhi, anak mengalami konflik internal yang diekspresikan dalam bentuk emosi kemarahan, frustrasi, serta rasa kecewa berat yang dikeluarkan dalam bentuk perilaku – perilaku khusus.

- 2) Rasa frustrasi yang dialami anak

Rasa frustrasi pada diri anak diakibatkan karena ketidakmampuan anak untuk mengidentifikasi apa yang sebenarnya diinginkan, apa yang membuatnya marah, apa yang membuatnya kecewa sehingga anak pun tidak paham dengan gejala yang sedang terjadi di dalam diri. Akibatnya, anak menjadi marah atau menangis.

- 3) Meniru orang dewasa

Dalam kehidupannya, anak – anak terbiasa meniru apa yang dilihat dari sekitarnya. Jika anak tumbuh di lingkungan yang terbiasa berteriak, melakukan kekerasan fisik, atau bahkan menangis dengan menjerit – jerit maka bisa jadi anak meniru berbagai ekspresi emosi tersebut jika mereka mengalami rasa marah dan kesedihan.

#### **4. Perilaku Temper Tantrum Menurut Tingkatan Usia**

Dibawah ini merupakan contoh dari perilaku tantrum berdasarkan tingkatan usia (Indanah & Karyati, 2017):

a. Dibawah usia 3 tahun

Memukul, menendang, menggigit, menangis, menahan napas, menjerit, berteriak – teriak, mengelukkan punggung, memukul tangan, membenturkan kepala, melemparkan badan ke lantai, atau melempar – lemparkan barang.

b. Usia 3 – 4 tahun

Perilaku yang terjabarkan diatas, ditambah dengan: menghenkan kedua kaki, merengek, membanting pintu, meninju serta berteriak.

c. Usia 5 tahun ke atas

Perilaku yang terjabarkan pada kedua kategori usia tersebut di atas, ditambah dengan: memaki, menyumpah, memukul adik atau kakak ataupun teman, mengancam, menghakimi diri sendiri, atau membanting barang dengan sengaja.

**5. Penatalaksanaan Temper Tantrum**

Strategi yang dapat diterapkan oleh orang tua untuk mengatasi temper tantrum pada anak diantaranya adalah melakukan komunikasi dengan anak secara baik untuk menghilangkan perilaku temper tantrum dalam dirinya dan melalui rangsangan dengan permainan yang dapat melatih perkembangan emosi pada anak (Supriyanti & Hariyanti, 2019). Bermain merupakan wadah yang baik untuk anak mengekspresikan emosi atau perasaannya, saat anak sedang belajar untuk mengontrol diri serta keinginannya sekaligus sarana untuk relaksasi (Elfiadi, 2016). Ada beberapa jenis kegiatan bermain untuk menyalurkan ekspresi yang dirasakan oleh anak sehingga dapat digunakan sebagai terapi bagi anak yang mengalami masalah emosi. Permainan yang dapat menyalurkan emosi anak antara lain, yaitu menggunakan tanah liat, pasir dan pewarna. Hal ini disebabkan karena media tersebut dapat menyalurkan perasaan yang kuat dimana anak tidak mampu mengkomunikasikannya secara terbuka. Permainan mewarnai gambar juga diklasifikasikan sebagai jenis permainan *therapeuticplay* atau permainan penyembuh

karena memberi anak kesempatan untuk bebas berekspresi (Hartini, Winarsih, & Sulistyawati, 2018).

## **C. Terapi Mewarnai**

### **1. Definisi Terapi Mewarnai**

Terapi adalah pengaplikasian yang sistematis dari kumpulan prinsip pembelajaran terhadap suatu tingkah laku atau keadaan yang diyakini tidak sesuai dan memiliki tujuan untuk melakukan suatu perubahan. Perubahan tersebut dapat diartikan memodifikasi, mengurangi, menghilangkan atau meningkatkan suatu tingkah laku atau keadaan tertentu. Terapi bermain merupakan usaha yang dilakukan untuk mengurangi perilaku yang dianggap menyimpang, dengan memposisikan anak didalam keadaan bermain (Adriana, 2013).

Terapi mewarnai gambar adalah salah satu jenis dari terapi bermain yang berpengaruh untuk merubah perilaku anak, dengan menggunakan terapi mewarnai gambar anak dapat mengekspresikan perasaan, fantasi, pikiran serta dapat mengembangkan kreativitas anak (Arifin et al., 2018). Mewarnai gambar adalah suatu permainan sangat terapeutik yang memberikan peluang bagi anak untuk bebas mengekspresikan perasaan. Terapi mewarnai ialah suatu bentuk permainan yang memberikan keleluasaan untuk anak bebas mengekspresikan dan merupakan permainan yang terapeutik (O. G. Sari, 2016). Permainan terapeutik mewarnai merupakan permainan yang layak untuk dilakukan anak usia prasekolah (Amalina & Oktawati, 2019).

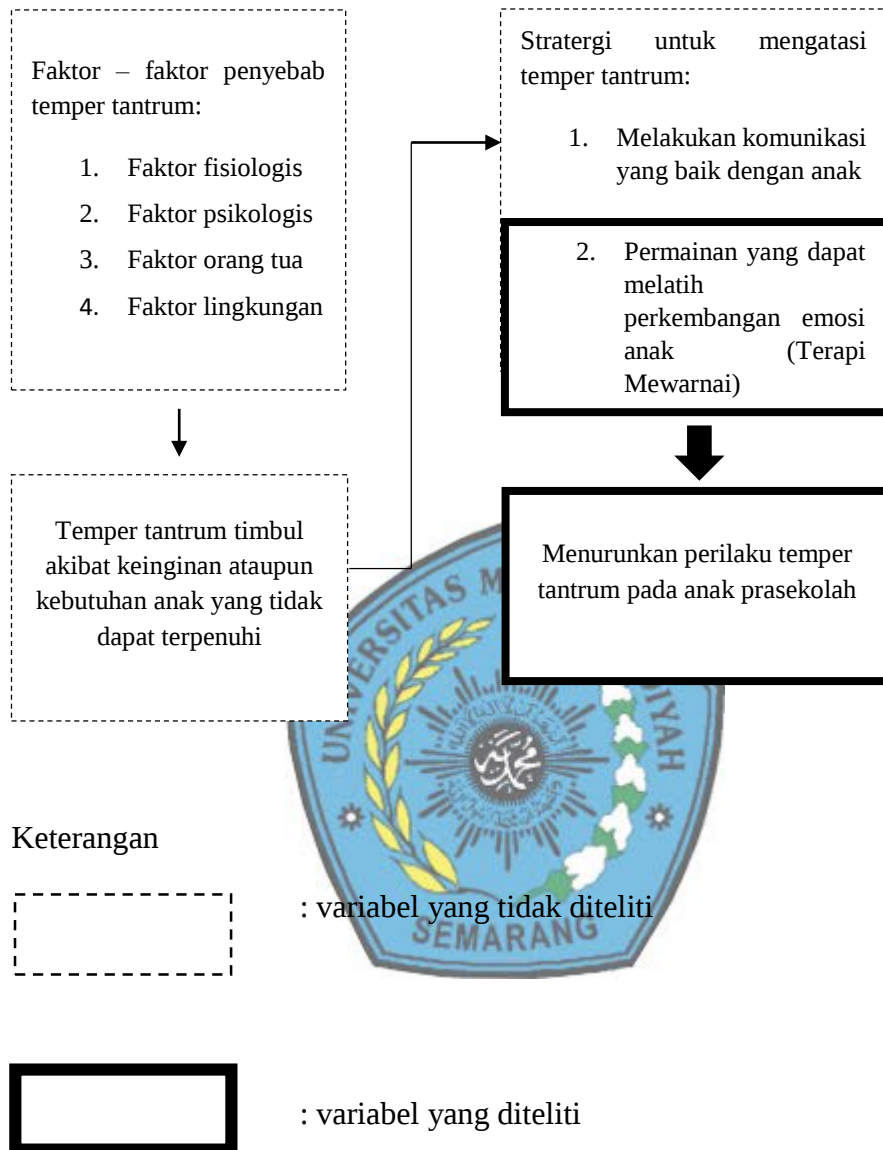
### **2. Manfaat Terapi Mewarnai**

Terapi mewarnai memiliki manfaat untuk membantu anak dalam mengekspresikan perasaan dan pikiran anak tanpa melalui kata – kata, membuat diri anak menjadi lebih merasa nyaman dan senang, sehingga ketegangan atau stress dapat terhindar (Arifin et al., 2018). Manfaat terapi bermain mewarnai juga dapat menurunkan kecemasan pada anak usia prasekolah, penelitian ini dilakukan pada tahun 2016 di RSIA PKU

Muhammadiyah Kota Gede Yogyakarta dengan hasil terdapat pengaruh yang begitu signifikan setelah dilakukan terapi mewarnai gambar pada anak usia prasekolah untuk menurunkan tingkat kecemasan saat mengalami *hospitalisasi* (O. G. Sari, 2016). Selain itu terapi mewarnai gambar juga memiliki pengaruh yang bermakna dalam menurunkan tingkat kecemasan *hospitalisasi* dibandingkan dengan bermain *puzzle* (Deswita & Pratiwi, 2016).

Perilaku temper tantrum bila tidak ditangani dengan baik maka akan berdampak bahaya bagi anak, sehingga harus dilakukan suatu upaya untuk mengatasi perilaku temper tantrum itu sendiri, salah satu caranya adalah dengan mengajarkan relaksasi pada anak untuk membantu menciptakan perasaan yang tenang (Sudarwati & Rosalina, 2018). Terapi mewarnai merupakan suatu permainan *non-directive* untuk memberikan anak sebuah kesempatan bebas dalam mengekspresikan perasaan dan sangat terapeutik atau dikenal dengan sebutan *therapeuticplay* (permainan penyembuh). Mengekspresikan perasaan yang dialami dengan terapi mewarnai merupakan salah satu cara untuk melakukan komunikasi tanpa menggunakan kata – kata pada anak. Saat anak belajar untuk mewarnai sebuah gambar maka akan terjadi suatu tahap atau aktifitas pembelajaran yang mencakup pikiran, indra penglihatan, fisik dan mental anak. Masing – masing proses tersebut memiliki hubungan dengan mental dan keterampilan anak (Hartini et al., 2018). Terapi mewarnai gambar itu sendiri memiliki dampak positif pada anak, kegiatan tersebut dapat memberikan efek relaksasi karena aktifitas yang dilakukan sangat menyenangkan dimana anak dapat mengelani gambar dan dapat memilih warna yang sesuai untuk diberikan pada media gambar tersebut (Arifin et al., 2018).

#### D. Kerangka Teori



Sumber: (Sembiring et al., 2017; Supriyanti & Hariyanti, 2019)

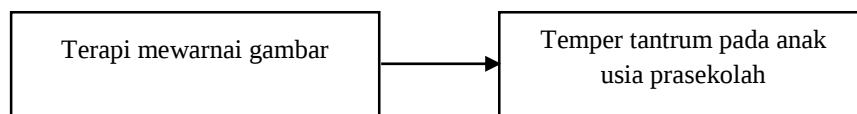
### E. Kerangka Konsep

Pada penelitian ini yang akan diteliti tentang pengaruh terapi mewarnai gambar untuk menurunkan temper tantrum pada anak usia prasekolah.

Untuk menjelaskan secara sistematis kerangka konsep dalam penelitian ini akan digambarkan sebagai berikut:

Variabel Independen/Bebas

Variabel Dependen/Terikat



### F. Variabel Penelitian

Variabel independen : Terapi mewarnai gambar

Variabel dependen : Temper tantrum pada anak usia prasekolah

### G. Hipotesis

Hipotesis adalah bentuk dugaan sementara dalam menyusun pemecahan masalah. Biasanya hipotesis dipakai untuk mengungkapkan jawaban sementara terhadap suatu permasalahan yang akan dilakukan penelitian dan sifatnya masih praduga dikarenakan kebenarannya harus dibuktikan melalui uji statistik (Masturoh & Anggita, 2018).

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha : Ada pengaruh antara terapi mewarnai gambar terhadap temper tantrum pada anak usia prasekolah.