

IMPLEMENTASI PEMUNAHAN OPERAN (*OPERANT EXTINCTION*) UNTUK MENURUNKAN PERILAKU TANTRUM PADA ANAK

¹Siti Rahmawati, ²Arrafunnisa Fadhila
Email: Siti_rahmawati@uai.ac.id

^{1,2}Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Program Studi Psikologi, Universitas Al Azhar
Indonesia

Abstract. Tantrums are strong emotional outbursts that occur when a child feels out of control. Tantrums are not harmful behavior, but if not controlled, this behavior will affect the child's life in the future. One way to control tantrums is to apply behavior modification, one of which is operant extinction. The design used in this study is a design with a repetition (reversal) with an A-B-A pattern. The application of this technique is carried out on children aged 12 years who often have tantrums if their desires are not fulfilled, especially regarding the habit of being fed while eating. Based on the intervention carried out for 14 times, the subject's tantrum behavior decreased, although not significantly. Good cooperation is needed, especially from the closest environment (mother's family) to reduce the subject's tantrum behavior.

Keywords: Tantrum, child, operant extinction.

Abstrak. Tantrum adalah ledakan emosi yang kuat yang terjadi ketika anak merasa lepas kendali. Tantrum bukanlah perilaku yang membahayakan, namun jika tidak dikendalikan, perilaku ini akan mempengaruhi kehidupan anak dimasa yang akan datang. Salah satu cara untuk mengendalikan tantrum adalah dengan menerapkan modifikasi perilaku, salah satunya dengan teknik pemunahan operan (*operant extinction*). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain dengan pengulangan (reversal) dengan pola A-B-A. Penerapan teknik ini dilakukan pada anak usia 12 tahun yang seringkali tantrum jika keinginannya tidak terpenuhi, terutama terkait kebiasaan disuapi saat makan. Berdasarkan intervensi yang dilakukan selama 14 kali, perilaku tantrum subjek berkurang, meskipun belum terlalu signifikan. Diperlukan kerjasama yang baik, terutama dari lingkungan terdekat (keluargaL ibu) untuk mengurangi perilaku tantrum subjek.

Kata Kunci: Tantrum, anak, pemunahan operan.

Pengantar

Setiap individu akan merasa senang jika segala keinginannya dapat terpenuhi, sebaliknya, jika terjadi penolakan atau muncul hambatan dalam pemenuhan keinginan tersebut akan muncul reaksi dari individu dalam menghadapi hal itu. Pada anak-anak, salah satu reaksi yang muncul pada situasi seperti itu adalah tantrum yang seringkali ditunjukkan dengan marah, teriak, berkata kasar, bahkan melempar barang dan memukul. Jika perilaku-perilaku ini muncul dengan intensitas yang sering, bahkan dengan ragam perilaku yang lebih membahayakan dan tidak terkendali dapat muncul sebagai tantrum.

Tantrum adalah ledakan emosi yang kuat yang terjadi ketika anak merasa lepas kendali. Ketika membicarakan tantrum, biasanya hanya terkait satu hal spesifik, yaitu kemarahan yang dilakukan dan dianggap sebagai hal yang negatif, padahal ada beberapa penyebab yang memicu terjadinya tantrum pada anak, yaitu waktu tidur, waktu makan, saat berpakaian, menonton televisi, berinteraksi dengan teman sebaya, orang tua menasehati, diperintah guru, (Ali & Asrori, 2010).

Luapan emosi kemarahan lebih terlihat dari pada rasa takut. Mengamuk adalah cara anak menghadapi frustrasi yang dirasakan ketika tidak mampu mempertahankan perasaan yang masih rapuh tentang diri dan tempatnya di dunia, mengamuk dapat dilihat dari tingkah laku menendang barang-barang yang ada di sekitarnya, menangis, berteriak, memaki, hingga menggunakan kata-kata kotor.

Menurut Setiawani (2000), penyebab tantrum adalah 1) masalah keluarga yang tidak harmonis akan membuat remaja kehilangan kehangatan keluarga, yang dapat mengganggu kestabilan jiwa remaja. 2) anak yang dimanja akan memanfaatkan orang tuanya. 3) anak yang kurang tidur, kelelahan, memiliki tubuh dan keadaan fisik yang lemah akan membuatnya cepat marah. 4) masalah kesehatan, ketika anak mengalami kurang enak badan ada masalah atau tubuh cacat, semua mempengaruhi kekuatan pengendalian dirinya, atau hal yang tidak sesuai dengan dirinya, akan mudah membuat anak remaja marah. 5) masalah makanan, beberapa makanan dapat membuat anak peka atau alergi, seperti makanan yang mengandung zat pewarna atau pengawet. 6) kekecewaan saat anak menyadari keterbatasan kemampuan dirinya dalam menyatakan keinginan atau pendapatnya dan tidak dapat melakukan sesuatu hal, membuat mudah marah. 7) meniru kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan teman sebayanya, atau ketika melihat ada orang yang lebih besar darinya yang tidak dapat menyelesaikan atau menghadapi kesulitan, lalu marah-marrah, ditambah di rumah orang tua dan juga di sekolah guru mudah marah, akan membuat anak meniru apa yang dilihatnya.

Tantrum bukanlah perilaku berbahaya, namun jika perilaku tantrum ini terus berlanjut menerus hingga usia dewasa, maka akan mempengaruhi kepribadian individu dan interaksi sosialnya dengan lingkungan Simatupang, dkk (2021). Individu akan sulit menerima pendapat orang lain, mudah marah, tidak bisa

mengendalikan emosinya, memiliki rasa cemas yang tinggi, tidak dapat menghadapi lingkungan luar, menarik diri dari lingkungan sekitar, tidak bisa beradaptasi, tidak bisa mengatasi masalah, tidak bisa mengambil keputusan dan ketakutan yang berlebihan (Mashar, 2011). Untuk itu perlu adanya penanganan yang tepat terhadap anak yang tantrum.

Penanganan terhadap perilaku tantrum memerlukan strategi khusus yang tepat agar perilaku tersebut tidak menetap dan supaya tidak mengganggu tahap perkembangan selanjutnya. Salah satu teknik yang dapat dilakukan dalam mengatasi masalah ini adalah melalui modifikasi perilaku. Modifikasi perilaku merupakan suatu teknik untuk mengubah perilaku yang dapat dilakukan oleh orang tua ataupun guru untuk merubah tingkah laku anak melalui prosedur yang sistematis (Nurfadilah, 2021). Modifikasi perilaku yang digunakan, yaitu berupa teknik pemunahan operan (*operant extinction*).

Landasan Teori

Pemunahan Operan

Pemunahan operan adalah menurunnya respons operan lantaran tidak lagi diperkuat. Seperti contoh, subjek sekedar melakukan aktivitas sehari-harinya yang umum juga dilakukan oleh banyak orang (Simatupang, 2020). Mungkin butuh beberapa pengulangan perilaku tertentu untuk muncul di mana tidak dikuatkan sebelum penurunan yang sangat jelas dalam frekuensinya terjadi. Kendati demikian efeknya masih ada. Setelah beberapa pengulangan lagi, perilaku yang

tidak lagi ‘dikuatkan’ ini sungguh-sungguh punah.

Prinsip pemunahan operan menyatakan, bahwa jika seseorang, di situasi tertentu memunculkan perilaku yang sudah diperkuat sebelumnya, kemudian perilaku tersebut tidak lagi diikuti sebuah penguat, maka frekuensi individu untuk melakukan hal yang sama lagi ketika berjumpa dengan situasi yang sama di kemudian hari akan berkurang.

Faktor yang mempengaruhi efektivitas pemunahan operan, yaitu: a). Memilih kontrol penguat perilaku yang perlu diturunkan. Perlu sekali untuk mengontrol perilaku individu yang mungkin akan mengganggu prosedur pemunahan yang sedang dilakukan atau tetap melakukan prosedur tersebut meski perilaku yang dimaksud tidak hadir. Kegagalan untuk melakukan hal ini tidak akan bisa memenuhi definisi pemunahan, dan perilaku yang tak diinginkan tidak akan kunjung menurun. Ross dan Horner (2009) mengembangkan dan mengetes sebuah program yang mengajarkan para guru untuk mengajarkan para murid sekolah dasar untuk menahan pengutan, seperti mengeluh atau memberi kepada korban, dan bersikap diam atau menerima terhadap sikap perilaku sesegera mungkin sesudah perilaku memeras ini untuk:

1. Mengenali sikap-sikap memeras
2. Mengatakan ‘*stop*’ sambil menggerakkan tangan untuk menghentikan perilaku tidak terhormat
3. Melepaskan diri

b). Memadukan pemunahan dengan penguat positif bagi perilaku alternatif. Kombinasi dua prosedur ini dapat menurunkan frekuensi perilaku tak diinginkan jauh lebih cepat (dan mungkin hingga taraf terendah) daripada jika prosedur pemunahan digunakan sendirian. Sangat baik kiranya memulai dengan interval pendek perilaku yang diinginkan, dan secara bertahap meningkatkannya di interval yang lebih lama dan lebih rapi. Penting sekali untuk dicantumkan bahwa penguatan perilaku yang diinginkan harus dilakukan secara bertahap atau jika tidak, perilaku yang tak diinginkan akan segera muncul kembali (Simatupang, 2017).

Contohnya adalah anak yang menangis dapat diabaikan hingga berhenti menangis, lalu mulai bermain dengan tenang selama 10 detik. Diakhir interval 10 detik, anak dapat dikuatkan dengan pujian yang diberikan oleh orang di sekitarnya. Diupaya berikutnya, orang tua dapat menambah interval bermain tenang anak menjadi 15, 20, atau seterusnya sebelum penguat disajikan.

c). Lingkup di mana pemunahan dilakukan. Satu alasan untuk mengubah lingkup dimana pemunahan operan dilakukan adalah mengurangi kemungkinan orang lain akan menguatkan perilaku yang berusaha dihilangkan. Contohnya seorang ibu yang memulai pemunahan tantrum pada anaknya di tempat umum, seperti di pusat perbelanjaan. Tatapan tidak suka dari pengunjung lain dan pegawai pusat perbelanjaan akan menurunkan kesempatan ibu untuk melakukan

prosedur pemunahan secara efektif. Penting sekali untuk mempertimbangkan lingkup dimana pemunahan operan dilakukan untuk:

1. Meminimalkan pengaruh penguat-penguat alternatif bagi perilaku yang diinginkan untuk punah.
 2. Memaksimalkan kesempatan pemodifikasi perilaku mempertahankan program hingga sukses.
- a) Instruksi dan aturan. Instruksi juga dapat membantu mempercepat penurunan perilaku jika individu diberitahu seperti ini, “*jika kamu melakukan X (perilaku tak diinginkan), maka Y (penguat) tidak akan diberikan padamu!*”. Contohnya adalah seorang suami yang mengeluh berlebihan tentang macetnya lalu lintas setiap pulang ke rumah. Istrinya sudah bersikap benar, dengan berkali-kali mengabaikan, keluhan-keluhan itu akan berhenti.

Meskipun perlu beberapa kali dicoba, instruksi seperti ini tetap lebih cepat memunahkan perilaku daripada sekadar membiarkannya.

- b) Mengetahui jadwal penguatan sebuah perilaku sebelum pemunahan dilakukan. Penguatan berkesinambungan (*continuous reinforcement*) adalah sebuah pengaturan di mana respons selalu diperkuat setiap kali muncul. Penguatan sesekali (*intermittent reinforcement*) adalah sebuah pengaturan di mana perilaku diperkuat hanya kadang-kadang saja dan bukannya setiap kali muncul.

Ketika sebuah perilaku selalu diperkuat dan tidak lagi pernah diperkuat, perilaku tersebut akan hilang dengan cepat. Ketika penguatan sesekali telah berhasil mempertahankan sebuah perilaku, maka perilaku tersebut akan lebih lambat punahnya (resisten terhadap pemunahan).

- c) Perilaku yang dipunahkan dapat memburuk lebih dulu sebelum kondisi jadi membaik. Selama pemunahan operan, perilaku yang hendak dihilangkan bisa saja semakin menjadi-jadi sebelum akhirnya menurun dan hilang. Artinya, kondisi menjadi buruk lebih dulu sebelum akhirnya membaik. Peningkatan respons selama pemunahan seperti ini disebut letupan pemunahan.

Efek dihentikannya pemunahan terlalu dini justru menguatkan perilaku yang hendak dikuatkan, sehingga sulit untuk dihilangkan.

- d) Pemunahan dapat menghasilkan agresi yang mengganggu program. Ketika seseorang diberhentikan dari berperilaku tertentu justru berlawanan muncul sangat kuat dan bersifat agresif. Penting meminimalkan agresi bukan hanya karena tidak diinginkan tetapi juga karena dapat mengarah kepada menyerah terlalu awal bagi pelaksanaan program.

Bukan hanya menyerah terlalu awal penguatan perilaku tidak diinginkan lewat penguatan sesekali namun juga menguatkan agresi. Opsi lainnya adalah melakukan program pemunahan operan di sebuah lingkup

dimana jumlah agresi tertentu dapat ditolerir.

- e) Pemulihan spontan: Muncul kembalinya perilaku yang punah setelah penundaan. Muncul kembalinya perilaku yang sudah dipunahkan setelah jeda waktu disebut pemulihan spontan, umumnya jumlahnya lebih sedikit ketimbang sebelum pemunahan. Setelah dilakukan kembali sesi pembunahan beberapa kali, biasanya perilaku tidak akan lagi mengalami pemulihan spontan. Meski karakteristik pemulihan spontan sudah terdokumentasikan dengan baik di-reset dasar, namun dibidang terapan masih belum diteliti secara resmi dan masih sangat sedikit (Lerman, Iwata, Shore, & Kahng, 1996).

Hal-hal yang menghambat prosedur pemunahan operan, yaitu:

1. Kekeliruan pengaplikasian yang tidak disadari. Prinsip pemunahan operan beroperasi entah kita menyadarinya atau tidak. Sayangnya mereka yang tidak memahami prinsip pemunahan pengaplikasiannya kepada perilaku yang diinginkan dari teman-teman, kenalan, keluarga, dan lain-lain. Contohnya adalah dua orang guru yang sedang mengobrol, lalu datang seorang murid mendekati kedua guru tersebut. Murid itu menunggu di samping guru yang sedang mengobrol selama beberapa menit dan pada akhirnya si murid mengintrupsi pembicaraan keduanya. Pembicaraan tersebut sempat terhenti untuk mendengarkan si murid dan kemudian kedua guru tersebut melanjutkan pembicaraan mereka yang

tertunda. Tanpa keduanya sadari, mereka telah menguatkan perilaku yang tidak seharusnya dikuatkan, yaitu mengintrupsi pembiasaan orang lain.

2. Pengetahuan setengah-setengah. Ketika beberapa individu mengaplikasikan modifikasi perilaku dengan pengetahuan penuh dengan usaha membantu perilaku seseorang yang kurang baik, namun orang lain yang tidak paham penguatan positif dan pemunahan operan dapat menggagalkan kerja mereka yang sudah bagus. Misalkan seorang anak dengan disabilitas perkembangan sudah diperkuat seorang perawat untuk bisa mandiri mengenakan bajunya sendiri lalu kemudian ia berganti perawat yang tidak memahaminya. Di sana terdapat anak yang sudah mampu mengenakan pakaiannya sendiri dan anak yang masih membutuhkan bantuan. Perawat baru akan lebih memperhatikan anak-anak kedua yang masih butuh bantuan dalam mengenakan pakaiannya dibanding dengan anak pertama yang sudah lebih mandiri. Akibatnya, anak yang sudah mandiri mengenakan baju jadi hilang kemampuannya karena tidak lagi diperkuat. Seharusnya penguatan tetap diberikan sesekali bahkan untuk mereka yang sudah tidak bermasalah perilakunya. Panduan bagi pengaplikasian efektif pemunahan operan, yaitu:

- a) Menyeleksi perilaku yang akan dipunahkan:
- Saat memilih perilaku, spesifiklah. Jangan berharap perbaikan besar-besaran terjadi sekaligus secara serentak

- Pastikanlah situasinya tetap mendukung dalam melakukan ketika melakukan pemunahan
 - Anda mestinya mempertimbangkan lingkup di mana perilaku target muncul
 - Jika ternyata sulit, jangan berputus asa
- b) Pertimbangan-pertimbangan awal
- Catat seberapa sering pola perilaku tidak diinginkan muncul sebelum memulai program pemunahan
 - Identifikasi apakah penguat sesungguhnya yang sudah mendukung kemunculan perilaku tidak diinginkan
 - Sejarah penguatan bagi perilaku tidak diinginkan memberi gambaran seberapa lama waktu yang dibutuhkan bagi program pemunahan
- c) Mengimplementasikan rencana:
- Beritahu individu yang bersangkutan tentang rencana yang akan dilakukan
 - Pastikan anda mengikuti aturan-aturan
 - Setelah memulai program, tetapkan konsisten menahan penguatan bagi perilaku yang tidak diinginkan dan menguatkan perilaku alternatif yang diinginkan
- d) Menyiapkan klien untuk lepas dari program:
- Setelah perilaku tidak diinginkan menurun hingga nol, kemunculan kembali perilaku bisa terjadi, maka dari itu bersiap-siaplah untuk tetap konsisten memunahkannya

- Tiga sebab yang menggagalkan prosedur pemunahan operan, yaitu atensi yang anda tahan mengikuti perilaku tidak diinginkan ternyata bukan penguat bagi perilaku tersebut, perilaku tidak diinginkan menerima penguatan sesekali dari pihak lain, dan perilaku alternatif yang diinginkan tidak cukup
- Ikuti aturan aturan tentang menyiapkan anak untuk lepas dari program.

Metode Penelitian

Populasi penelitian ini adalah anak tantrum yang berada pada tahap perkembangan remaja awal (11-14 tahun) dengan sampelnya, yaitu seorang anak laki-laki berinisial ADS yang berusia 12 tahun. ADS memiliki permasalahan tantrum yang sering kali muncul setiap waktu makan dengan frekuensi kemunculan lebih kurang 45 menit. ADS selalu ingin makan disuapi oleh ibunya karena ingin makan sambil melakukan sesuatu, seperti sambil menonton tv atau bermain game di ponsel. Jika keinginannya tidak dituruti, ia akan terus mengoceh, melakukan sesuatu yang membuat orang di sekitarnya menjadi jengkel, dan bahkan tidak jarang berakhir dengan merajuk hingga menendang atau membanting sesuatu sampai keinginannya terpenuhi.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain dengan pengulangan (reversal) dengan pola A-B-A. Di bawah ini adalah rincian pelaksanaan penelitian saya dengan menggunakan desain A-B-A:

- A.1: Dalam tahap penelitian ini akan dilakukan dengan observasi sebelum

diberikanya perlakuan. Observasi dilakukan dengan menggunakan *anectotal record* (pencatatan) agar lebih jelas untuk menentukan perilaku sasaran yang akan diperbaharui. Pencatatan terhadap perilaku subjek dilakukan saat waktu makan dan dilakukan di rumah subjek.

- B: Setelah diketahui perilaku yang akan diubah atau dihilangkan, kemudian dilakukan penerapan teknik pemunahan operan (*operant extinction*) pada subjek setiap kali perilaku tantrum muncul. Penerapan ini dilakukan secara terus menerus sehingga perilaku tantrum ini dapat menurun seiring berjalannya proses ini. Penerapan teknik pemunahan operan ini dilakukan dengan kolaborasi orang tua dan peneliti.
- A.2: Tahap ini merupakan pengulangan dari tahap A1 sebagaimana untuk melakukan evaluasi mengenai pengaruh setelah melakukan penerapan teknik pemunahan operan kepada anak tantrum, apakah ada penurunan atau tidak.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian studi kasus (*case study*). Penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada satu objek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus.

Penelitian studi kasus ini bertujuan untuk memahami objek yang diteliti, sehingga memperoleh data dengan melihat dampak dari suatu intervensi dalam penerapan teknik pemunahan

operan (*operant extinction*) pada subjek setiap kali perilaku tantrum muncul.

Hasil Penelitian

Pemberian intervensi dilakukan sebanyak 14 kali. Dari intervensi ini masih ditemui kesulitan untuk menurunkan tantrum pada subjek. Hal ini juga diperkuat dengan lingkungan subjek, terutama pada ibu subjek yang kerap kali menuruti keinginan subjek dengan dalih takut menciptakan keributan di rumah atau memilih untuk menuruti keinginan subjek guna mempersingkat waktu karena menurut ibu subjek, subjek terlalu lama dan terlalu banyak mengabaikan hal penting.

Sebelum dilakukan intervensi, subjek memang sangat bergantung pada ibunya dan ibu subjek selalu menuruti keinginan subjek. Setelah dibiarkan semakin lama, respon yang dikeluarkan subjek saat keinginannya tidak dituruti juga semakin beragam, mulai dari mengoceh, berteriak, menangis, melakukan hal yang membuat orang di sekitarnya menjadi jengkel, dan menendang atau melempar benda yang berada dijangkauannya.

Saat dilakukan intervensi awal penerapan teknik pemunahan perilaku (tahap B), subjek masih menolak dengan pemunahan operan yang diberikan padanya dengan tujuan untuk menurunkan intensitas perilaku tantrum yang terjadi pada subjek apabila keinginannya tidak dipenuhi. Subjek selalu ingin makan disuapi oleh ibunya karena subjek enggan untuk meninggalkan kegiatan yang sedang dilakukannya. Selama dilakukan intervensi sebanyak 14 kali ibu subjek

beberapa kali menuruti keinginan subjek untuk makan disuapi oleh ibunya. Ibu subjek beralasan jika ia tidak ingin menimbulkan kegaduhan di rumah atau alasan lainnya adalah untuk mempersingkat waktu.

Pada hari ketiga saat dilakukan intervensi, subjek ditinggal pergi menginap oleh ibunya selama 2 hari dan meninggalkan subjek bersama dengan ayah, kakak, serta adiknya di rumah. Subjek beberapa kali meminta untuk disuapi makan oleh kakaknya dan tidak dituruti oleh kakaknya. Di hari pertama saat ibu subjek pergi, subjek masih melakukan penolakan untuk makan sendiri dan tetap asik dengan kegiatannya tanpa ingin diganggu. Hingga akhirnya setelah ayah subjek bertindak, subjek mulai tantrum dengan menjerit kesal dan berakhir dengan menangis.

Selama kepergian ibu subjek, subjek mulai mengalami sedikit perkembangan. Subjek mulai bisa meninggalkan kegiatannya sejenak untuk pergi mengambil makan dan makan sendiri meskipun dengan raut wajah yang masih cemberut dan beberapa kali subjek mengoceh dan mendengus kesal. Subjek memang sering kalo tidak berkutik saat hanya ditinggal di rumah bersama sang ayah, tanpa ada ibunya.

Perkembangan yang baik terus ditunjukkan subjek sebelum akhirnya di hari terakhir intervensi (akhir pelaksanaan tahap B), subjek menyaksikan adiknya yang sedang makan sahur disuapi oleh ibunya. Subjek kembali merengek pada ibunya untuk meminta makan disuapi dan mempertanyakan kenapa adiknya boleh

makan disuapi, sedangkan dirinya tidak boleh.

Hasil akhir yang diperoleh pada tahap A2 adalah tantrum pada subjek belum menunjukkan hasil yang cukup signifikan. Pada beberapa kesempatan, subjek masih menunjukkan wajah tidak bersahabat yang disertai dengan ocehan-ocehan sebagai bentuk rasa kesalnya ketika tidak disuapi makan oleh ibunya. Subjek belum sepenuhnya mandiri, terutama pada urusan makan yang menjadi permasalahan utama pada penelitian.

Namun peneliti melihat kemungkinan untuk keberhasilan intervensi lanjutan yang perlu diberikan pada subjek adalah dengan memaksimalkan peran serta ayah dalam pengasuhan. Keikutsertaan ayah dalam pengasuhan dapat memperhatikan, memonitoring, merencanakan serta merasakan kekhawatiran pada anak remajanya.

Diskusi

Shapiro (2003) menyatakan, bahwa tindakan seorang ayah adalah upaya seimbang antara memberikan dukungan dan waspada terhadap bentuk ketergantungan yang sifatnya kekanak-kanakan. Sebagai sosok yang secara fisik dan emosi menjadi wakil keluarga terhadap dunia luar, seorang ayah dapat membantu anak-anaknya beradaptasi dari realitas rumah ke dalam realitas budaya dan masyarakat tempat mereka dilahirkan. Dengan ayah, anak-anak dapat melatih tingkah laku yang memicu rasa percaya diri dalam menghadapi dirinya sendiri, melatih keterampilan, melaksanakan tugas-tugasnya baik di rumah maupun di luar rumah serta belajar mandiri.

Hal ini terlihat saat subjek tinggal di rumah bersama ayah, kakak, dan adiknya saat ibu mereka pergi untuk menginap selama 2 hari. Subjek terlihat tidak banyak mengerluarkan perlawanan ketika hanya dihadapkan oleh ayahnya, tanpa ada sosok ibu dalam waktu yang bersamaan. Kakak subjek juga memperkuat asumsi dengan mengatakan jika subjek lebih mudah takluk pada ayahnya. Meskipun pada beberapa kesempatan, subjek terlihat melakukan perintah ayahnya dengan setengah hati.

Kesimpulan

Tantrum adalah ledakan emosi yang kuat yang terjadi ketika remaja merasa lepas kendali, Tantrum adalah demonstrasi praktis dari apa yang dirasakan oleh remaja dalam dirinya. Akibat yang timbul dari tantrum ini cukup berbahaya misalnya remaja yang melampiaskan kekesalannya dengan cara menendang pintu dan memecahkan barang-barang yang ada di dalam rumah seperti kaca yang keras dapat mengakibatkan remaja menjadi cidera, remaja yang melampiaskan amarahnya dengan menyakiti dirinya sendiri, atau menyakiti orang lain, akan membuat remaja tersebut di jauh oleh orang-orang yang ada di sekitarnya sehingga remaja tersebut menganggap dirinya tidak dibutuhkan dimasyarakat. Anak remaja yang mengalami tantrum ini sebenarnya menggunakan tantrumnya untuk mencari perhatian sehingga orang tua terpaksa menuruti keinginan dari remaja tersebut ketika mengalami tantrum.

Seperti halnya yang dilakukan oleh subjek, tantrum yang muncul ketika

keinginannya tidak terpenuhi. Subjek merupakan anak yang sangat manja pada ibunya dan sangat bergantung akan banyak hal pada ibunya, salah satunya adalah pada urusan makan. Subjek selalu ingin makan disuapi oleh ibunya karena ingin makan sambil melakukan sesuatu, seperti sambil menonton tv atau bermain game di ponsel. Jikainginannya tidak dituruti, ia akan terus mengoceh, melakukan sesuatu yang membuat orang di sekitarnya menjadi jengkel, dan bahkan

tidak jarang berakhir dengan merajuk hingga menendang atau membanting sesuatu sampaiinginannya terpenuhi.

Dari intervensi yang sudah diberikan sebanyak 14 kali dalam kurun waktu 7 hari, ibu subjek masih sering menuruti keinginan subjek untuk makan disuapi karena takut subjek akan menciptakan kegaduhan di rumah dan membuat tetangga sekitar rumah menjadi terganggu.

Kepustakaan

- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- L.N., S. Y. (2004). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Lerman, D. C., Iwata, B. A., Shore, B. A., & Kahng, S. W. (1996). Responding maintained by intermittent reinforcement: Implications for the use of extinction with problem behavior in clinical settings. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 29(2), 153–171.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1901/jaba.1996.29-153>
- Martin, G., & Pear, J. (2015). *Modifikasi perilaku makna dan penerapannya* (Edisi Kesembilan). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mashar, R. (2011). *Emosi anak usia dini dan strategi pengembangan*. Jakarta: Kencana.
- Nurfadilah, M. F. I. (2021). Modifikasi perilaku anak usia dini untuk mengatasi temper tantrum pada anak. *Jurnal Pendidikan Anak*, 12(07).
- Ross, S. W., & Horner, R. H. (2009). Bully prevention in positive behavior support. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 42(4).
<https://doi.org/10.1901/jaba.2009.42-747>
- Setiawani, M. G. (2000). *Menerobos dunia anak*. Bandung: Yayasan Kalam Hidup.
- Shapiro, E. L. (2003). *Mengajarkan emotional intelligence pada anak*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Simatupang, M. (2019). Kebahagiaan pada wanita Plari Depo (Studi kualitatif-deskriptif di Nusa Tenggara Timur). *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 4(1), 37-46.
- Simatupang, M. (2020). Budaya organisasi sebagai variabel predictor terhadap organizational citizenship behavior pada karyawan koperasi. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 5(1), 8-19.
- Simatupang, M., Sadijah, N. A., & Hemasti, R. A. G. (2021). *The commuter family: Keharmonisan keluarga*. Eureka Media Aksara.

Siti Rahmawati, Arrafunnisa Fadhila
Vol 7 No 1
(ISSN 2528-1038)
(E-ISSN 2580-9598)
Juni 2022 – November 2022

Simatupang, M. (2017). Gambaran keharmonisan commuter family pada anggota brigade mobile kepolisian Sumatera Utara. *Analitika: Jurnal*

Magister Psikologi UMA, 9(1), 27-35.