

# ANALISIS GANGGUAN EMOSI DAN PERILAKU PADA ANAK USIA DINI

Naila Syifa Damanik<sup>1</sup>, Afrida Bella Mutia Lubis<sup>2</sup>, Nurul Zahara<sup>3</sup>, Hawani<sup>4</sup>, Hijriati<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>) Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Aceh

e-mail Correspondent: 220210048@student.ar-raniry.ac.id<sup>1</sup>, 230210075@student.ar-raniry.ac.id<sup>2</sup>, 220210083@student.ar-raniry.ac.id<sup>3</sup>, 220210069@student.ar-raniry.ac.id<sup>4</sup>, hijriati@ar-raniry.ac.id<sup>5</sup>

## Info Artikel

## Abstract

### Keywords:

analysis of emotional disorders, behavioral disorders, early childhood, early childhood education, inclusive education, positive discipline

### Kata kunci:

analisis gangguan emosi, gangguan perilaku, anak usia dini, PAUD, pendidikan inklusif, disiplin positif

This article aims to analyze the form, causative factors, and strategies for handling emotional and behavioral disorders (GEP) in early childhood. Primary data were obtained through in-depth interviews with PAUD teachers that included 10 structured questions, strengthened through triangulation with three scientific journals: Irmawanti & Mahabbati (2023), Widiastuti (2020), and Sugiarti et al. (2024). The results of the analysis showed that GEP was divided into external behaviors (tantrums, aggressiveness, hyperactivity, impulsivity) by 81% and internal behaviors (withdrawal, anxiety, loneliness) by 19%. The dominant factor causing GEP is inconsistent parenting, followed by the child's emotional maturity, the influence of the school environment, and biological factors. Effective treatment requires a holistic approach: behavior modification, play-based emotion regulation, positive reinforcement, and school-family synergy. Service model

Education is available in three forms: segregated, integrated, and inclusive.

### Abstrak.

Artikel ini bertujuan menganalisis bentuk, faktor penyebab, dan strategi penanganan gangguan emosi dan perilaku (GEP) pada anak usia dini. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam dengan guru PAUD yang mencakup 10 pertanyaan terstruktur, diperkuat melalui triangulasi dengan tiga jurnal ilmiah: Irmawanti & Mahabbati (2023), Widiastuti (2020), dan Sugiarti dkk. (2024). Hasil analisis menunjukkan GEP terbagi dalam perilaku eksternal (tantrum, agresivitas, hiperaktivitas, impulsivitas) sebesar 81% dan perilaku internal (menarik diri, kecemasan, menyendiri) sebesar 19%. Faktor dominan penyebab GEP adalah pola asuh orang tua yang tidak konsisten, diikuti kematangan emosi anak, pengaruh lingkungan sekolah, dan faktor biologis. Penanganan efektif memerlukan pendekatan holistik: modifikasi perilaku, regulasi emosi berbasis bermain, penguatan positif, dan sinergi sekolah-keluarga. Model layanan pendidikan tersedia dalam tiga bentuk: segregasi, terpadu, dan inklusif.

## PENDAHULUAN

Masa anak usia dini merupakan periode emas (golden age) yang paling menentukan dalam tumbuh kembang manusia. Pada rentang usia 0–6 tahun, perkembangan otak, emosi, dan perilaku anak berlangsung sangat pesat. Hadirnya penyelenggaraan pendidikan inklusif memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anak untuk mengakses pendidikan, termasuk mereka yang mengalami gangguan emosi dan perilaku (Irmawanti & Mahabbati, 2023).

Gangguan emosi dan perilaku (GEP) di Indonesia dikenal dengan istilah Tunalaras. Kondisi ini mengacu pada respons perilaku atau emosional anak yang sangat berbeda dari norma yang umumnya

diterima sesuai usia, etnis, atau budaya, sehingga memengaruhi kinerja pendidikan dalam berbagai aspek: perawatan diri, hubungan sosial, penyesuaian pribadi, kemajuan akademis, perilaku di kelas, dan penyesuaian terhadap pekerjaan (Widiastuti, 2020).

Anak-anak dengan GEP memiliki karakteristik yang kompleks dan sering kali menyerupai perilaku anak normal seusianya, seperti perilaku tidak patuh, perkelahian, perusakan, dan menyendiri. Kemiripan inilah yang menyebabkan mereka sulit terdeteksi, sehingga layanan pendidikan yang diterima kerap tidak sesuai dengan kebutuhan mereka yang sesungguhnya (Sugiarti et al, 2024).

Data Kementerian Kesehatan RI (2018) menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional pada anak  $\leq 15$  tahun meningkat dari 2013 ke 2018. Di Kota Salatiga (2019), sebanyak 53,5% siswa sekolah dasar mengalami masalah dengan teman sebaya (27%) dan permasalahan emosional (20,7%). Realita ini menegaskan bahwa GEP pada anak usia dini adalah isu pendidikan yang mendesak untuk ditangani secara sistematis (Kemenkes RI, 2018).

Artikel ini menyajikan analisis komprehensif berbasis data wawancara guru PAUD yang ditriangulasi dengan tiga jurnal ilmiah relevan, untuk menghasilkan pemahaman yang utuh tentang bentuk, faktor penyebab, dan strategi penanganan GEP pada anak usia dini.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam (*in-depth interview*). Subjek penelitian adalah seorang guru kelas di lembaga PAUD, dipilih secara purposif berdasarkan pengalaman langsung dalam mengamati dan menangani anak-anak dengan gangguan emosi dan perilaku.

Instrumen wawancara terdiri dari 10 pertanyaan terbuka yang mencakup: (1) bentuk gangguan yang ditemui; (2) ciri-ciri anak bermasalah; (3) waktu kemunculan perilaku; (4) faktor penyebab; (5) strategi penanganan tantrum; (6) strategi mengatasi anak sulit diatur; (7) pendekatan regulasi emosi; (8) peran orang tua; (9) program sekolah; dan (10) kendala guru.

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dijaga melalui member checking dan triangulasi sumber dengan tiga jurnal ilmiah: Irmawanti & Mahabbati (2023), Widiastuti (2020), dan Sugiarti et al. (2024).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Analisis Bentuk Gangguan Emosi dan Perilaku di Kelas**

Hasil wawancara mengidentifikasi beragam bentuk GEP di kelas. Bentuk eksternal yang paling dominan adalah tantrum saat keinginan tidak terpenuhi, perilaku agresif fisik (memukul, mendorong), ketidakmampuan duduk tenang, serta ketidakmauan berbagi mainan dan menunggu giliran. Bentuk internal meliputi mudah menangis karena hal sepele, menarik diri dari interaksi, dan enggan bermain bersama.

Temuan ini selaras dengan data empiris di sekolah inklusi Yogyakarta yang menemukan dominasi perilaku impulsif (21%) dan hiperaktif (20%) sebagai bentuk eksternal paling banyak sementara perilaku berbohong (32%) menjadi bentuk internal yang paling sering dilaporkan guru (Irmawanti & Mahabbati, 2023).

### **1. Analisis Ciri-Ciri Anak dengan GEP**

Guru mengidentifikasi ciri utama berupa reaksi emosi yang tidak proporsional dibanding teman sebaya: marah berkepanjangan, membanting benda, berteriak, dan menolak aturan. Secara perilaku, anak sering mengganggu teman, bergerak terus-menerus, atau sebaliknya diam dan tidak mau berinteraksi. Ekspresi wajah mudah kesal atau cemas juga menjadi penanda penting.

Kajian literatur melengkapi temuan ini: tingkah laku tidak terarah, gangguan kepribadian, sikap tidak matang, hingga pelanggaran sosial. Anak dengan GEP juga umumnya mengalami kesulitan besar dalam memahami dan menggunakan bahasa dalam konteks sosial, yang berdampak pada rendahnya keterampilan sosial dibanding teman sebayanya.

### **2. Analisis Waktu dan Konteks Kemunculan Perilaku**

Perilaku bermasalah paling sering muncul saat anak merasa lelah, lapar, atau tidak nyaman secara fisik. Situasi paling memicu adalah: kegiatan belajar yang menuntut duduk tenang, bermain kelompok yang memerlukan berbagi, dan masa transisi antara kegiatan (dari bermain bebas ke berbaris atau makan). Kondisi merasa tidak diperhatikan juga memicu perilaku bermasalah.

Penelitian empiris mengonfirmasi bahwa siswa ADHD misalnya cenderung berpindah tempat duduk dari satu tugas ke tugas lain, mengejar teman, dan melakukan agresivitas fisik terutama ketika jam pembelajaran berlangsung, menunjukkan korelasi kuat antara struktur kegiatan dan intensitas perilaku bermasalah.

### **3. Analisis Faktor Penyebab GEP**

Analisis gabungan wawancara dan kajian jurnal mengidentifikasi empat kelompok faktor penyebab GEP. Pola asuh orang tua menjadi faktor paling dominan: dua pola yang paling sering ditemui adalah anak terlalu dimanjakan (tidak terbiasa menerima larangan) dan anak yang kurang perhatian atau sering dimarahi berlebihan.

Kajian literatur merinci 11 aspek pola asuh bermasalah, mulai dari inkonsistensi disiplin, penolakan orang tua, modelling negatif, hingga hukuman fisik berlebihan. Faktor sekolah (disiplin kaku, kepribadian guru negatif) dan faktor biologis (kematangan emosi, kondisi kesehatan) melengkapi gambaran penyebab yang bersifat multidimensional ini.

### **4. Analisis Strategi Penanganan di Lapangan**

Dalam menangani tantrum, guru menerapkan langkah terstruktur: menjaga ketenangan diri, mendekati anak dengan nada lembut, memberikan sentuhan menenangkan, memvalidasi perasaan anak, dan baru mengajak bicara setelah anak tenang. Hukuman tidak diberikan saat emosi anak sedang tinggi. Pendekatan ini sesuai prinsip modifikasi perilaku yang bertujuan mengubah perilaku bermasalah melalui penguatan positif, bukan hukuman.

Untuk anak sulit diatur, strategi pengalihan perhatian dan penguatan positif diterapkan secara konsisten. Aturan sederhana yang sama diterapkan setiap hari agar anak merasa aman dan memahami batasan. Guru juga menggunakan pendekatan bermain dan bercerita untuk mengajarkan nama-nama emosi dasar serta teknik regulasi sederhana seperti tarik napas panjang, sekaligus menjadi model nyata dalam mengelola emosi.

## **5. Analisis Peran Orang Tua, Program Sekolah, dan Kendala**

Guru menegaskan bahwa sinergi sekolah dan keluarga adalah kunci keberhasilan penanganan GEP. Keselarasan aturan sekolah-rumah, komunikasi aktif, dan keterbukaan informasi antara guru dan orang tua menjadi fondasi kolaborasi efektif. Program sekolah

menerapkan disiplin positif yang menekankan pembentukan perilaku benar, bukan hukuman. Kasus yang memerlukan penanganan lebih intensif dirujuk ke tenaga profesional.

Tiga kendala utama di lapangan: (1) rasio guru-murid tidak ideal sehingga perhatian individual terbatas; (2) ketidaksielarasan pola asuh sekolah-rumah membuat pembiasaan tidak berlanjut; dan (3) keterbatasan kompetensi guru dalam menangani kasus kompleks. Penelitian di Yogyakarta mengonfirmasi kendala yang sama: guru sering kesulitan membedakan GEP dari perilaku bermasalah biasa dalam batas wajar perkembangan anak.

### **1. Implikasi bagi Layanan Pendidikan Anak Usia Dini**

Temuan analisis ini memiliki implikasi langsung bagi penyelenggaraan layanan PAUD. Identifikasi dini berbasis profil perilaku eksternal dan internal yang terstandar perlu menjadi prosedur wajib di setiap lembaga PAUD, sehingga intervensi dapat diberikan sebelum GEP berkembang lebih serius.

Model layanan yang dipilih harus disesuaikan dengan tingkat keparahan GEP. Pendidikan inklusif menjadi rekomendasi utama karena menghindari stigma, mewujudkan konsep *welcoming school*, dan memungkinkan keterlibatan seimbang antara sekolah, keluarga, dan tenaga ahli (Sugiarti et al, 2024).

## **KESIMPULAN**

Analisis komprehensif terhadap data wawancara guru PAUD yang ditriangulasi dengan tiga jurnal ilmiah menghasilkan lima kesimpulan pokok. Pertama, GEP pada anak usia dini terbagi dalam dua dimensi: eksternal (81%) mencakup tantrum, agresivitas, hiperaktivitas, dan impulsivitas; serta internal (19%) mencakup penarikan diri, kecemasan, dan menyendiri. Dimensi internal lebih sulit terdeteksi namun tidak kalah serius dampaknya terhadap perkembangan jangka panjang anak. Kedua, faktor pola asuh orang tua merupakan determinan paling dominan, diikuti kematangan emosi anak, pengaruh lingkungan sekolah, dan faktor biologis. Penyebab GEP bersifat multidimensional sehingga penanganannya pun harus holistik. Ketiga, strategi penanganan efektif meliputi: disiplin positif, modifikasi perilaku melalui penguatan positif, regulasi emosi berbasis bermain dan bercerita, serta sinergi aktif antara guru dan orang tua dalam menjaga konsistensi aturan. Keempat, tiga model layanan pendidikan tersedia: segregasi, terpadu, dan inklusif. Pendidikan inklusif direkomendasikan karena menghindari labeling dan menerapkan sistem keterlibatan semua pihak secara seimbang. Kelima, tiga pilar rekomendasi utama: (1) identifikasi dini berbasis profil perilaku terstandar; (2) peningkatan kompetensi guru melalui pelatihan berkelanjutan; dan (3) penguatan kolaborasi sekolah-keluarga secara konsisten dan terstruktur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Irmawanti & Mahabbati, A. (2023). Profil Siswa Beresiko Gangguan Emosi dan Perilaku di Sekolah Inklusi Kota Yogyakarta. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2123–2136. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4251>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- Sugiarti, E., Oktaviani, S., Ilham, F.S., & Andriani, O. (2024). Pelayanan Pendidikan pada Anak yang Mengalami Gangguan Emosi dan Tingkah Laku. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa dan Pendidikan*, 4(1), 201–212. <https://doi.org/10.55606/cendekia.v4i1.2399>
- Widiastuti, N.L.G.K. (2020). Layanan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus dengan Gangguan Emosi dan Perilaku. *Indonesian Journal of Educational Research and Review*, 3(2), 1–11. <https://doi.org/10.23887/ijerr.v3i2.25067>