

**PERBEDAAN EFEKTIVITAS SENAM OTAK DENGAN MELUKIS
MENGUNAKAN JARI TERHADAP PERILAKU TEMPER TANTRUM
PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI TK AMANAH ANTANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Meraih Gelar
Sarjana Keperawatan Jurusan Keperawatan Pada
Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan
UIN Alauddin Makassar

Oleh:

NUR ASIA
(70300113037)

**JURUSAN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ALAUDDIN
MAKASSAR
2020**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kesadaran, penyusun yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya penyusun sendiri. Jika di kemudian hari terbukti bahwa ini merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Gowa, 26 Juni 2020

Penyusun

NUR ASIA

NIM: 70300113037

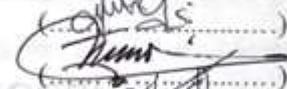
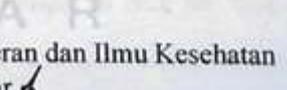


PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul, "Perbedaan Efektifitas Senam Otak Dengan Melukis Menggunakan Jari Terhadap Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah di TK Amanah Antang" yang disusun oleh **Nur Asia**, NIM: 70300113037, Mahasiswa Jurusan Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar, telah diuji dan dipertahankan dalam sidang *Munaqasyah* yang diselenggarakan pada hari Jum'at, 26 Juni 2020 dinyatakan telah dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Kesehatan, Jurusan Keperawatan.

Gowa, 26 Juni 2020 M
4 Dzulqa'dah 1441 H

DEWAN PENGUJI:

Ketua	: <u>Dr. dr. Syatirah Jalaluddin Sp.A., M.Kes</u> (.....)	
Sekretaris	: <u>Dr. Muh. Anwar Hafid, S.Kep., Ns., M.Kes</u> (.....)	
Munaqisy I	: <u>Dr. Arbianingsih, S.Kep., Ns., M.Kes</u> (.....)	
Munaqisy II	: <u>Dr. H. Supardin, M.HI</u> (.....)	
Pembimbing I	: <u>Huriati., S.Kep., Ns., M.Kes</u> (.....)	
Pembimbing II:	<u>Dr. Nur Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kes</u> (.....)	

Diketahui oleh:

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
UIN Alauddin Makassar



NIP: _____

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur kehadirat Allah swt, atas rahmat dan hidayah-Nya yang masih tercurah kepada penulis. Shalawat dan salam tak lupa pula dikirimkan kepada Nabi Muhammad saw yang telah mengantarkan manusia dari alam kegelapan menuju ke alam yang terang benderang sampai sekarang ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Sarjana Keperawatan di Universitas Islam Negeri (UIN) Alauddin Makassar Tahun Akademik 2020, dengan judul penelitian **“Perbedaan Efektivitas Senam Otak Dengan Melukis Menggunakan Jari Terhadap Perilaku Temper Tantrum pada Anak Usia Pra Sekolah”**.

Dalam penyusunan skripsi ini, penyusun telah banyak dibantu oleh berbagai pihak. Segala kerendahan hati penyusun menghaturkan terima kasih, dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Nenek, Ibu, dan Kakek yang tercinta terkasih, tersayang serta sebagai sumber inspirasi terbesar dan semangat hidupku menggapai cita Nenda **Sabintang Dg Ti'no**, Ibunda Rostinah, Kakek **Mustafa Dg Lallo** atas kasih sayang, bimbingan, dukungan, motivasi serta doa restu, terus mengiringi perjalanan hidup penulis hingga sekarang sampai di titik ini. Untuk segenap keluarga besar yang telah memberikan kasih sayang, arahan, bantuan secara moril dan materiil serta nasehatnya dalam menghadapi tantangan dan rintangan selama melakukan penyelesaian studi.

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu **Huriati, S.Kep., Ns., M.Kes** selaku Pembimbing I dan Ibu **Dr. Nur Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kes** selaku Pembimbing II yang dengan sabar, tulus, dan ikhlas meluangkan waktu,

tenaga, dan pikiran memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya tak lupa pula saya sampaikan kepada Ibu Dr. **Arbianingsih, S.Kep., Ns., M.Kes** selaku Penguji I dan **Bapak Dr. H. Supardin, M.Hi** selaku Penguji II yang telah memberi masukan berupa saran yang sangat membangun kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Demikian pula ucapan terima kasih yang tulus, rasa hormat dan penghargaan yang tak terhingga, kepada:

1. Rektor UIN Alauddin Makassar **Prof. Drs. Hamdan Juhanis M.A, Ph.D** beserta seluruh jajarannya.
2. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar Dr. dr. **Syatirah, S.Ked., Sp.A., M.Kes**, para wakil dekan, dan seluruh staf akademik yang memberikan bantuan yang berarti kepada penyusun selama mengikuti pendidikan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.
3. Bapak **Dr. Muh. Anwar Hafid, S.Kep., Ns., M.Kes** selaku Ketua Prodi Ilmu Keperawatan dan Ibu **Hasnah, S.SIT., S.Kep., Ns., M.Kes** sebagai Sekretaris Prodi Keperawatan dan dosen-dosen pengajar yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat serta seluruh staf Prodi Keperawatan yang telah banyak membantu dalam proses administrasi dalam rangka penyusunan skripsi ini.
4. Kepala Sekolah TK Amanah Antang beserta guru dan jajarannya yang telah membantu dan memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian hingga selesai.

5. Kepala Sekolah Al-Husna Tahfidz, Ustadz Asy'ari Baharuddin beserta seluruh pengurus yayasan dan para ustadzah yang telah membantu dan memberikan semangat selama penyelesaian skripsi ini
6. Sahabat-sahabatku, Cahyani M Bandaso, S.Kep dan kawan-kawan seperjuanganku keperawatan 2013 (Am13ulasi) yang sudah membantu memberi begitu banyak inspirasi, inovasi, dan motivasi serta semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Sahabat-sahabatku di HT Kak Nisa, Hylal, Zayn, Naz yang meskipun mata tak pernah bertatap secara langsung namun bantuan dan dukungannya selalu mengalir dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga kebaikan yang diberikan kepada peneliti dapat bernilai ibadah disisi Allah swt. Peneliti mengharapkan kritik dan saran sehingga penelitian di masa mendatang akan lebih baik. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi bahan acuan bagi perkembangan ilmu keperawatan. *Aamiin Yaa Rabbal Alamin.*

Gowa, 22 Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR BAGAN	viii
DAFTAR GRAFIK	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Hipotesis Penelitian.....	8
D. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat penelitian	10
G. Kajian Pustaka.....	10

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Perilaku	16
1. Pengertian Perilaku	16
2. Pengelompokan Perilaku.....	16
3. Pembentukan Perilaku.....	17
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku	18

A. Tinjauan Umum Tantrum.....	19
1. Pengertian Tantrum.....	19
2. Jenis-Jenis Tantrum.....	20
3. Faktor-Faktor Penyebab Tantrum	21
4. Perilaku Tantrum Menurut Tingkatan Usia	24
5. Cara Mengatasi Tantrum Anak	24
B. Tinjauan Umum Anak Prasekolah	26
1. Pengertian Anak Prasekolah.....	26
2. Perkembangan Anak Prasekolah.....	26
3. Pendidikan Anak Prasekolah.....	30
C. Tinjauan Umum Senam Otak.....	32
1. Pengertian Senam Otak	32
2. Manfaat Senam Otak.....	33
3. Ragam Gerak Senam Otak	33
4. Mekanisme Senam Otak.....	37
5. Mekanisme Senam Otak Terhadap Tantrum.....	39
D. Tinjauan Umum Melukis Dengan Jari	40
1. Pengertian Melukis Dengan Jari	40
2. Tujuan Melukis Dengan Jari	41
3. Alat Dan Bahan Melukis Dengan Jari.....	42
4. Langkah-Langkah Melukis Dengan Jari	43
5. Mekanisme Melukis Dengan Jari Terhadap Tantrum.....	44
E. Kerangka Teori.....	46

F. Kerangka Konsep	47
G. Alur Penelitian	48
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian	49
C. Populasi dan Sampel	50
D. Teknik Pengumpulan Data	52
E. Pengumpulan Data	52
F. Instrumen Penelitian	53
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	54
H. Pengolahan dan Analisis Data	55
I. Etika Penelitian	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	59
B. Hasil Penelitian	60
C. Pembahasan	66
D. Keterbatasan Penelitian	78
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	81

DAFTAR TABEL

Nomor Tabel	Halaman
Tabel 1.1 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	11
Tabel 1.2 Kajian Pustaka.....	15
Tabel 3.1 Distribusi Item Temper Tantrum Verbal dan Nonverbal.....	54
Tabel 4.1 Karakteristik Responden.....	60
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas.....	64
Tabel 4.4 Hasil Uji Wilcoxon.....	65
Tabel 4.4 Hasil Uji Mann Whitney.....	66



DAFTAR BAGAN

Nomor Bagan	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	46
Bagan 2.2 Kerangka Konsep	47
Bagan 2.3 Alur Penelitian.....	48



DAFTAR GRAFIK

Nomor Grafik	Halaman
Grafik 2.1 Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Tantrum Anak Pra Sekolah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam Otak.....	62
Grafik 2.2 Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Tantrum Anak Pra Sekolah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Melukis dengan Jari	63



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Naskah Penjelasan Untuk Mendapatkan Persetujuan Dari Subjek Penelitian
- Lampiran II Formulir Persetujuan Mengikuti Penelitian Setelah Mendapat Penjelasan
- Lampiran III Instrumen Penelitian (Temper Tantrum Rating Scale)
- Lampiran IV Standar Operasional Prosedur (SOP) Senam Otak
- Lampiran V StandarOperasional Prosedur (SOP) Melukis Dengan Jari
- Lampiran VI Dokumentasi Penelitian
- Lampiran VII Master Tabel
- Lampiran VIII Uji SPSS
- Lampiran IX Surat Ijin Penelitian

ABSTRAK

Nama : Nur Asia

NIM : 70300113037

Judul : Perbedaan Efektivitas Senam Otak dengan Melukis Menggunakan Jari Terhadap Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah di TK Amanah Antang

Perilaku tantrum merupakan sesuatu yang wajar dalam tahap perkembangan emosional anak, namun apabila tidak ditangani dengan tepat maka akan mempengaruhi perkembangan emosi di masa selanjutnya. Dimana terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan perilaku tantrum adalah senam otak dengan melukis menggunakan jari. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas senam otak dengan melukis menggunakan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia pra sekolah.

Penelitian ini dilaksanakan di TK Amanah Antang pada bulan Januari – Februari 2020 dengan metode penelitian berupa *Quasi Eksperimental* dengan pendekatan *two group pre-post test design*. Analisa data menggunakan *uji wilcoxon signed rank test* dan *uji mann whitney test*. Jumlah sampel sebanyak 22 anak dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Perilaku tantrum anak diukur dengan menggunakan *temper tantrum rating scale*.

Hasil penelitian ini didapatkan $p\ value = 0,044 < 0,05$ yang berarti ada perbedaan efektivitas senam otak dengan melukis menggunakan jari. Dimana skor tantrum pada kelompok senam otak lebih rendah dibanding kelompok melukis dengan jari. Namun keduanya sama-sama efektif dalam menurunkan tantrum.

Kata Kunci: Tantrum, Senam otak, Melukis menggunakan jari, Anak pra sekolah

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa anak adalah fase perkembangan manusia yang sangat penting. Pada masa ini, anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat menuju usia remaja, sehingga sangat menentukan bentuk fisik dan psikologi seseorang dimasa dewasa (Mulyanti dan Rahayu, 2013: 144). Ada lima aspek perkembangan pada anak yang perlu distimulasi, yaitu nilai agama dan moral, perkembangan bahasa, perkembangan kognitif, perkembangan sosial emosional dan perkembangan fisik motorik. Apabila kelima aspek tersebut tidak distimulasi secara optimal maka anak akan mengalami suatu hambatan dalam perkembangannya (Wulansari, 2015: 2).

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 di masa yang akan datang (Nugraha dan Yeni, 2005: 55). Beberapa masalah perkembangan emosi yang umum terjadi pada anak usia prasekolah salah satunya yaitu temper tantrum.

Temper tantrum (untuk selanjutnya disebut tantrum) adalah suatu ledakan amarah yang sering terjadi pada anak usia tiga sampai enam tahun (usia prasekolah) yang ditandai dengan tindakan menangis, menjerit-jerit,

berguling-guling, memukul dan aktivitas destruktif lainnya (Hidayah, dkk., 2015: 161). Selain itu, tantrum juga dapat disertai dengan kebiasaan mencakar dan mencubit orang lain. Bila bermain, anak tampak kecenderungan mendorong temannya hingga jatuh serta melempar mainan atau benda yang dipegang secara berlebihan (Habibi, 2018: 71).

Fenomena tantrum telah banyak menjadi sorotan, hal tersebut bahkan menjadi viral dalam beberapa surat kabar diantaranya TribunNews.com memberitakan seorang anak perempuan mengamuk sampai tiduran di jalanan di Kebun Binatang Gembira Loka Yogyakarta lantaran sang anak meminta sesuatu yang tak diperbolehkan. Hal serupa terjadi di Lamasi, Kabupaten Luwu, Sulawesi Selatan. Sebagaimana yang ditulis oleh Hikmah dalam Grid.id Senin, 10 Juni 2019, bahwa seorang bocah laki-laki terlihat menangis hingga meraung-raung di pinggir jalan lantaran ingin berselancar di dunia maya dengan gadgetnya namun jaringan di tempat kakeknya belum sempurna. Kejadian ini cukup menghebohkan sehingga membuat arus lalu lintas tersendat. Selain itu, kejadian tantrum lainnya juga diberitakan oleh TribunKaltim.co dimana seorang bocah laki-laki asal Tiongkok mengalami tantrum dan mengamuk di sebuah rumah sakit yang ada di Guangzhou lantaran sang ibu melarangnya untuk bermain smartphone. Tidak hanya itu, dalam video berdurasi 8 menit yang diunggah pun tampak sang bocah melayangkan tendangan berkali-kali kepada ibunya didepan umum.

Menurut penelitian tentang perilaku anak yang dilakukan oleh Waksclag, dkk (2012: 1) diketahui bahwa dari 1490 subjek 83,7% anak

prasekolah terkadang mengalami tantrum dan hanya 8,6% yang setiap hari mengalami tantrum. Hal ini diperkuat oleh penelitian Mireault dan Trahan (2007: 4) yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran awal mengenai perilaku tantrum. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dari 33 orang responden terdapat 26 orang (79%) melaporkan frekuensi tantrum anaknya dalam kategori sering terjadi, dengan rincian 12 responden melaporkan tantrum terjadi harian, dan 14 responden melaporkan tantrum terjadi mingguan. Sedangkan, 7 orang sisanya melaporkan frekuensi tantrum sangat kurang, dari yang terjadi kurang sekali sebulan sampai yang tidak pernah.

Di Indonesia, penelitian serupa juga telah dilakukan oleh Yuni Astuti mengenai perilaku tantrum anak usia 5-6 tahun di Desa Bener Kecamatan Wonosobo tahun 2016, diketahui bahwa dari 32 orang, 8 orang (25%) diantaranya berada pada kategori tinggi, 21 orang (65,63%) berada pada kategori sedang, dan 3 orang (9,37%) berada pada kategori rendah (Astuti, 2016: 61).

Proses munculnya dan terbentuknya tantrum pada anak, biasanya berlangsung diluar kesadaran anak. Dimana tantrum sering terjadi karena anak merasa frustrasi dengan keadaannya sedangkan dia tidak mampu mengungkapkan perasaannya dengan kata-kata atau ekspresi yang diinginkannya, keinginan mencari perhatian, perkembangan pribadi anak dan kesalahan pola asuh orangtua misalnya anak yang terlalu sering dimanjakan dan selalu mendapatkan apa yang diinginkan bisa tantrum ketika permintaannya ditolak (Sudarwati, 2017: 1). Selain itu, ketidakkonsistenan

orangtua dalam menerapkan aturan juga menjadi salah satu aspek yang dapat memancing perilaku tantrum (Syamsuddin, 2013: 2). Oleh karena itu diperlukan peran dari orangtua dalam mendidik dan menjaga anak dengan sebaik-baiknya karena anak merupakan amanah (titipan) dari Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, selain itu anak juga merupakan ujian bagi setiap orangtua sebagaimana firman Allah dalam QS. al-Anfal/8: 28.

وَأَعْلَمُوا أَنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ

Terjemahnya:

Dan ketahuilah, bahwa hartamu dan anak-anakmu itu hanyalah sebagai cobaan dan Sesungguhnya di sisi Allah-lah pahala yang besar (Kementrian Agama RI, 2014: 180).

Ayat tersebut menjelaskan salah satu ujian yang diberikan Allah kepada orangtua adalah anak-anak mereka. Anak menjadi cobaan bukan saja ketika orang tua terdorong oleh cinta kepadanya sehingga ia melanggar, tetapi juga dalam kedudukan anak sebagai amanat Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*. Allah menguji manusia melalui anaknya untuk melihat apakah ia memelihara secara aktif, yakni mendidik dan mengembangkan potensi-potensi anak agar menjadi manusia sebagaimana yang dikehendaki Allah yakni menjadi hamba Allah sekaligus khalifah di dunia. Mengabaikan tugas ini adalah salah satu bentuk penghianatan terhadap Allah dan amanat yang dititipkannya kepada manusia (Shibab, 2002: 513).

Secara tipikal tantrum mulai terjadi pada saat anak mulai membentuk *sense of self* yaitu pada usia 2-4 tahun. Pada usia ini anak sudah cukup untuk memiliki perasaan “me” dan “my wants”, tetapi mereka belum memiliki

keterampilan yang memadai bagaimana cara memuaskan keinginan mereka secara tepat. Alhasil anak mengekspresikan keinginannya melalui perilaku tantrum (Syamsuddin, 2013: 76). Dimana perilaku ini bisa menjadi sifat yang menetap pada anak ketika menjelang dewasa apabila terlambat ditangani oleh orang tua ((Rahayuningsih, 2014: 34).

Perilaku tantrum tidak selamanya merupakan hal yang negatif bagi perkembangan anak. Dimana jika ditelaah lebih dalam, tantrum juga memiliki beberapa hal positif seperti anak memiliki keinginan menunjukkan independensinya, mulai mengekspresikan individualitasnya, mengeluarkan rasa marah dan frustrasi, serta berusaha membuat orang dewasa atau orang tua mengerti saat anak merasa bingung, lelah atau sakit. Namun demikian, bukan berarti bahwa tantrum sebaiknya harus dipuji dan disemangati. Dengan bertindak keliru dalam menyikapi tantrum, orang tua juga menjadi kehilangan satu kesempatan baik untuk mengajar anak tentang bagaimana caranya bereaksi terhadap emosi-emosi yang normal seperti: marah, jengkel, frustrasi dan takut. Selain itu, tantrum juga dapat menjadi masalah yang serius apabila ini menjadi cara pemecahan masalah favorit bagi anak untuk mendapatkan keinginannya dan mendapatkan perhatian dari orang-orang disekelilingnya (Suwarni, dkk. 2017: 2).

Berdasarkan penelitian Mireault dan Jessica (2007: 7) ditemukan bahwa orangtua sering sekali merespon anak yang tantrum dengan cara yang tidak tepat, yakni 59% mencoba menenangkan anak, 37% mengacuhkan dan sebanyak 31% menyuruh anak diam. Data ini menunjukkan bahwa orang tua

sering keliru ketika menghadapi anak yang mengalami tantrum. Karena itulah penting sekali bagi orangtua untuk mengetahui cara mengatasi tantrum secara tepat.

Beberapa studi terdahulu menyatakan intervensi yang terbukti dapat menurunkan perilaku tantrum diantaranya senam otak dan melukis dengan jari. Senam otak merupakan serangkaian latihan berbasis gerakan tubuh sederhana yang sangat praktis karena bisa dilakukan dimana saja, kapan saja dan oleh siapa saja. Senam otak mempunyai tiga dimensi yaitu dimensi lateralis, dimensi pemfokusan dan dimensi pemusatan. Dimensi lateralis bertujuan untuk mengoptimalkan kemampuan belajar. Dimensi pemfokusan digunakan untuk membantu kesiapan dan konsentrasi untuk menerima sesuatu yang baru dan mengekspresikan apa saja yang sudah diketahui. Dimensi pemusatan dan otak besar mampu meningkatkan energi yang menyangkut berjalan, mengorganisasi dan tes atau ujian. Hal ini bermanfaat untuk membantu seluruh potensi dan keterampilan yang dimiliki serta mengontrol emosi (Sudarwati, 2017: 4).

Menurut penelitian yang telah dilakukan Yuniarto selama enam kali dalam seminggu di TK Al-Ikhlas Nglempongsari Ngaglik Sleman tahun 2014 tentang pengaruh senam otak terhadap temper tantrum pada anak usia prasekolah didapatkan bahwa ada perbedaan yang bermakna secara statistik perilaku temper tantrum pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen karena Asymp. Sign (2-tailed) 0,000 kurang dari 0,01 ($p < 0,01$). Sehingga

dapat diartikan terdapat pengaruh senam otak terhadap perilaku temper tantrum anak prasekolah.

Adapun melukis dengan jari merupakan kegiatan membuat gambar yang dilakukan dengan cara menggoreskan adonan warna (bubur warna) secara langsung dengan jari tangan secara bebas di atas bidang gambar (Sumanto, 2005: 53). Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan penyaluran dalam mengungkapkan emosi dan perasaan anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suzanti tahun 2014 berjudul efektivitas melukis dengan jari untuk menurunkan perilaku temper tantrum pada anak KB PK Yogyakarta yang menggunakan model penelitian eksperimen subjek tunggal dengan jumlah subjek 3 anak, mengemukakan bahwa melukis dengan jari efektif untuk menurunkan perilaku temper tantrum anak. Hal ini disebabkan karena adanya rangsangan pelepasan endorfin kedalam aliran darah akibat sentuhan langsung jari pada cat warna yang menarik dan basah. Endorfin itu kemudian berinteraksi dengan reseptor opiat di otak untuk mengurangi persepsi nyeri serta stres dan bertindak serupa dengan obat-obatan seperti morfin dan kodein. Dengan adanya kadar endorfin yang tinggi dapat mengurangi tantrum akibat stress (Suzanti, 2014: 2).

Senam otak dan melukis dengan jari dinyatakan efektif dalam menurunkan tantrum pada anak pra sekolah. Namun, belum diketahui sejauhmana efektifitas dari masing-masing intervensi tersebut. Oleh karenanya, peneliti tertarik untuk membandingkan dan mengetahui

sejauhmana efektifitas antara senam otak dengan melukis menggunakan jari dalam menurunkan tantrum pada anak usia pra sekolah.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Perbedaan Efektivitas Senam Otak dengan Melukis Menggunakan Jari Terhadap Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas dapat di rumuskan permasalahan “Bagaimana Perbedaan Efektivitas Senam Otak dengan Melukis Menggunakan Jari Terhadap Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah?”

C. Hipotesis

1. Hipotesis Nol (Ho) :

Tidak ada perbedaan efektifitas senam otak dengan melukis menggunakan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah.

2. Hipotesis Alternatif (Ha) :

Ada perbedaan efektifitas senam otak dengan melukis menggunakan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah.

D. Definisi Operasional Dan Kriteria Objektif

Tabel 1.1 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Dependen: Temper Tantrum	Perilaku temper tantrum diukur menggunakan kuesioner yang diberikan kepada	Kuesioner temper tantrum yang diadopsi	Hasil pengukuran dikelompokkan berdasarkan: 1. Temper tantrum rendah: 0-7	Ordinal

	<p>orang tua sebelum dilakukan treatment (<i>pretest</i>). Kemudian dilakukan treatment berupa senam otak dan melukis dengan jari. Setelah itu dilakukan pengukuran (<i>post test</i>) menggunakan kuesioner satu pekan setelah dilakukan percobaan.</p>	<p>dari penelitian Joko Yunianto yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Kuesioner ini terdiri dari 21 pertanyaan yang diberikan kepada orang tua.</p>	<p>2. Temper tantrum sedang: 8-14 3. Temper tantrum tinggi : 15-21</p>	
<p>Variabel Independen: Senam otak</p>	<p>Intervensi yang terdiri dari 6 gerakan yaitu gerakan silang, putar kepala, pernapasan perut, burung hantu, tumbol angkasa, dan titik positif. Senam otak ini diberikan 7 hari berturut - turut selama 30 menit dalam sekali sehari (SOP terlampir)</p>	-	-	-
<p>Melukis dengan jari</p>	<p>Melukis dengan menggoreskan bubuk warna di atas kertas gambar secara langsung menggunakan jari. Kegiatan ini dilakukan 7 hari berturut-turut selama 30 menit dalam sekali sehari (SOP terlampir).</p>	-	-	-

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketuainya perbedaan efektivitas senam otak dengan melukis menggunakan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah di TK Amanah Antang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya efektivitas senam otak terhadap perilaku tantrum anak usia pra sekolah.
- b. Diketuainya efektivitas melukis dengan jari terhadap perilaku tantrum anak usia pra sekolah.
- c. Diketuainya perbedaan gambaran efektivitas senam otak dengan melukis menggunakan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai salah satu acuan pengembangan aplikasi dari teori keperawatan khususnya keperawatan anak dan data dasar untuk pengembangan intervensi lanjutan dan untuk meningkatkan pengetahuan tentang temper tantrum khususnya pada anak usia prasekolah.

2. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, wawasan serta pengalaman didalam melakukan penelitian khususnya terkait temper tantrum pada anak prasekolah dengan

menggunakan intervensi senam otak dan melukis dengan jari. Selain itu, juga dapat menjadi referensi dan masukan untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Masyarakat

Dapat dijadikan sebagai informasi, pengetahuan sekaligus pendidikan untuk masyarakat bagi yang memiliki anak dengan temper tantrum dengan ini dapat diberikan senam otak dan melukis dengan jari.

G. Kajian Pustaka

Tabel 1.2 Kajian Pustaka

No.	Nama Peneliti	Judul	Tujuan	Metode	Hasil	Perbedaan dan persamaan dengan riset
1.	Joko Yunianto (2014)	Pengaruh senam otak terhadap perilaku tantrum pada anak usia pra sekolah di TK Al-Ikhlas Nglempongsari Ngaglik Sleman	Mengetahui pengaruh senam otak terhadap perilaku tantrum pada anak usia pra sekolah Di TK Al-Ikhlas Nglempongsari Ngaglik Sleman	<i>Quasi Eksperimen dengan rancangan one group pretest-posttest control group design</i>	Hasil uji <i>independent t-test</i> didapatkan bahwa ada pengaruh senam otak terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah dengan t hitung 8,060 Asymp.sig 0,000 ($p < 0,01$).	<p>Perbedaan: Terletak pada variabel independen dimana penelitian ini hanya menggunakan satu variabel independen yaitu senam otak sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua variabel independen yaitu senam otak dan melukis dengan jari.</p> <p>Persamaan: Terletak pada variabel</p>

						dependen dan metode penelitian yang akan digunakan yaitu pengaruh senam otak terhadap tantrum dengan metode quasi eksperimen.
2.	Wiwik Sudarwati (2016)	Pengaruh senam otak terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah di TK Nurul Ikhsan Kota Semarang.	Mengetahui pengaruh senam otak terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah di TK Nurul Ikhsan Kota Semarang.	Desain penelitian ini <i>quasi experiment</i> dengan pendekatan <i>non equivalent control group design</i> .	Hasil penelitian menunjukkan Ada pengaruh senam otak terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia prasekolah di TK Nurul Ikhsan Kota Semarang dengan p -value(0,003) $< \alpha$ (0,05).	<p>Perbedaan: Terletak pada variabel independen dimana penelitian ini hanya menggunakan satu variabel independen yaitu senam otak sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua variabel independen yaitu senam otak dan melukis dengan jari.</p> <p>Persamaan: Terletak pada variabel dependen, independen dan metode penelitian yang akan digunakan yaitu pengaruh</p>

						senam otak terhadap tantrum dengan metode <i>quasi eksperiment</i> .
3.	Yuni Astuti (2016)	Perilaku tantrum anak usia 5-6 tahun ditinjau dari usia menikah orang tua di Desa Bener, Kecamatan Kepil, Kabupaten Wonosobo	Mengetahui apakah terdapat perbedaan perilaku tantrum anak usia 5-6 tahun ditinjau dari usia menikah orang tua di Desa Bener, Kecamatan Kepil, Kabupaten Wonosobo.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode komparatif yakni penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda, atau pada waktu yang berbeda.	Hasil uji <i>independent sample t-test</i> didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara perilaku tantrum anak usia 5-6 tahun ditinjau dari usia menikah orangtua (muda dan dewasa) dengan t hitung $3,467 > 1,697$ (t hitung $>$ t tabel) dan signifikansi $0,002 < 0,05$.	Perbedaan: Terletak pada metode penelitian yang digunakan yaitu metode komparatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode <i>quasi eksperiment</i> . Persamaan: Terletak pada usia responden yaitu 5-6 tahun dan variabel dependennya yaitu tantrum pada anak.
4.	Antarini Indriansari (2015)	Pengaruh melukis dengan jari dan hypnoparenting terhadap frekuensi temper tantrum anak toddler di PAUD Harapan Indah Inderalaya	Mengetahui pengaruh melukis dengan jari dan hypnoparenting terhadap frekuensi temper tantrum anak toddler.	Desain penelitian ini adalah <i>quasi eksperiment</i> dengan desain <i>one group pre-post test without control</i> .	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh melukis dengan jari dan hipnoparenting terhadap frekuensi temper tantrum anak toddler di	Perbedaan: Terletak pada variabel independen hypnoparenting dan desain penelitian yang dilakukan adalah <i>one group pre-post test without control</i> . Sedangkan

					<p>Paud Harapan Indah Inderalaya dengan nilai p value $<0,05$ ($p=0,008$).</p>	<p>penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel independen melukis dengan jari dengan <i>two group pre-post test design</i>.</p> <p>Persamaan: Terletak pada variabel independen melukis dengan jari, dependen temper tantrum dan metode penelitian yang digunakan adalah <i>quasi eksperiment</i>.</p>
5	Suzanti, dkk (2014)	Efektivitas melukis dengan jari untuk menurunkan perilaku temper tantrum pada anak KB PK Yogyakarta	Mengetahui keefektifan melukis dengan jari untuk menurunkan perilaku temper tantrum pada anak kelompok bermain PK Yogyakarta	Penelitian ini menggunakan model penelitian eksperimen subjek tunggal dengan jumlah subjek tiga anak.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa melukis dengan jari efektif untuk menurunkan perilaku temper tantrum anak. Hasil ini dapat diamati pada penurunan perilaku temper tantrum pada masing-	Perbedaan: Terletak pada variabel independen dan metode penelitian yang digunakan dimana penelitian ini hanya menggunakan satu variabel independen yaitu melukis dengan jari dan metode yang digunakan adalah model

					masing anak.	<p>penelitian subjek tunggal sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua variabel independen yaitu senam otak dan melukis dengan jari dengan metode <i>quasi eksperiment</i></p> <p>Persamaan: Terletak pada variabel dependen tantrum, independen yaitu melukis dengan jari.</p>
--	--	--	--	--	--------------	---

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan saat ini adalah efektivitas senam otak dan melukis dengan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia pra sekolah dengan menggunakan metode *quasi eksperiment* yaitu *two group pre-post design* untuk mengetahui sejauh mana efektivitas kedua intervensi tersebut.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum tentang Perilaku

1. Pengertian Perilaku

Perilaku adalah kumpulan reaksi, perbuatan, aktivitas, gabungan gerakan, tanggapan ataupun jawaban yang dilakukan seseorang, seperti proses berpikir, bekerja dan sebagainya (Pieter dan Namora., 2010: 26).

Notoatmodjo mendefinisikan perilaku sebagai respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Dengan demikian perilaku manusia terjadi melalui proses, respon sehingga teori ini disebut dengan teori organisme stimulus. Perilaku dari aspek biologis diartikan sebagai suatu kegiatan atau aktivitas organisme atau makhluk hidup yang bersangkutan. Aktivitas tersebut ada yang dapat diamati secara langsung dan tidak langsung (Notoatmodjo, 2005: 17).

2. Pengelompokan Perilaku

Perilaku menurut Kholid (2015: 18) dapat dikelompokkan menjadi 2, yaitu:

- a. Perilaku tertutup (*Covert behaviour*), perilaku ini terjadi bila respon terhadap stimulus tersebut masih belum dapat diamati oleh orang lain (dari luar) secara jelas.
- b. Perilaku terbuka (*over behaviour*), perilaku ini terjadi bbila respon terhadap stimulus tersebut sudah berupa tindakan, atau praktik ini dapat diamati oleh orang lain dari luar atau *observable behaviour*.

3. Pembentukan Perilaku

Menurut Pieter dan Namora (2010: 31-32), Perilaku dapat terbentuk karena beberapa hal yaitu:

a. Teori kebutuhan

Pembentukan perilaku manusia merupakan akibat dari kebutuhan dalam diri meliputi kebutuhan fisiologi, rasa aman, harga diri, sosial, dan aktualisasi diri. Apabila usaha dalam memenuhi kebutuhan tercapai, maka orang tidak akan mengalami ketegangan dan cenderung mengarah kepada kebahagiaan. Sebaliknya jika usaha pemenuhan kebutuhan tidak tercapai maka akan membuat seseorang menjadi frustrasi terhadap unsur-unsur kebutuhan.

b. Teori dorongan

Perilaku merupakan respon seseorang terhadap stimulus dari luar diri (lingkungan). Perilaku muncul akibat stimulus organisme dan organisme memberikan respon.

Respon-respon yang diberikan yaitu:

1) *Responden respon (reflexive)*, adalah respon yang muncul akibat stimulus tertentu yang relatif menetap.

2) *Operant respon (instrumental respon)* adalah respon yang timbul akibat adanya rangsangan *reinforcing stimulation* yang memperkuat respon. Contoh seorang perawat desa bekerja dengan baik dan mendapat penghargaan, maka dia akan melakukan tugas yang lebih baik dari sebelumnya. Namun sebaliknya, ketika dia tidak memperoleh respons, maka dia tidak akan memperkuat stimulus yang telah diterimanya.

c. Teori belajar

Pembentukan perilaku akibat interaksi antara person dan lingkungannya dan adanya proses imitasi perilaku model. Peniruan perilaku model sangat dipengaruhi kesenangan, minat, keyakinan, karakter, sikap atau perilaku dominan model.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku

a. Emosi

Emosi adalah reaksi kompleks yang berhubungan dengan kegiatan atau perubahan-perubahan secara mendalam dan hasil pengalaman dari rangsangan eksternal dan keadaan fisiologis. Dengan emosi seseorang terangsang untuk memahami objek atau perubahan yang disadari sehingga memungkinkannya mengubah sifat atau perilakunya.

b. Persepsi

Persepsi adalah pengalaman yang dihasilkan melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman dan sebagainya. Melalui persepsi seseorang mampu untuk mengetahui atau mengenal objek melalui alat pengindraan.

c. Motivasi

Motivasi diartikan sebagai dorongan untuk bertindak guna mencapai suatu tujuan tertentu. Hasil motivasi akan diwujudkan dalam bentuk perilakunya, karena dengan motivasi individu terdorong memenuhi kebutuhan fisiologis, psikologis dan sosial.

d. Belajar

Belajar adalah salah satu dasar memahami perilaku manusia. Melalui belajar orang mampu mengubah perilaku dari perilaku sebelumnya dan menampilkan kemampuannya sesuai kebutuhannya (Pieter dan Namora, 2010: 33).

B. Tinjauan Umum Tentang Tantrum

1. Pengertian Tantrum

Tantrum adalah suatu ledakan amarah yang sering terjadi pada anak usia tiga tahun sampai enam tahun yang ditandai dengan tindakan menangis, menjerit-jerit, melempar benda, berguling-guling, memukul dan aktivitas destruktif lainnya. Pada beberapa anak, ledakan tersebut hanya sebentar dan segera mereda. Namun, pada anak lain, ledakan amarah bisa saja berlangsung lama (Thompson, 2003: 27).

Perilaku tantrum adalah salah satu tahap perkembangan emosi, yang sering terjadi pada anak usia dini. Emosi merupakan ungkapan suasana hati, dan biasanya ditandai dengan suatu perilaku yang akan ditunjukkan oleh setiap masing-masing individu (Rifa'i dan Anni, 2012: 55).

Tantrum adalah masalah perilaku yang umum dialami oleh anak-anak prasekolah yang mengekspresikan kemarahan mereka dengan tidur di lantai, meronta-ronta, berteriak dan biasanya menahan napas. Tantrum bersifat alamiah, terutama pada anak yang belum bisa menggunakan kata dalam mengungkapkan rasa frustrasi (Syamsuddin, 2013: 75). Tantrum bersifat interaktif, bukan reaktif karena itu anak tidak akan mengalami tantrum jika ia

sendirian. Tantrum yang parah datang di saat ada orang lain. Tantrum hampir selalu terjadi saat si kecil bersama orangtuanya atau orang lain yang membuat si anak merasa sangat nyaman dan terbiasa (Hidayah, dkk., 2015: 161).

Saat anak mengalami tantrum, banyak orang tua yang beranggapan bahwa hal tersebut merupakan sesuatu yang negatif, pada saat itu juga orang tua bukan saja bertindak tidak tepat tetapi juga melewatkan salah satu kesempatan yang paling berharga untuk membantu anak menghadapi emosi yang normal (marah, frustrasi, takut, jengkel) secara wajar dan bagaimana bertindak dengan cara yang tepat sehingga tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain ketika sedang merasakan emosi tersebut (Hidayah, dkk., 2015: 156).

2. Jenis-Jenis Tantrum

Pada dasarnya tantrum memiliki aspek positif pada tahap perkembangan seorang anak karena ia belajar mengungkapkan dan mengekspresikan emosi dalam dirinya. Namun, tantrum juga dapat menjadi masalah yang serius bila ini menjadi cara pemecahan masalah favorit bagi anak untuk mendapatkan keinginannya dan mendapatkan perhatian dari orang-orang yang disekelilingnya. Hildayani (2008: 67) mengklasifikasikan tantrum dalam 3 jenis yaitu sebagai berikut:

a. *Manipulative Tantrum*

Tantrum ini terjadi ketika seseorang anak tidak memperoleh apa yang diinginkan. Perilaku ini akan berhenti saat keinginan anak dituruti.

b. *Verbal Frustration Tantrum*

Tantrum jenis ini terjadi ketika anak tahu apa yang ia inginkan, tapi tidak tahu bagaimana cara menyampaikan keinginannya dengan jelas. Anak akan mengalami frustrasi. Tantrum jenis ini akan menghilang sejalan dengan peningkatan kemampuan komunikasi anak, dimana anak semakin dapat menjelaskan kesulitan yang dialaminya.

c. *Temperamental Tantrum*

Tantrum ini terjadi ketika tingkat frustrasi anak mencapai tahap yang sangat tinggi. Anak menjadi sangat tidak terkontrol dan sangat emosional. Anak akan menjadi sangat lelah dan sangat kecewa. Pada tantrum jenis ini anak sulit untuk berkonsentrasi dan mendapatkan kontrol terhadap dirinya sendiri. Anak tampak bingung dan mengalami disorientasi.

3. Faktor-Faktor Penyebab Tantrum

Menurut Jayanthi (2009: 19) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi anak sehingga anak tak mampu mengendalikan emosinya dan menjadi tantrum. Diantaranya adalah faktor fisiologis, faktor psikologis, faktor orangtua dan faktor lingkungan.

a. Faktor fisiologis

Penyebab fisiologis dapat muncul ketika anak merasa lelah karena bermain, mengantuk, lapar atau ketika anak sedang sakit. Pada saat ini anak menjadi kesal karena kebutuhannya tidak terpenuhi sedangkan anak belum mampu mengungkapkannya secara lisan kepada orangtua. Emosi anak memuncak

ketika orangtua tidak mampu memahami apa yang dibutuhkannya. Akhirnya anak menjadi marah dan menangis.

b. Faktor psikologis

Penyebab psikologis dapat terjadi karena anak mengalami kegagalan dalam melakukan sesuatu dan menjadi emosi akibat kegagalan tersebut. Keadaan ini dapat semakin parah jika orangtua atau keluarga anak selalu membandingkan kemampuan anak dengan orang lain. Demikian juga orangtua yang memiliki tuntutan tinggi terhadap anak akan memicu kejengkelan dan menjadi kemarahan yang tidak terkendali.

c. Faktor orang tua

Cara orangtua mengasuh anak juga berperan untuk menyebabkan tantrum. Anak yang dimanjakan dan selalu mendapatkan yang diinginkan bisa tantrum ketika permintaannya ditolak. Bagi anak yang terlalu dilindungi dan didominasi orangtua dengan perilaku tantrum orangtua yang mengasuh secara tidak konsisten juga bisa menyebabkan anak tantrum.

d. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan juga turut berperan dalam menciptakan tantrum pada anak. Lingkungan keluarga maupun lingkungan luar rumah sama besar pengaruhnya. Ketika anak melihat orang tuanya mengungkapkan kemarahannya secara negatif, maka hal itu akan terekam pada anak dan membayangi pikiran anak. Lingkungan luar rumah juga mempengaruhi anak tantrum. Anak yang terbiasa melihat tetangga marah-marah, maka akan mempengaruhi emosi anak pula.

Menurut Utami (2006: 17-18) hal-hal yang menyebabkan kebiasaan tantrum muncul dalam diri anak, diantaranya sebagai berikut:

- a. Setiap anak memiliki rasa ingin tahu yang besar dan ingin melakukan segala sesuatu sendiri. Sayangnya, seringkali keinginannya. Akibatnya, anak menjadi frustrasi dan akhirnya rasa frustrasi ini keluar dalam bentuk amukan, jeritan serta tangisan.
- b. Anak baru menemukan 'akunya' sehingga ketika keinginannya bertentangan dengan orang tuanya, ia menunjukkan perilaku ini sebagai senjata untuk memaksakan keinginan kepada orang tua agar menuruti dirinya.
- c. Perlakuan yang tidak konsisten dari orang tua atau orang lain di sekitarnya, terutama dalam penanaman disiplin, akan membuat anak lebih mudah memiliki kebiasaan ini. Anak akan menjadikan kebiasaannya ini sebagai senjata untuk mendapatkan perlakuan yang ia inginkan. Jika orang tua tidak konsisten dengan konsekuensi yang telah diberlakukan, akan membuat kebiasaan buruk anak terus berlanjut.
- d. Orang tua yang terlalu sering memaksa anak untuk melakukan sesuatu padahal anak sedang sibuk bermain, akan membuat anak merasa jengkel dan marah sehingga memunculkan kebiasaan ini.
- e. Anak-anak yang memiliki keterbelakangan mental juga seringkali menunjukkan kebiasaan ini karena ia tidak bisa atau sulit mengutarakan keinginannya dan membuat orang lain memahami keinginannya tersebut. Jalan satu-satunya yang bisa dilakukannya adalah dengan berperilaku seperti ini.

4. Perilaku Tantrum Menurut Tingkatan Usia

Menurut Utami (2006: 17) tantrum termanifestasi dalam berbagai perilaku. Perilaku tantrum dibawah usia 3 tahun yaitu menangis, menggigit, memukul, menendang, menjerit, memekik-mekik, melengkungkan punggung, melempar badan ke lantai, memukul-mukulkan tangan, menahan napas, membentur-benturkan kepala, dan melempar-lemparkan barang.

Perilaku tantrum usia 3-4 tahun yaitu perilaku-perilaku pada kategori usia 3 tahun diatas, menghentak-hentakkan kaki, berteriak-teriak, meninju membanting pintu, mengkritik dan merengek.

Perilaku tantrum usia 5 tahun ke atas yaitu perilaku-perilaku pada 2 kategori usia di atas, memaki, menyumpah, memukul kakak/adik atau temannya, mengkritik diri sendiri, memecahkan barang dengan sengaja, dan mengancam.

Sehingga dapat disimpulkan bentuk-bentuk perilaku tantrum antara lain menangis, menendang segala sesuatu yang ada di dekatnya, memukul benda, dirinya sendiri maupun orang lain, membentur-benturkan kepala, dan merusak barang, menghentak-hentakkan kaki, berteriak-teriak dan menjerit, membanting pintu, merengek, mengancam dan memaki (Hidayah, dkk., 2015: 67).

5. Cara Mengatasi Tantrum pada Anak

Berdasarkan penelitian Mireault dan Jessica (2007: 7) ditemukan bahwa orangtua sering sekali merespon anak yang tantrum dengan cara yang tidak tepat, yakni 59% mencoba menenangkan anak, 37% mengacuhkan dan sebanyak

31% menyuruh anak diam. Data ini menunjukkan bahwa orangtua sering keliru ketika menghadapi anak yang mengalami tantrum. Padahal, sejatinya tantrum adalah sebuah kesempatan bagi orangtua untuk mengenalkan emosi marah pada anak dan bagaimana mengatasinya. Karena itulah penting sekali bagi orangtua untuk mengetahui cara merespon tantrum secara tepat.

Menurut Syamsuddin (2013: 79) Ada tiga hal yang perlu dilakukan sesegera mungkin saat tantrum terjadi, yakni memastikan segalanya aman, perlunya orangtua mengontrol emosinya, serta tidak ambil peduli terhadap pandangan sinis atau ucapan negatif serta segala bentuk reaksi dari lingkungan.

Saat tantrum terjadi biarkanlah anak untuk melampiaskan emosinya tapi pastikan bahwa segala sesuatunya dalam keadaan aman, baik bagi anak, pengasuh, termasuk benda-benda yang kemungkinan bisa dirusak. Segera evakuasi anak pada tempat-tempat yang empuk seperti kasur atau sofa, jauhkan anak pada benda-benda yang rawan untuk dirusak seperti televisi, *handphone*, *remote control* dan lain-lain. Ada baiknya jika anak didekap atau dipeluk dengan penuh kasih sayang akan tetapi jika dia meronta-ronta, memukul atau bahkan mencakar orangtua atau pengasuhnya sebaiknya tindakan ini jangan dilakukan sebab hanya akan memicu dan memprovokasi orangtua untuk bertindak kasar pada anak. Orangtua harus tetap tenang serta berusaha mengontrol emosi untuk tetap stabil. Jaga emosi jangan sampai memukul dan berteriak-teriak marah pada anak. Jika terjadi pada tempat umum (ruang publik) seperti swalayan, pesawat, kendaraan umum, kemungkinan besar

lingkungan akan memberikan reaksi negatif yang dapat memicu emosi orangtua, maka yang perlu dilakukan adalah jangan terpengaruh dengan reaksi tersebut tetap sabar dan kendalikan emosi (Syamsuddin, 2013: 79).

Adapun tindakan yang perlu dihindari adalah membujuk, berargumen, memberikan nasihat-nasihat moral agar anak diam. Meminta anak untuk diam dengan memberi hadiah atau menjanjikan hadiah juga merupakan tindakan yang perlu dihindari. Sebab, sama saja mengajarkan anak untuk menggunakan tantrum sebagai senjata untuk meluluskan keinginannya atau mendapatkan hadiah. Paling penting untuk dihindari adalah memaksa anak diam dengan kata-kata kasar atau menggunakan hukuman fisik dan kekerasan (mencubit, memukul, menjewer, mengurung dalam kamar mandi, mengikat dan lain-lain), karena hal ini sama dengan mengajarkan anak menggunakan cara-cara kekerasan jika menghadapi satu masalah.

C. Tinjauan Umum tentang Anak Prasekolah

1. Pengertian anak prasekolah

Anak prasekolah adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun. Dalam usia ini anak umumnya mengikuti program anak (usia 3-5 tahun) dan kelompok bermain (usia 3 tahun), sedangkan pada usia 4-6 tahun biasanya mereka mengikuti program taman kanak-kanak (Patmonodewo, 2008: 19).

2. Perkembangan anak prasekolah

Yusuf (2007: 163-177) mengemukakan beberapa perkembangan fisik pada anak prasekolah yang terdiri atas;

a. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik merupakan dasar bagi kemajuan perkembangan berikutnya. Perkembangan fisik yang baik ditandai dengan meningkatnya pertumbuhan tubuh, perkembangan sistem syaraf pusat dan berkembangnya kemampuan atau keterampilan motorik kasar maupun halus.

Disamping itu, pada usia ini banyak juga perubahan fisiologis yang terjadi seperti pernapasan menjadi lebih lambat dan mendalam serta denyut jantung lebih lambat dan menetap.

b. Perkembangan intelektual

Perkembangan kognitif pada usia ini berada pada tahap preoperasional. Periode ini ditandai dengan berkembangnya representasional atau *semiotic function* yaitu kemampuan menggunakan simbol-simbol seperti bahasa, gambar, isyarat, benda, gestu atau peristiwa untuk melambangkan suatu kegiatan, benda yang nyata atau peristiwa. Karakteristik periode praoperasional adalah egosentrisme dan kaku dalam berpikir.

c. Perkembangan emosional

Pada usia prasekolah anak sudah mulai menyadari akunya. Selain itu berkembang pula perasaan harga diri yang menuntut pengakuan dari lingkungannya. Jika lingkungannya (terutama orangtua) tidak mengakui harga diri anak maka pada diri anak akan berkembang sikap-sikap keras kepala, pemalu dan lain-lain.

Beberapa jenis emosi yang dapat berkembang pada anak yaitu takut, cemas, marah, cemburu, kegembiraan, kesenangan, kenikmatan, kasih sayang dan

ingin tahu. Perkembangan emosi yang sehat sangat membantu bagi keberhasilan anak belajar.

d. Perkembangan bahasa

Perkembangan bahasa anak usia prasekolah dapat diklasifikasikan ke dalam dua tahap :

- 1) Usia 2,0-2,6 yang bercirikan; anak sudah bisa menyusun kalimat tunggal, anak mampu memahami perbandingan, anak banyak bertanya nama dan tempat, dan sudah mampu menggunakan kata-kata yang berawalan dan berakhiran.
- 2) Usia 2,6-6,0 yang bercirikan; anak sudah mampu menggunakan kalimat majemuk beserta anak kalimatnya, dan tingkat berpikir anak sudah lebih maju.

e. Perkembangan sosial

Pada usia prasekolah (terutama mulai usia 4 tahun), perkembangan sosial anak sudah tampak jelas karena mereka sudah mulai aktif berhubungan dengan teman sebayanya.

Tanda-tanda perkembangan sosial anak pada usia ini adalah; anak mulai mengetahui peraturan dan tunduk pada peraturan, anak mulai menyadari hak atau kepentingan orang lain, dan anak mulai dapat bermain bersama anak-anak lain.

f. Perkembangan bermain

Kegiatan bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan kebebasan batin untuk memperoleh kesenangan. Dengan bermain anak akan

memperoleh perasaan bahagia, dapat mengembangkan kepercayaan diri dan dapat mengembangkan sikap sportif.

g. Perkembangan kepribadian

Pada masa ini, berkembang kesadaran dan kemampuan untuk memenuhi tuntutan dan tanggung jawab. Anak mulai menemukan bahwa tidak setiap keinginannya dapat dipenuhi orang lain. Pertentangan antara kemauan diri dan tuntutan lingkungannya dapat mengakibatkan ketegangan dalam diri anak sehingga tidak jarang anak akan bersikap keras kepala.

h. Perkembangan moral

Pada usia prasekolah berkembang kesadaran sosial anak, yang meliputi sikap simpati, murah hati, atau sikap altruism, yaitu kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain. Anak sudah memiliki dasar tentang sikap moralitas terhadap kelompok sosialnya. Hal tersebut berkembang melalui pengalaman berinteraksi dengan orang lain.

i. Perkembangan kesadaran beragama

Kesadaran beragama pada usia prasekolah masih bersifat reseptif (menerima) meskipun banyak bertanya dan belum mendalam meskipun mereka telah melakukan atau berpartisipasi dalam berbagai kegiatan ritual. Kesadaran beragama ini akan terus berkembang berka mendengarkan ucapan-ucapan orangtua serta melihat sikap dan perilaku orangtua dalam mengamalkan ibadah.

3. Pendidikan anak pra sekolah

Anak usia Taman kanak-kanak termasuk dalam kelompok umum yaitu prasekolah. Pada usia 2-4 tahun anak ingin bermain, melakukan latihan berkelompok, melakukan penjelajahan, bertanya, menirukan, dan menciptakan sesuatu. Di taman kanak-kanak, anak juga mengalami kemajuan pesat dalam penguasaan bahasa, terutama dalam kosakata. Pada usia 5 tahun pada umumnya anak-anak baik secara fisik maupun kejiwaan sudah siap hal-hal yang semakin tidak sederhana dan berada pada waktu yang cukup lama disekolah.

Menurut Noorlaila (2010: 48), bahwa pada usia 3-5 tahun anak-anak dapat diajari menulis membaca, dikte dengan belajar mengetik. Sambil belajar mengetik anak-anak belajar mengeja, menulis dan membaca. Usia taman kanak-kanak merupakan kehidupan tahun-tahun awal yang kreatif dan produktif bagi anak-anak. Oleh karena itu sesuai dengan kemampuan tingkat perkembangan dan kepekaan belajar mereka kita dapat juga mengajarkan menulis, membaca dan berhitung pada usia dini.

Jadi adanya pendidikan prasekolah dan adanya tugas perkembangan yang diemban anak-anak, diperlukan adanya pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi anak-anak yang selalu “dibungkus” dengan permainan, suasana riang, enteng, bernyanyi dan menarik. Bukan pendekatan pembelajaran yang penuh dengan tugas-tugas berat apalagi dengan tingkat pengetahuan, keterampilan dan pembiasaan yang tidak sederhana lagi seperti paksaan untuk membaca, menulis, berhitung yang melebihi kemampuan anak-anak.

Islam mendorong kepada setiap pemeluknya, dalam hal ini para orang tua untuk memenuhi kewajiban dalam mendidik anak. Sesuai dengan firman Allah Swt. dalam QS. At-Tahrim/66: 6 :

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُورًا أَنفُسِكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ
غِلَاطٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Terjemahnya:

“Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apayang diperintahkan“
(Kementrian Agama RI, 2014: 561)

Kandungan ayat di atas yaitu hai orang-orang yang beriman, peliharalah diri kamu, antara lain dengan meneladani Nabi, dan pelihara juga keluarga kamu, yakni istri, anak-anak, dan seluruh yang berada di bawah tanggung jawab kamu, dengan membimbing dan mendidik mereka agar kamu semua terhindar dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia-manusia yang kafir dan juga batubatu antar lain yang dijadikan berhala-berhala. Dengan demikian mendidik dan membina anak beragam Islam adalah merupakan suatu cara yang dikehendaki oleh Allah agar anak-anak kita dapat terjaga dari siksa neraka. Cara menjaga diri dari neraka adalah dengan jalan taat mengerjakan perintah-perintah Allah. Oleh karena itu pada setiap muslim, pemberian jaminan bahwa setiap anak dalam keluarga akan mendapatkan asuhan yang baik, adil, merata dan bijaksana, merupakan suatu kewajiban bagi kedua orang tua. Lantaran jika asuhan terhadap anak-anak tersebut sekali saja kita abaikan,

maka niscaya mereka akan menjadi rusak. Minimal tidak akan tumbuh dan berkembang secara sempurna (Shihab, 2002: 176).

D. Tinjauan Umum tentang Senam Otak

1. Pengertian Senam otak

Senam otak adalah serangkaian latihan berbasis gerakan sederhana yang bertujuan untuk menyeimbangkan fungsi otak kanan dan otak kiri (dimensi lateralis), meringankan atau merelaksasi belakang otak dan bagian depan otak (dimensi pemfokusan), merangsang sistem yang terkait dengan perasaan/emosional yakni otak tengah (limbik) serta otak besar (dimensi pemusatan (Andhika, 2010: 34).

Senam otak adalah suatu usaha untuk membangkitkan fungsi-fungsi neuron dalam mengoordinasikan gerakan tubuh (Sangkanparan, 2010: 82). Senam otak dapat menstimuluskan hormon kortisol dan adrenalin dengan hormon endorfin. Fungsi endorfin adalah menciptakan rasa kesejahteraan dan keamanan. Dengan zat tersebut, kita dapat merasakan rileks, dan semua penyakit hati yang berhubungan dengan tekanan pada perasaan kita seperti marah, sedih dan depresi dapat dikurangi bahkan dihilangkan (Nurdin, 2015: 2).

Senam otak sangat praktis karena bisa dilakukan dimana saja, kapan saja dan oleh siapa saja. Porsi latihan yang tepat adalah sekitar 10-15 menit, senam otak sebaiknya dilakukan ketika anak berusia 4-6 tahun, sebab pada usia ini biasanya anak sudah dapat memberi respons terhadap apa yang diinginkannya oleh orang lain (Sudarwati, 2017: 4).

2. Manfaat Senam Otak

Gerakan senam otak yang dilakukan secara teratur dan benar akan menstimulasi otak agar lebih terintegrasi dan fungsi otak akan meningkat. Selain dapat meningkatkan kemampuan belajar, senam otak juga dapat memberikan beberapa manfaat seperti yang dikemukakan oleh Purwanto, dkk (2009: 82) yaitu:

- a. Mengurangi stress emosional dan membuat pikiran lebih jernih
- b. Meningkatkan kemampuan berbahasa dan daya ingat
- c. Orang menjadi lebih bersemangat, lebih kreatif dan efisien
- d. Orang merasa lebih sehat karena stress berkurang
- e. Meningkatkan prestasi belajar dan bekerja.

Di samping itu, senam otak juga bisa meningkatkan kecerdasan, meningkatkan kepercayaan diri, dan menangani anak yang mengalami masalah dalam proses belajar-mengajar. *Brain gym* juga sering digunakan untuk terapi beberapa gangguan pada anak-anak seperti hiperaktif, gangguan pemusatan perhatian, dan emosional serta sindrom pada bayi ataupun gangguan kemampuan belajar. Lebih dari itu, senam otak juga bisa berpengaruh positif dalam menambah konsentrasi, meningkatkan fokus dan daya ingat, serta mengendalikan emosinya (Diana, dkk., 2017: 7).

3. Ragam Gerakan Senam Otak

Senam otak adalah rangkaian latihan berbasis gerakan tubuh sederhana juga tidak membutuhkan waktu yang lama. Sebelum melakukan senam otak, beberapa hal yang perlu dilakukan antara lain:

A. Mengonsumsi air minum (air putih) secukupnya.

B. Melakukan pernapasan perut yang dilakukan sebanyak 2-8 kali. Pernapasan perut dapat dilakukan dengan dua cara:

- 1) Dilakukan dengan duduk, dengan cara meletakkan tangan di perut sambil menarik napas, hingga tangan yang diletakkan di perut terasa terdorong ke depan.
- 2) Dilakukan dengan terlentang, dengan cara meletakkan buku di atas perut sambil bernapas, hingga terlihat buku terdorong ke atas

C. Melakukan gerakan *Hook-Ups*

Mengaitkan kedua tangan kanan dan kiri dilakukan dalam posisi duduk. Mengaitkan jari tangan kanan dan kiri dengan posisi menyilangkan pergelangan tangan. Kaitan kedua tangan diletakkan di bawah dagu. Selama melakukan gerakan ini, mata dipejamkan dan bernapas dalam.

Gerakan ini mampu menenangkan saraf pusat mengaktifkan belahan otak kanan dan kiri. Gerakan ini dapat dilakukan setiap sebelum memulai mengerjakan tugas atau pekerjaan, ketika kesulitan mengambil keputusan, saat merasa sedih atau marah dan saat ingin fokus atau berkonsentrasi (Diana, dkk., 2017: 8-9).

Gerakan *brain gym*:

a. *Cross crawl* (gerakan silang)



Gambar 2.1 *Cross crawl*

Gerakan ini dilakukan dengan menggerakkan organ tubuh kiri dan kanan secara bersamaan. Gerakan ini dapat mengintegrasikan otak kiri/kanan seimbang, meningkatkan energi, mempermudah belajar dan menyeimbangkan emosi.

b. *Neck rolls* (putar kepala)



Gambar 2.2 *Neck rolls*

Gerakan ini dilakukan dengan menaikkan bahu dan menundukkan kepala ke depan kemudian lakukan gerakan memutar dari satu sisi ke sisi lainnya. Tarik napas dan hembuskan dengan baik dan teratur. Gerakan ini dapat meredakan ketegangan otot tengkuk dan leher, menenangkan sistem saraf pusat, memudahkan bicara dan belajar bahasa.

c. *Belly breathing* (pernapasan perut)



Gambar 2.3 *Belly breathing*

Gerakan ini dilakukan dengan meletakkan tangan pada perut bagian bawah. Tarik napas melalui hidung, tahan kemudian hembuskan melalui mulut. Gerakan ini dapat memperbaiki pasokan oksigen ke seluruh tubuh, terlebih untuk otak. Gerakan ini terbukti dapat meningkatkan kemampuan membaca dan berbicara.

d. *The owl* (burung hantu)



Gambar 2.9 *The owl*

Gerakan ini dilakukan dengan memijat otot bahu kiri dengan tangan kanan. Menggerakkan kepala perlahan menyebrangi garis tengah, ke kiri, ke kanan dengan tinggi posisi dagu tetap begitupun sebaliknya. Gerakan ini dapat mengurangi ketegangan otot leher, menunjang konsentrasi dan daya ingat serta kemampuan bicara dan menghitung.

e. *Space buttons* (tombol angkasa)



Gambar 2.2 *Space buttons*

Gerakan ini dilakukan dengan meletakkan dua jari tangan di bawah hidung dan tangan lainnya di ujung tulang ekor. Tarik napas dan buang napas dengan baik. Gerakan ini dapat mengurangi ketegangan dan rasa takut serta menenangkan sistem saraf pusat.

f. *Positive points* (titik positif)



Gambar 2.7*Positive points*

Gerakan ini dilakukan dengan menyentuh titik-titik di atas kedua mata, di tengah antara batas rambut dan alis, dengan ujung jari-jari tiap tangan. Gunakan tekanan secukupnya untuk menarik kulit agar kencang dan tahan kontak itu selama sekitar satu menit. Gerakan ini mampu menurunkan tekanan stres emosional.

4. Mekanisme senam otak

Penelitian Paul dan Gail E. Dennison (2008: 111) telah membagi otak ke dalam 3 dimensi, yakni dimensi lateralis (otak kiri-kanan), dimensi pemfokusan (otak depan-belakang), dimensi pemusatan (otak atas-bawah). Masing-masing dimensi mempunyai tugas tertentu sehingga gerakan senam yang dilakukan dapat bervariasi.

a. Dimensi Lateralitas

Sisi tubuh manusia dibagi dalam sisi kiri dan sisi kanan. Otak bagian kiri aktif bila sisi kanan tubuh digerakkan dan otak bagian kanan aktif apabila sisi kiri tubuh digerakkan. Kemampuan belajar paling tinggi apabila kedua belahan otak bekerja sama dengan baik. Bila kerjasama otak kiri dan otak kanan kurang baik, siswa sulit membedakan antara kiri dan kanan, gerakannya kaku, tulisan tangannya jelek atau cenderung menulis huruf terbalik, sulit membaca, menulis, bicara, mengikuti sesuatu dengan mata, sikap positif, mendengar, melihat menulis, bergerak, sulit menggerakkan

mata tanpa mengikutinya kepala, tangan miring ke dalam ketika menulis, cenderung melihat kebawah sambil berpikir, serta menyebut kata sambil menulis.

b. Dimensi Pemfokusan

Fokus adalah kemampuan menyeberangi 'garis tengah partisipasi' yang memisahkan bagian belakang dan depan tubuh, dan juga bagian belakang (occipital) dan depan otak (frontal lobe). Perkembangan refleks antara otak bagian belakang dan bagian depan yang mengalami fokus kurang (*underfocused*) disebut 'kurang perhatian', 'kurang mengerti', 'terlambat bicara', atau 'hiperaktif'. Kadangkala perkembangan refleks antara otak bagian depan dan belakang mengalami fokus lebih (*overfocused*) dan berusaha terlalu keras. Gerakan-gerakan yang membantu melepaskan hambatan fokus adalah aktivitas integrasi depan/belakang.

c. Dimensi Pemusatan

Pemusatan adalah kemampuan untuk menyeberangi garis pisah antara bagian atas dan bawah tubuh dan mengaitkan fungsi dari bagian atas dan bawah otak, bagian tengah sistem limbis (*midbrain*) yang berhubungan dengan informasi emosional serta otak besar (*cerebrum*) untuk berpikir yang abstrak. Ketidakmampuan untuk mempertahankan pemusatan ditandai dengan ketakutan yang tak beralasan, ketidakmampuan untuk menyatakan emosi.

Bila kerjasama antara otak besar (*cerebral cortex*) dan sistem limbik terganggu, anak merasakan emosi atau mengekspresikan, cenderung

bertingkah laku “berjuang atau melarikan diri”, serta dapat mengalami ketakutan yang berlebihan. Gerakan-gerakan yang menyambungkan hubungan syaraf tersebut adalah gerakan-gerakan meningkatkan energi dan penguatan sikap yang merupakan bagian dari pemusatan (Purwanto, dkk., 2009: 86)

5. Mekanisme Senam Otak Terhadap Tantrum

Temper tantrum sering terjadi karena anak merasa frustrasi dengan keadaannya, sedangkan ia tidak mampu mengungkapkan perasaannya dengan kata-kata atau ekspresi yang diinginkannya (Hidayah, Nur, dkk., 2015: 163). Hal itu secara fisiologi akan mengaktifasi hipotalamus yang selanjutnya mengendalikan dua sistem neuroendokrin, yaitu sistem simpatis dan sistem korteks adrenal.

Sistem saraf simpatik berespons terhadap impuls saraf dari hipotalamus yaitu dengan mengaktifasi berbagai organ dan otot polos yang berada di bawah pengendaliannya, sebagai contohnya, ia meningkatkan kecepatan denyut jantung dan mendilatasi pupil. Sistem saraf simpatis juga memberi sinyal ke medula adrenal untuk melepaskan epinefrin dan norepinefrin ke aliran darah.

Sistem korteks adrenal diaktivasi jika hipotalamus mensekresikan CRH, suatu zat kimia yang bekerja pada kelenjar hipofisis yang terletak tepat di bawah hipotalamus. Kelenjar hipofisis selanjutnya mensekresikan hormon ACTH, yang dibawa melalui aliran darah ke korteks adrenal. Dimana, ia menstimulasi pelepasan sekelompok hormon, termasuk kortisol, yang

meregulasi kadar gula darah. ACTH juga memberi sinyal ke kelenjar endokrin lain untuk melepaskan beberapa hormon lain. Efek kombinasi berbagai hormon stres yang dibawa melalui aliran darah ditambah aktivitas neural cabang simpatik dari sistem saraf otonomik berperan dalam respons *fight or flight* (melawan atau lari) (Corwin, 2009:183-184). Dalam keadaan ini, tubuh bereaksi dengan memusatkan energi elektrik menjauhi *neocortex* dan ke sistem saraf simpatik (Purwanto, 2009: 87).

Gerakan senam otak dapat mengaktifkan *neocortex* dan saraf parasimpatik untuk mengurangi peningkatan hormon adrenalin dalam tubuh yang dapat meredakan ketegangan psikis maupun ketegangan fisik. Apabila senam otak dilakukan dengan teratur maka akan menurunkan perilaku tantrum pada anak (Purwanto, 2009: 87).

D. Tinjauan Umum Tentang Melukis Dengan Jari (Finger Painting)

1. Pengertian Melukis dengan Jari (*Finger Painting*)

Menurut Sumanto (2005: 53) Melukis dengan jari adalah jenis kegiatan membuat gambar yang dilakukan dengan cara menggoreskan adonan warna (bubur warna) secara langsung dengan jari tangan secara bebas di atas bidang gambar, batasan jari di sini adalah semua jari tangan, telapak tangan, sampai pergelangan tangan.

Melukis dengan jari adalah teknik melukis dengan menggunakan jari yang dapat membantu mengontrol perasaan dan mengurangi perilaku tantrum. Dimana anak-anak yang mengalami tekanan dapat mengeluarkan beban di alam bawah sadar dengan cara mengaduk-aduk cat di atas kertas atau dengan

mencipratkan air. Dengan aktivitas tersebut, anak memindahkan energi-energi yang kurang baik ke bentuk yang tidak membahayakan (Wibawa dan Lanawati, 2008: 8).

Pada dasarnya kegiatan ini sangat mudah dan tidak sulit untuk dilakukan oleh anak karena tidak ada aturan baku yang harus dipelajari. Dalam kegiatan ini yang penting dilakukan oleh guru adalah bagaimana memotivasi dan menumbuhkan keberanian pada diri anak untuk berani menyentuh jarinya dengan cat warna. Kegiatan ini juga melatih motorik halus anak khususnya jari-jari anak agar lebih lentur (Pamadhi, 2008: 10).

2. Tujuan Melukis dengan Jari

Menurut Montolalu (2019: 17) tujuan melukis dengan jari yaitu dapat mengembangkan ekspresi melalui media lukis dengan gerakan tangan, mengembangkan fantasi, imajinasi, dan kreasi, melatih otot-otot tangan/jari, koordinasi otot dan mata, melatih kecakapan mengombinasikan warna, memupuk perasaan terhadap gerakan tangan dan memupuk keindahan. Secara khusus melukis dengan jari bertujuan untuk melatih keterampilan tangan, kelenturan, kerapian, dan keindahan.

Aizah & Wati (2014: 6) menyatakan bahwa melalui aktivitas mewarnai dan melukis seseorang akan dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, fantasi dan dapat mengembangkan kreativitas sehingga stres dan ketegangan dapat dihindarkan. Selain itu, pada proses melukis dengan jari terdapat suatu hubungan antara tindakan fisik dan menyentuh cat dengan sesuatu di dalam diri mereka. Melukis dengan jari juga mempunyai potensi

untuk spiritual dan kesehatan psikologi. Melalui pembelajaran ini diharapkan para siswa dapat mengeksplorasi perasaannya, memperoleh wawasan tentang nilai, sikap, dan persepsi, serta mengembangkan keterampilan dalam memecahkan masalah yang dihadapi. Hal ini menjadi penting mengingat melukis dengan jari mampu meningkatkan kepercayaan diri dan dapat digunakan secara maksimal untuk mengekspresikan diri anak dengan perilaku agresif (Kulung, 2016: 23).

3. Alat dan bahan Melukis dengan Jari

Menurut Pitakasari (2013: 1-2) melukis dengan jari bisa menjadi aktivitas yang menyenangkan bagi anak. Namun apabila kita kurang pengawasan hal ini bisa membahayakan. Cat bisa membuat mereka penasaran dengan rasanya, Lalu mereka pun mencicipi dan menelan semua bahan kimia yang dikandungnya. Tentu hal ini sangatlah mengerikan. Untuk menghindari hal tersebut, kita bisa membuat cat sendiri dari bahan makanan yang tentunya lebih aman untuk anak-anak.

Adapun alat dan bahannya sebagai berikut:

- a. Panci/wajan untuk memasak
- b. $\frac{1}{2}$ cup tepung maizena
- c. 2 cup air dingin
- d. Pewarna makanan
- e. Sendok pengaduk
- f. Tempat penyimpanan kecil seperti cup es krim dengan tutupnya.

Cara membuat bahan pewarna:

- a. Campur semua bahan bersama di dalam wajan atau panci anti lengket berukuran sedang lalu masak diatas api kecil selama 10-15 menit. Awasi terus dan jangan sampai hangus.
- b. Aduk adonan cat hingga lembut dan mengental. Bila sudah mengental, angkat wajan dari kompor dan biarkan adonan mendingin.
- c. Tempatkan calon cat ke wadah-wadah kecil yang sudah disiapkan. Jumlah wadah bergantung pada berapa banyak warna yang diinginkan.
- d. Beri beberapa tetes pewarna makanan kemudian aduk.
- e. Setelah dingin bahan ini dapat digunakan.

4. Langkah-langkah Melukis dengan Jari

Menurut Amanda (2005: 43) langkah-langkah melukis dengan jari antara lain:

- a. Peneliti mempersiapkan bahan dan peralatan

Peneliti mempersiapkan segala bahan dan alat yang diperlukan antara lain; kertas gambar, bubuk warna, kertas koran, dan air untuk cuci tangan. Bubur warna dibuat oleh peneliti dari campuran tepung maizena, air dan pewarna makanan dengan cara tepung maizena dan air dimasak hingga mengental, kemudian didinginkan. Setelah itu dimasukkan kedalam beberapa cup dan ditambahkan pewarna makanan, lalu diaduk menggunakan sendok sampai rata.

b. Peneliti membagikan kertas gambar, bubur warna dan kertas koran kepada anak

Peneliti dengan ramah membagi anak di dalam kelas menjadi 3 kelompok. Peneliti dibantu pendidik dengan ramah membagikan kertas gambar sesuai jumlah anak pada masing-masing kelompok, kertas koran untuk alas agar tidak mengotori meja, dan bubur warna yang telah ditempatkan pada *cup-cup* plastik untuk digunakan bersama dalam setiap kelompok.

c. Peneliti memandu anak untuk melukis dengan jari

Pertama-tama peneliti dengan senang hati memberikan contoh melukis dengan jari. Kemudian peneliti dengan ramah dan dalam suasana hati yang senang meminta anak untuk mencelupkan tangan ke dalam bubur warna, lalu menggoreskannya pada kertas untuk membuat gambar sesuai temayang telah ditentukan. Peneliti dengan nada suara yang halus meminta anak-anak untuk tidak berebut menggunakan bubur warna. Pada saat anak melukis dengan jari, peneliti memberikan motivasi berupa kalimat positif seperti “Kamu pasti bisa”. Di akhir kegiatan peneliti memberikan *reward* berupa pujian kepada anak yang hasil karyanya bagus.

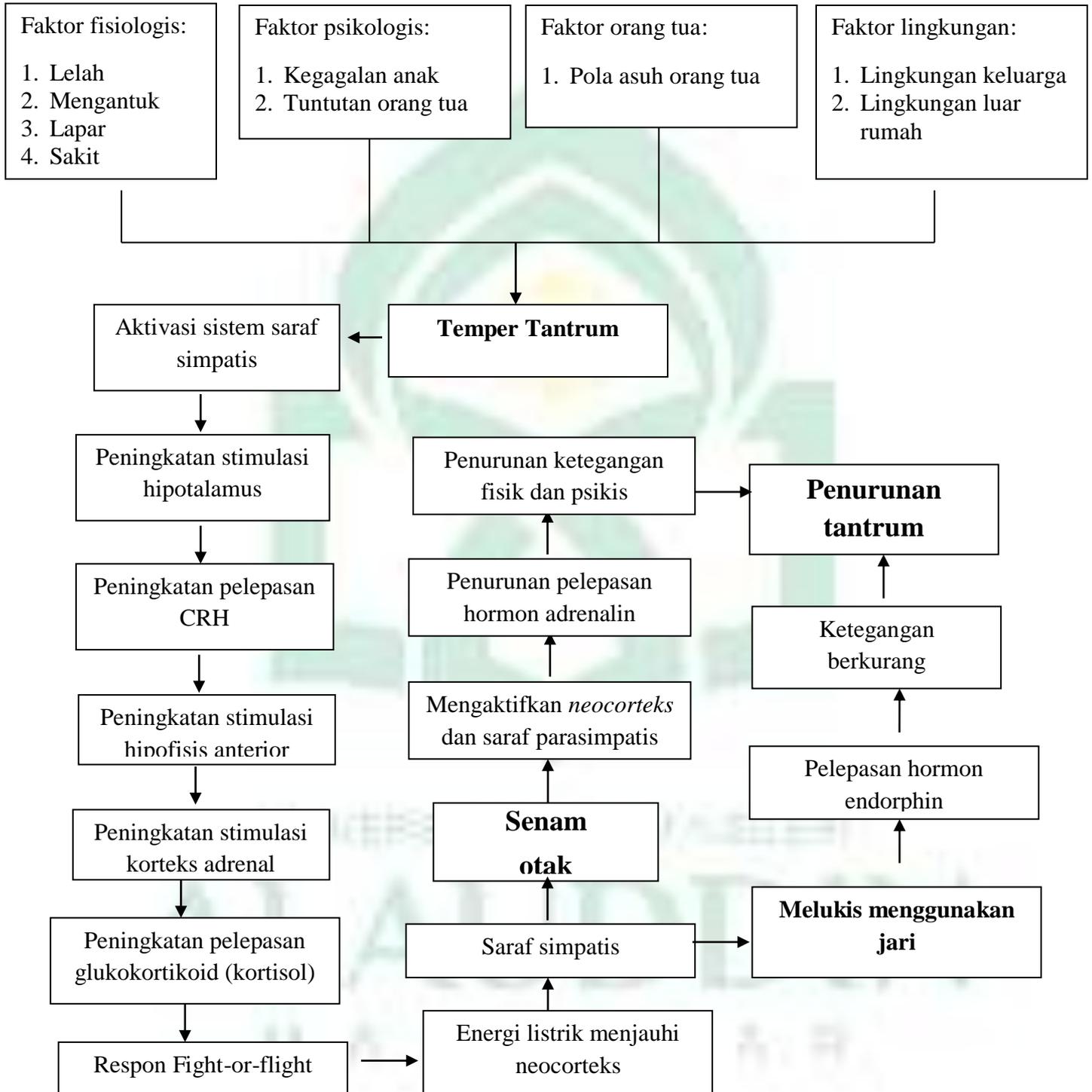
5. Mekanisme Melukis Dengan Jari Terhadap Tantrum

Melukis dengan jari merupakan salah satu teknik pengalihan emosi dimana anak dapat berekspresi menuangkan perasaan sesuai imajinasinya dengan cara membuat garis menggunakan cat warna (Indriansari, Sri Maryatun, 2015: 165).

Kegiatan ini akan melibatkan aktivitas motorik halus (gerakan tangan) dalam hal ini pembebasan stres (*stres relief*) dilakukan dengan cara melakukan goresan berulang pada media yang diwarnai. Selain itu, aktivitas melukis ini juga melibatkan indera penglihatan. Dalam mewarnai tentu saja individu akan melihat berbagai macam warna, dengan melihat berbagai macam warna, suasana hati dapat diperbaiki sehingga tingkat stres dapat diturunkan (Ullathifah, 2017: 52).

Selain itu, sentuhan langsung jari pada cat warna yang menarik dan basah akan merangsang pelepasan endorfin ke dalam aliran darah. Endorfin berinteraksi dengan reseptor opiat di otak untuk mengurangi persepsi nyeri serta stres dan bertindak serupa dengan obat-obatan seperti morfin dan kodein. Dengan adanya kadar endorfin yang tinggi dapat mengurangi tantrum akibat stress (Suzanti, 2014: 2).

E. Kerangka Teori



Bagan 2.1 Kerangka Teori

Sumber: Jayanthi (2019:19), Corwin (2009:183-184), Purwanto (2009:87)

F. Kerangka Konsep

Kerangka konsep pada penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (*independent variable*) pada penelitian ini adalah senam otak dan melukis dengan jari, sedangkan variabel terikat (*dependent variable*) pada penelitian ini adalah temper tantrum.

Untuk memudahkan pemahaman, maka secara sederhana variabel yang akan diteliti digambarkan sebagai berikut:



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

Keterangan:



: Variabel yang diteliti

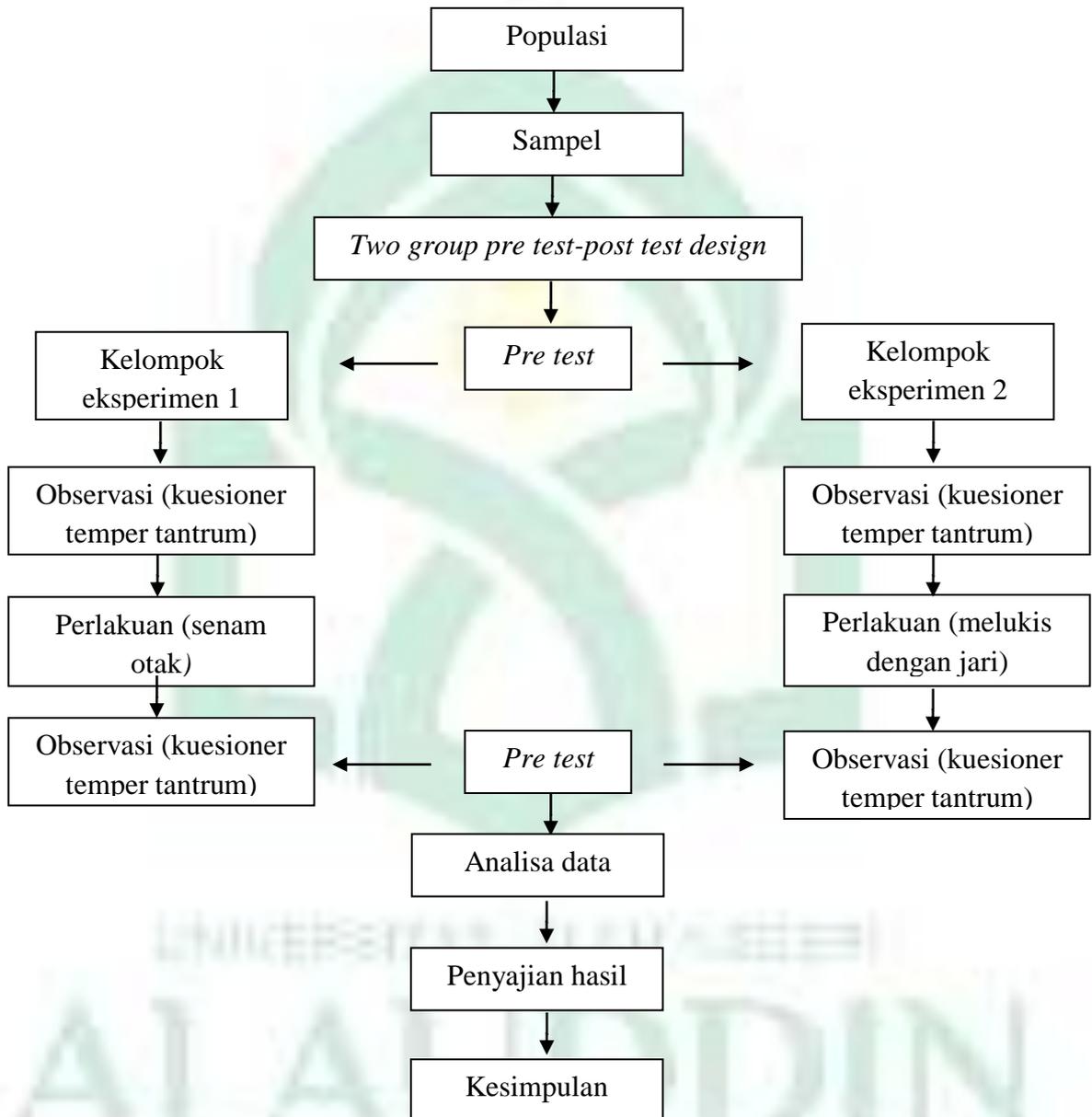


: Garis penghubung



G. Kerangka Kerja

Kerangka kerja penelitian ini dilaksanakan dengan urutan sebagai berikut:



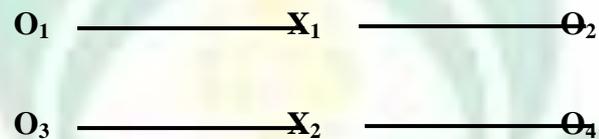
Bagan 2.3 Kerangka Kerja

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan *two group pre-post test design* yaitu pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah dengan 2 kelompok intervensi (Notoatmodjo, 2010: 15)



Keterangan:

O_1 = Pre Test

O_3 = Pre Test

X_1 = Intervensi (senam otak)

X_2 = Intervensi (melukis dengan jari)

O_2 = Post Test

O_4 = Post Test

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di TK Amanah Antang. Dimana berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti terhadap 36 orang tua siswa di TK Amanah Antang didapatkan bahwa 34 orang tua melaporkan anaknya mengalami tantrum minimal 2 kali seminggu dengan perilaku tantrum yang banyak terjadi yaitu merengek bila meminta sesuatu, menjerit-jerit, mengamuk, melempar serta memukul temannya. Hal ini

diperkuat oleh informasi dari beberapa wali kelas di TK tersebut yang mengatakan bahwa ada beberapa anak yang hampir setiap hari mengalami tantrum terutama jika keinginannya tidak bisa terpenuhi.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 28 Januari sampai 7 Februari 2020.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Populasi terbagi menjadi 2 jenis yaitu populasi target dan populasi terjangkau. Populasi target adalah populasi yang memenuhi kriteria sampling dan menjadi sasaran akhir penelitian, sedangkan populasi terjangkau adalah populasi yang memenuhi kriteria penelitian dan biasanya dapat dijangkau oleh peneliti dari kelompoknya (Hidayah, Nur., 2014: 120). Populasi dalam penelitian ini adalah semua orang tua siswa TK Amanah Antang yang mengalami tantrum yaitu sebanyak 34 orang tua siswa.

2. Sampel

Sampel adalah sejumlah anggota yang dipilih atau diambil dari suatu populasi. Pada penelitian keperawatan kriteria sampel meliputi kriteria inklusi dan eksklusi, dimana kriteria itu menentukan dapat atau tidaknya sampel tersebut digunakan (Notoatmodjo, 2012: 92). Rumus yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{2\sigma^2(Z1 - \alpha + Z1 - \beta)^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2}$$

Keterangan:

σ = estimasi standar devias dari beda mean kedua kelompok

$Z1 - \alpha$ = standar normal deviasi α

$Z1 - \beta$ = standar normal deviasi β

μ_1 = nilai mean kelompok senam otak yang didapat dari penelitian terdahulu

μ_2 = nilai mean kelompok melukis dengan jari yang didapat dari penelitian terdahulu

Jadi jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah:

σ = 3,194

$Z1 - \alpha$ = 1,96

$Z1 - \beta$ = 1,28

μ_1 = 8,444

μ_2 = 5,250

$$n = \frac{2(3,194)^2(1,96 + 1,28)^2}{(8,444 - 5,250)^2}$$

$$n = \frac{20,403(10,497)}{10,201}$$

$$n = \frac{214,170}{10,201}$$

$$n = 22$$

Jadi, sampel dalam penelitian ini sebanyak 22 orang (11 untuk kelompok intervensi senam otak dan 11 untuk kelompok intervensi melukis dengan jari).

D. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini pemilihan sampel dilakukan dengan cara *Non Probability Sampling*, jenis *Purposive Sampling* yaitu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti, sehingga sampel tersebut dapat mewakili populasi yang telah dikenal sebelumnya (Hidayah, Nur., 2014: 124).

Adapun karakteristik sampel untuk orang tua anak yang dapat dimasukkan dalam kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :

- a. Bersedia menjadi responden.
- b. Orang tua yang memiliki anak yang berusia 5 - 6 tahun.
- c. Orang tua yang memiliki anak yang mengalami tantrum.
- d. Anak yang kooperatif.

Sedangkan karakteristik sampel untuk anak yang dapat dimasukkan dalam kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah :

- a. Anak yang tidak hadir 2 hari berturut-turut selama penelitian berlangsung.
- b. Anak yang mengalami retardasi mental.

E. Pengumpulan Data

Jenis data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui kuesioner. Selesai pengisian kuesioner, peneliti memeriksa kelengkapan data dan jika ada data yang kurang, dapat langsung dilengkapi. Selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisa. Data sekunder diperoleh dengan mempelajari berbagai sumber bacaan, seperti: buku-buku, jurnal dan artikel yang berkaitan erat dengan tantrum. Serta data yang

diperoleh dari observasi, wawancara dengan guru dan orangtua yang berhubungan dengan anak usia prasekolah yang akan dilakukan intervensi.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengukur perilaku temper tantrum anak usia prasekolah yaitu lembar kuesioner. Kuesioner ini diadopsi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yuniarto (2014: 45). Pengukuran ini dilakukan sendiri oleh peneliti dan asisten peneliti, kemudian melihat langsung perilaku anak prasekolah dan dengan indikator pertanyaan yang ada pada lembar kuesioner. Selanjutnya hasil ditulis pada kolom yang tersedia. Bentuk kuesioner berupa kuesioner tertutup, instrumen kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 21 item dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Untuk pertanyaan *favourable* dengan jawaban 'YA' diberi skor 1 dan jawaban 'TIDAK' diberi skor 0, untuk jawaban *unfavourable* dengan jawaban 'YA' diberi nilai 0 dan jawaban 'TIDAK' diberi skor 1.

Dalam mempermudah identifikasi peneliti memberi skor pada anak usia prasekolah yang mengalami perilaku temper tantrum yang dikategorikan sebagai berikut:

Temper tantrum rendah : 0-7

Temper tantrum sedang : 8-14

Temper tantrum tinggi : 15-21

Pertanyaan pada instrumen temper tantrum kemudian dibuat kisi-kisi.

Tabel 3.1 Distribusi Item Temper Tantrum Perilaku Verbal dan Nonverbal

Indikator	No Item	Jumlah	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Memukul	1, 3, 12	3	1, 12	3
Menjerit	2	1	2	-
Berteriak	16	1	-	16
Menendang	4, 6, 9	3	9	4, 6
Menggigit	5	1	5	-
Menangis	7, 15, 19	3	7	15, 19
Melempar barang	8, 14, 17	3	17	8, 14
Merengek	10, 21	2	10	21
Menghentakkan kaki	11, 18	2	11, 18	-
Menyakiti diri sendiri	13, 20	2	13, 20	-
Jumlah	21	21	12	9

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji validitas

Untuk mengetahui sejauhmana kesamaan antara yang diukur peneliti dengan kondisi yang sebenarnya di lapangan, maka dilakukan uji validitas terhadap kuesioner yang telah dipersiapkan dengan melihat nilai koefisien korelasi item pertanyaan dengan total nilai pertanyaan pada setiap variabel (*corrected item total correlation*). Item pertanyaan dalam kuesioner

dikatakan valid apabila nilai *corrected item total correlation* > nilai r tabel (0,361) pada signifikansi 5% (Arikunto, 2010: 211).

Hasil uji validitas kuesioner pada 21 pertanyaan dengan indikator memukul, menjerit, berteriak, menendang, mengigit, menangis, melempar barang, merengek, mengehentakkan kaki, menyakiti diri sendiri yaitu nilai r hitung dalam rentang 0,841-0,969. Jadi kuesioner tentang temper tantrum tersebut valid karena nilai r hitung > r tabel (0,361) (Yunianto, 2014: 48).

2. Uji reliabilitas

Untuk mengetahui sejauhmana konsistensi hasil penelitian maka dilakukan uji reliabilitas terhadap kusioner yang telah dipersiapkan dengan formula *cronbach alpha*. Item pertanyaan dalam kusioner dikatakan reliabel apabila nilai *cronbach alpha* > 0,6 (Arikunto, 2010: 211).

Hasil dari uji reliabilitas kuesioner adalah 0,95 dikatakan reliabel karena nilai *cronbach alpha* > 0,6 (Yunianto, 2014: 49).

H. Pengolahan Dan Analisa Data

1. Pengolahan data

Setelah data terkumpul maka dilakukan pengolahan data kemudian dianalisis. Pengolahan data dilakukan (Notoatmodjo, 2010: 176) sebagai berikut :

- a. *Editing* adalah kegiatan menyeleksi data yang masuk dari pengumpulan data melalui kuesioner, setelah kuesioner dikumpulkan kemudian peneliti melakukan pemeriksaan terhadap jawaban yang telah diberikan, dan tidak ada kuesioner yang tidak terisi.

- b. *Coding* adalah kegiatan untuk mengklarifikasi data atau jawaban menurut kategorinya masing-masing.
- c. *Scoring* adalah kegiatan menyekor hasil jawaban dari kuesioner yang dilakukan pada responden.
- d. *Transferring* adalah kegiatan memindahkan jawaban atau kode jawaban kedalam master sheet (terlampir).
- e. *Tabulating* adalah kegiatan menyusun dan meringkas data yang masuk dalam bentuk tabel-tabel (dummy table).

2. Analisa data

Untuk analisa data dilakukan dengan langkah-langkah berikut:

a. Analisa univariat

Analisa univariat digunakan untuk memperoleh gambaran pada masing-masing variabel. Analisa ini bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan karakteristik variabel dalam penelitian dengan mencari nilai mean, median dan modus. Pada umumnya dalam analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel yang diteliti.

b. Analisa bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk membuktikan hipotesis penelitian yaitu perbedaan efektifitas senam otak dengan melukis dengan jari terhadap perilaku tantrum dan melihat perbedaan sebelum dan sesudah pemberian intervensi dilakukan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *uji*

wilcoxon dan *uji mann whitney* karena data terdistribusi tidak normal saat uji normalitas.

I. Etika Penelitian

Masalah etika dalam keperawatan merupakan masalah yang sangat penting karena akan berhubungan dengan manusia secara langsung. Olehnya itu, etika penelitian dibutuhkan sebagai pedoman dalam melaksanakan penelitian profesional. Adapun etika yang perlu dan harus diperhatikan adalah:

1. Informed Consent

Merupakan cara persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan (*informed consent*). Lembar persetujuan ini diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Apabila responden yang telah sesuai dengan kriteria bersedia menjadi responden maka ia akan menandatangani lembar persetujuan namun apabila tidak bersedia menjadi responden maka responden bisa menolak. Dalam penelitian ini yang dimintai persetujuan adalah anak dan orang tua.

2. Tanpa nama (Anonymity)

Masalah etika keperawatan merupakan masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. Kerahasiaan(*Confidentiality*)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan terutama identitas responden akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti saat publikasi (Hidayat, 2008: 83).



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. *Gambaran Umum Lokasi Penelitian*

Penelitian ini dilaksanakan di Taman Kanak-Kanak Amanah Antang, Kota Makassar yang menyelenggarakan pendidikan bagi anak-anak dengan jenjang umur 4-6 tahun. Taman kanak-kanak ini terletak di jalan Biologi B/10 Kompleks Unhas Antang Makassar.

Taman kanak-kanak ini berdiri pada tanggal 26 Juli 2012 atas Izin operasional Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Makassar No. 421.9/010/DP/II/2012 dan telah terakreditasi B. Adapun kurikulum yang terdapat pada TK Amanah Antang ini yaitu pedoman program pembentukan perilaku (pendidikan budi pekerti), pelaksanaan program pengembangan kemampuan dasar (mengenal huruf dan angka), pendidikan rohani dan jasmani serta sikap dan keterampilan.

Adapun Visi dan Misi pada TK Amanah Antang, kota Makassar adalah sebagai berikut:

1. Visi
Menjadikan taman kanak-kanak Amanah unggul dalam ilmu dan iman.
2. Misi
 - a. Meningkatkan pendidikan berimbang antara akhlaq dan ilmu.
 - b. Melaksanakan pendidikan dialog interaktif, kreatif dan inovatif.
 - c. Membantu anak didik untuk berfikir kritis dan gemar belajar
 - d. Mewujudkan pendidikan berkualitas dan profesional.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas senam otak dan melukis dengan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia pra sekolah di TK Amanah Antang yang telah dilaksanakan pada tanggal 28 Januari - 7 Februari 2020. Responden pada penelitian ini adalah anak pra sekolah (5-6 tahun) dengan jumlah responden sebanyak 11 anak untuk kelompok senam otak dan 11 anak untuk kelompok melukis dengan jari. Jenis penelitian ini dirancang dalam *Quasi Eksperimen Design* dengan pendekatan *Two Group Pre-Post Test Design* yaitu pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah dengan 2 kelompok intervensi.

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian, maka didapatkan distribusi umur dan jenis kelamin anak dan orang tua untuk kelompok senam otak dan melukis dengan jari sebagai berikut:

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin Anak di TK Amanah Antang Tahun 2020

No	Karakteristik	Kelompok				P Value	
		Senam Otak		Melukis dengan Jari			
		f	%	f	%		
1	Umur	5 tahun	6	54,5	5	45,5	0.677
		6 tahun	5	45,5	6	54,5	
	Total	11	100	11	100		
2	Jenis Kelamin	Laki-Laki	3	27.3	7	63.6	0.094
		Perempuan	8	72.7	4	36.4	
	Total	11	100	11	100		

Sumber: Data Primer, 2020

*Keterangan: *Uji Mann Whitney*

Berdasarkan tabel 4.1 diatas kelompok senam otak menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan umur anak adalah sebanyak 6 anak (54,5%) berumur 5 tahun dan 5 anak (45,5%) berumur 6 tahun. Sedangkan kelompok melukis dengan jari menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan umur anak sebanyak 5 anak (45,5%) berumur 5 tahun dan 6 anak (54,5%) berumur 6 tahun. Adapun distribusi frekuensi responden untuk senam otak berdasarkan jenis kelamin anak adalah sebanyak 3 anak (18.2%) yang berjenis kelamin laki-laki dan 9 anak (81.8%) yang berjenis kelamin perempuan. Sedangkan distribusi frekuensi responden untuk melukis dengan jari berdasarkan jenis kelamin anak adalah sebanyak 9 anak (81.8%) yang berjenis kelamin laki-laki dan 2 anak (18.2%) yang berjenis kelamin perempuan.

Hasil uji untuk mengetahui ada perbedaan usia responden terhadap senam otak dan melukis dengan jari pada anak pra sekolah yang diperoleh adalah $0,677 > 0,05$. Adapun untuk mengetahui ada perbedaan jenis kelamin terhadap senam otak dan melukis dengan jari nilainya adalah $0,094 > 0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan antara usia dan jenis kelamin pada senam otak dan melukis dengan jari.

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (senam otak dan melukis dengan jari) dengan variabel dependen (Perilaku Tantrum) ditunjukkan dengan nilai $p < 0,05$. Selanjutnya untuk mengetahui apakah data penelitian terdistribusi normal pada data sebelum dan sesudah diberikan intervensi senam otak dan melukis dengan jari, maka

digunakan uji *Shapiro-Wilk test*. Setelah dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa semua data tidak terdistribusi secara normal. Sehingga uji perbandingan senam otak dan melukis dengan jari pre test dan post test yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Mann Whitney Test*.

Uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk melihat ada tidaknya perbandingan perilaku tantrum anak dimana baik kelompok senam otak maupun melukis dengan jari masing-masing dilihat perbandingan tingkat perilaku tantrum pada saat pengukuran awal (pre-test) dengan pengukuran akhir (posttest).

Uji statistik *Mann Whitney Test* untuk membandingkan perbedaan perilaku tantrum anak antara kelompok senam otak dan melukis dengan jari pada data pre-test dan post-test. Uji ini dilakukan dua kali yaitu pada saat pre-test dan post-test.

a. Hasil Uji Normalitas

Tabel 4.2
Hasil Uji Normalitas Karakteristik dan Perilaku Tantrum Pada Anak Pra Sekolah

Karakteristik dan Perilaku Tantrum	Saphiro Wilk	
	Senam Otak	Melukis dengan Jari
Umur Anak	.000	.000
Jenis Kelamin Anak	.000	.000
Umur Orang Tua	.000	.008
Perilaku Tantrum Pre Test	.001	.062
Perilaku Tantrum Post Test	.022	.003

Sumber: Data Primer, 2020

b. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Tabel 4.3
Hasil Uji Perbandingan Perilaku Tantrum Pre-Test dan Post-Test pada
Kelompok Senam Otak dan Melukis dengan Jari

Perilaku Tantrum Anak		Median	Min	Max	
Nilai P					
Senam Otak	Pretest	8.00	8	15	.003
	Posttest	7.00	5	11	
Melukis dengan Jari	Pretest	9.00	9	15	.007
	Posttest	8.00	6	15	

Sumber: Data Primer, 2020

Keterangan: *Uji *Wilcoxon*

Berdasarkan tabel 4.3 dengan uji statistik *Wilcoxon T-Test* pada kelompok senam otak pre test dan post test didapatkan $p = 0,003$ atau $p < 0,05$ berarti terdapat perbedaan signifikan perilaku tantrum anak sebelum dan sesudah diberikan perlakuan senam otak. Sedangkan pada kelompok melukis dengan jari $p = 0,007$ atau $p < 0,05$ berarti terdapat perbedaan signifikan perilaku tantrum anak sebelum dan sesudah diberikan perlakuan melukis dengan jari.

c. Hasil Uji *Mann Whitney*

Tabel 4.4
Hasil Uji Perbandingan Perilaku Tantrum pada Kelompok Senam Otak dan
Melukis dengan Jari pada Pre-Test dan Post-Test

Perilaku Tantrum Anak		Median	Min	Max	
Nilai P					
Pretest	Senam Otak	9.00	6.00	15.00	.785

	Melukis dengan Jari	9.00	6.00	15.00	
Posttest	Senam Otak	7.00	5.00	15.00	
	Melukis dengan Jari	7.00	5.00	15.00	.044

Sumber: Data Primer, 2020

Keterangan: *Uji Mann Whitney

Berdasarkan uji statistik dengan *Mann Whitney Test* menunjukkan bahwa pengukuran awal (Pre-test) pada kelompok senam otak dan melukis dengan jari di dapatkan nilai $p = 0.785$ atau $p > 0.05$ berarti tidak ada perbedaan perilaku tantrum pada kedua kelompok di pengukuran awal (Pre-test). Sedangkan pada pengukuran akhir (Post-Test) pada kelompok senam otak dan melukis dengan jari di dapatkan nilai $p = 0.044$ atau $p < 0.05$ berarti ada perbedaan perilaku tantrum pada kedua kelompok di pengukuran akhir (Post-Test).

C. Pembahasan

Pada awal penelitian ini telah didapatkan data awal dengan jumlah anak yang memiliki perilaku tantrum di TK Amanah Antang adalah berjumlah 34 anak. Setelah itu peneliti melakukan penentuan responden yang disesuaikan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Adapun jumlah anak yang masuk ke dalam kriteria inklusi yaitu sebanyak 22 anak. Sedangkan 12 anak lainnya masuk ke kriteria eksklusi dikarenakan umur dan beberapa diantaranya tidak pernah hadir selama penelitian. Responden kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 11 responden anak pada kelompok senam otak dan 11 responden anak pada kelompok melukis dengan jari.

Dalam rancangan penelitian ini, kelompok senam otak dan melukis dengan jari diberi perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan selama 9 hari dimana pada hari pertama yang dilaksanakan adalah mengambil data pre-test dengan membagikan kuesioner kepada orang tua/wali murid sebelum dilakukan senam otak dan melukis dengan jari. Kemudian hari esoknya mengambil kembali kuesioner yang dibagikan sebelumnya serta memperkenalkan diri kepada anak-anak dan memberi tahu tujuan yang akan dilaksanakan. Dimulai pada hari ketiga, melakukan intervensi kepada masing-masing kelompok yaitu kelompok senam otak dan kelompok melukis dengan jari yang akan dilaksanakan 1 kali dalam sehari selama 7 kali pertemuan. Setelah dilakukan intervensi selama 7 kali pertemuan maka hari berikutnya (esok hari) dilaksanakan post-test untuk mengetahui perilaku tantrum pada anak.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perilaku tantrum anak sebelum dan setelah diberikan senam otak dan melukis dengan jari serta mengetahui perbandingan keefektifan antara senam otak dengan melukis dengan jari terhadap perilaku tantrum anak.

1. Efektivitas Senam Otak Terhadap Perilaku Tantrum Anak

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa senam otak dapat menurunkan perilaku tantrum anak dengan nilai p-value yang didapatkan yaitu sebesar 0,003 atau $p < 0,05$. Hal ini berarti hipotesis diterima yakni senam otak efektif terhadap perilaku tantrum anak prasekolah di TK Amanah Antang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan Sudarwati (2018:1) yang berjudul “Pengaruh Senam Otak Terhadap Perilaku

Temper Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah di TK Nurul Ikhsan Kota Semarang”. Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment* dengan pendekatan *nonequivalent control group design*. Analisis data yang digunakan adalah uji *mann whitney*. Adapun hasil penelitiannya didapatkan nilai *p-value* $(0,003) < \alpha (0,05)$. Hal ini berarti ada pengaruh senam otak terhadap perilaku tantrum anak usia pra sekolah di TK Nurul Ikhsan Kota Semarang.

Tantrum adalah masalah perilaku yang umum dialami oleh anak prasekolah yang mengekspresikan kemarahan mereka dengan tidur dilantai, meronta-ronta, berteriak dan aktivitas dekstruktif lainnya. Perilaku ini merupakan sesuatu yang wajar dalam tahap perkembangan emosional anak, namun apabila tidak ditangani dengan tepat maka akan mempengaruhi perkembangan emosi di masa selanjutnya. Karena itu diperlukan peran orang tua dalam menstimulasi perkembangan anak secara optimal melalui pendidikan dan pembinaan terutama pada masa *golden age* dimana pada masa ini semua fungsi organ dan syaraf berkembang secara pesat.

Dalam hal ini Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* menekankan pentingnya pendidikan dan pembinaan terhadap anak dalam firmanNya QS. An-Nisaa/4: 9 yang berbunyi:

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعْفًا خَافُوا عَلَيْهِمْ
فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا

Terjemahnya:

Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar.

Ayat diatas menerangkan bahwa kepada mereka yang berada di sekeliling para pemilik harta yang sedang menderita sakit. Mereka seringkali memberikan aneka nasihat kepada pemilik harta yang sedang sakit itu agar yang sakit itu mewasiatkan kepada orang-orang tertentu sebagian dari harta yang akan ditinggalkannya sehingga akhirnya anak-anaknya sendiri terbengkalai, hendaklah mereka membayangkan seandainya mereka meninggalkan di belakang mereka, yakni setelah kematian mereka, anak-anak yang mereka khawatir terhadap kesejahteraan atau penganiayaan atas mereka yakni anak-anak yang lemah itu. Apakah jika keadaan serupa yang mereka alami, mereka akan menerima nasihat-nasihat seperti yang mereka berikan itu? Tentu saja tidak! Karena itu – hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dengan mengindahkan sekuat kemampuan seluruh perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar lagi tepat (Shihab, 2002).

Oleh karena itu, tanggung jawab terhadap turunan, baik itu yang bersifat materi dan immateri seperti pendidikan dan pembinaan taqwa sangat perlu diperhatikan oleh orang tua. Ayat diatas memberi pesan kepada orang yang memelihara anak yatim orang lain agar memiliki kekhawatiran kalau-kalau di kemudian hari mereka terlantar dan tak berdaya, sebagaimana ia khawatir kalau-

kalau di kemudian hari mereka terlantar dan tak berdaya, sebagaimana ia khawatir kalau hal itu terjadi pada anak-anak kandung mereka sendiri. Ketidakberdayaan itu tidak melulu menyangkut soal ekonomi semata, tetapi pada seluruh aspek kehidupan. Setiap orang tua bertanggung jawab terhadap perkembangan masa depan anak-anaknya, jangan sampai mereka termarginalisasi karena tidak memiliki pengetahuan, kemampuan, keterampilan dan semua hal yang perlukan untuk maju dan berkembang secara sehat dan bermartabat serta diri diridhai Allah SWT.

Tantrum juga dapat disebut dengan otonomi diri, yaitu rasa mampu berbuat sesuai kehendak. Anak-anak biasanya ingin belajar “lebih” dan bersifat individu. Mereka ingin lebih dari kemampuan dirinya dalam mengatur secara fisik dan emosional. Bila anak tidak mampu, maka dapat menyebabkan anak menjadi frustrasi dan stres (Soetjiningsih, Gde Ranuh, 2013:361). Rasa frustrasi dan stress menyebabkan aktivitas tubuh dikendalikan oleh sistem saraf simpatis yang menstimulasi pelepasan sekelompok hormon termasuk hormon kortisol. Efek kombinasi berbagai hormon stres yang dibawa melalui aliran darah ditambah aktivitas neural cabang simpatik dari sistem saraf otonomik berperan dalam respons fight or flight (melawan atau lari). Dalam keadaan ini, aktivitas di sistem limbik dimana proses mengingat terjadi dan di neokorteks cerebrum tempat untuk berpikir abstrak dan analisis menjadi terhambat. Untuk mengatasinya maka diberikan senam otak yang dapat memfasilitasi untuk mengoptimisasi seluruh fungsi otak (Corwin, 2009:87).

Hal ini sesuai dengan penelitian Wilujeng (2014:117) yang berjudul “Pengaruh Brain Gym Terhadap Kadar Kortisol Selama Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah” Penelitian ini menggunakan design *quasi experiment* dengan melakukan penilaian kadar kortisol sebelum dan sesudah diberikan senam otak. Adapun hasil *paired t test* pada menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar kortisol sebelum dan sesudah diberikan intervensi senam otak dengan nilai $p = 0,012 < 0,05$ yang berarti ada perbedaan antara kadar kortisol sebelum dan sesudah diberikan intervensi senam otak.

Senam otak merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengontrol stress yang dapat memicu terjadinya tantrum pada anak, karena pada senam otak terdapat tiga dimensi yang diaktifkan yaitu dimensi lateralitas (belahan kanan dan kiri otak), dimensi pemfokusan (bagian belakang otak) dan dimensi pemusatan (sistem limbis dan otak besar). Hal ini bermanfaat untuk membantu seluruh potensi dan keterampilan yang dimiliki serta mengontrol emosi (Sudarwati, 2018:6).

Apabila seseorang mengalami tantrum maka korteks cerebri (bagian berpikir dari otak) mengirimkan tanda bahaya ke hipotalamus yang menstimulasi sistem saraf simpatis (bagian dari system saraf otonom yang berfungsi menghasilkan energi). Sistem saraf simpatik menghasilkan energi dengan cara meningkatkan hormon adrenalin (epinefrin dan norepinefrin). Sehingga mengakibatkan ketegangan motorik, hiperaktivitas sistem saraf otonom dan meningkatnya kewaspadaan. Meningkatnya kewaspadaan ditandai dengan adanya perasaan mudah marah dan mudah terkejut, serta tidak dapat tidur. Dengan

gerakan – gerakan senam otak dapat mengaktifkan neocortex dan saraf parasimpatik untuk mengurangi peningkatan hormon adrenalin dalam tubuh yang dapat meredakan ketegangan psikis maupun ketegangan fisik. Sehingga jiwa dan tubuh menjadi relaks dan seimbang. Gerakan senam otak diatas apabila dilakukan secara teratur dapat menurunkan kecemasan, dan dapat menenangkan (Purwanto, dkk, 2009: 87).

2. Efektivitas Melukis dengan Jari Terhadap Perilaku Tantrum Anak

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan terhadap perilaku tantrum anak sebelum dan sesudah dilakukan melukis dengan jari. Pengolahan data menggunakan *uji wilcoxon test* sebelum dan sesudah melukis dengan jari diperoleh nilai signifikan yaitu $p = 0,046 < 0,05$. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada efek melukis dengan jari terhadap perilaku tantrum anak sebelum dan sesudah dilakukan melukis dengan jari. Hal ini berarti hipotesis diterima yakni melukis dengan jari efektif terhadap perilaku tantrum anak pra sekolah di TK Amanah Antang.

Menurut Issbel dan Raines (2007:45) seni dapat berfungsi sebagai media bagi anak untuk mengekspresikan perasaan dan emosinya. Adapun salah satu bentuk terapi seni yaitu terapi melukis dengan jari. Melukis dengan jari adalah jenis kegiatan membuat gambar yang dilakukan dengan cara menggoreskan adonan warna (bubur warna) secara langsung dengan jari tangan secara bebas di atas bidang gambar. Melalui aktivitas ini seseorang akan dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, fantasi dan kreativitasnya sehingga stress dan ketegangan dapat

dihindarkan. Selain itu, pada proses melukis dengan jari terdapat suatu hubungan antara tindakan fisik dan menyentuh cat dengan sesuatu di dalam diri (Sumanto, 2005: 53).

Hal ini sesuai dengan penelitian Losifyan dan Olga Korolkova (2019: 79) mengenai emosi yang terkait dengan tekstur berbeda selama sentuhan. Penelitian ini melibatkan 108 responden dengan mata tertutup. Responden kemudian diminta untuk menyentuh berbagai tekstur dan menilai dari 0 hingga 5 seberapa banyak mereka mengaitkannya dengan enam emosi dasar yakni kegembiraan, ketakutan, kemarahan, kejutan, kesedihan dan jijik. Adapun hasil yang didapat dalam penelitian ini yaitu terdapat korelasi antara sentuhan terhadap benda tertentu dengan emosi seseorang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Gallace dan Charles Spence (2010: 247) bahwa sentuhan dapat memberikan rasa yang sangat kuat untuk memunculkan dan memodulasi emosi manusia. Hal ini karena kulit kita mengandung reseptor yang dapat menimbulkan respons emosional.

Menurut Fatmawati (2014: 15) melukis dengan jari mampu memberikan efek relaksasi pada tubuh. Pada kondisi rileks, tubuh akan mengeluarkan hormon endorfin yang bersifat menenangkan. Endorfin ini kemudian berinteraksi dengan respon opiat di otak untuk mengurangi persepsi nyeri serta stress. Dengan adanya kadar endorfin yang tinggi dapat mengurangi tantrum akibat stress.

Selain itu, aktivitas melukis ini juga melibatkan indera penglihatan. Dalam mewarnai tentu saja individu akan melihat berbagai macam warna, dengan melihat berbagai macam warna, suasana hati dapat diperbaiki sehingga tingkat stress dapat diturunkan (Ullathifah, 2017: 52).

Hal ini sesuai dengan penelitian Pratiwi dan Wulan (2013: 168) bahwa ada pengaruh antara emosi dan warna. Hal ini dikarenakan setiap warna memiliki nada warna (*color tone*). Nada warna inilah yang dipersepsi oleh individu memiliki kandungan emosi (*emotional tone*) yang berbeda-beda tiap warnanya.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan warna-warna dominan atau warna cerah yaitu merah, kuning, hijau dan biru. Dimana warna-warna cerah ini dapat mewakili perasaan positif. Menurut Kurt and Kelechi (2014: 4), ada empat warna primer psikologis yaitu merah, biru, kuning dan hijau. Masing-masing warna ini berhubungan dengan tubuh, pikiran, emosi dan keseimbangan esensial diantara ketiganya. Warna merah adalah warna yang kuat, penuh energi, kehangatan, cinta dan agresi. Warna ini memiliki efek untuk menstimulasi sebuah perhatian atau ketercapaian, serta merangsang kelenjar adrenal, hingga meningkatkan detak jantung. Warna kuning dalam studi asosiasi warna dan emosi dikaitkan dengan komedi, suasana hati yang bahagia dan ceria. Warna hijau dianggap sebagai warna yang menenangkan secara emosional, melambangkan harmoni dan keseimbangan. Warna biru mendorong aktivitas intelektual, alasan dan pemikiran logis. Warna ini dianggap dapat menurunkan tekanan, karena warna ini melambangkan ketenangan yang merujuk kepada langit dan laut.

3. Perbedaan Efektivitas Senam Otak dengan Melukis Menggunakan Jari Terhadap Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Pra Sekolah Di TK Amanah Antang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tidak ada perbedaan bermakna perilaku tantrum sebelum diberikan senam otak maupun melukis

menggunakan jari. Sehingga pada penelitian ini bisa dijustifikasi bahwa kedua kelompok memiliki *starting point* yang sama. Jadi bisa dipastikan bahwa adapun perbedaan setelah intervensi adalah murni karena efek dari kedua intervensi tersebut.

Setelah dilakukan pengolahan data pada senam otak dengan melukis menggunakan jari dapat diketahui bahwa ada perbedaan efektivitas senam otak dengan melukis menggunakan jari terhadap perilaku tantrum pada anak usia pra sekolah. Dimana senam otak lebih efektif dibandingkan melukis menggunakan jari. Hal ini ditunjukkan dari nilai probabilitas melukis dengan jari lebih rendah dari senam otak yaitu $0,007 > 0,003$.

Menurut Sularyo dan Setyo Handryastuti (2002: 36) Otak terdiri atas dua hemisfer yaitu hemisfer kanan dan kiri. Kedua hemisfer tersebut dihubungkan di bagian tengah oleh sekumpulan serabut saraf yang disebut *corpus callosum*, semakin sering kedua hemisfer tersebut dipakai semakin banyak pula koneksi yang terjadi pada *corpus callosum* dan semakin banyak pula fungsi intelegensi yang dapat dipakai. Dalam keadaan stress, otak bereaksi dengan menghambat transmisi informasi yang bersifat simultan sehingga salah satu hemisfer akan *switched off*, dari sinilah berbagai problem akan timbul. Karena seyogianya otak akan bekerja maksimal apabila kedua hemisfer digunakan secara bersama-sama. Dalam hal ini senam otak dapat mengakses kedua hemisfer secara simultan, kedua hemisfer akan kembali *switched on* dan berada dalam kondisi terintegrasi.

Hal ini terjadi karena senam otak dapat mengaktifkan seluruh bagian otak sehingga otak yang merupakan pusat pengendali tubuh dapat berfungsi secara

optimal. Hal ini sejalan dengan pernyataan Dennison (2008:111) bahwa gerakan senam otak dibuat untuk merangsang dimensi lateralis (belahan kanan dan kiri otak) yang masing-masing belahan otak mempunyai tugas tertentu, meringankan atau merileksasi dimensi pemfokusan (bagian belakang otak) dan merangsang dimensi pemusatan yang terkait dengan perasaan atau emosional (sistem limbis dan otak besar).

Asumsi peneliti bahwa penyebab adanya perbedaan skor tantrum pada kelompok senam otak dengan melukis menggunakan jari yaitu karena pada saat melakukan senam otak anak-anak merasa sangat senang dan antusias mengikuti setiap gerakan yang diperagakan oleh peneliti. Sedangkan pada kelompok melukis dengan jari, peneliti mendapati bahwa ada beberapa anak yang tidak begitu menikmati kegiatan karena merasa jijik dengan pewarna yang digunakan. Dimana pewarna yang digunakan dalam penelitian ini adalah pewarna yang dibuat dari tepung maizena dan pewarna makanan.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Losifyan dan Olga Korolkolva (2019: 79) dimana dikatakan bahwa meskipun benda yang lembut umumnya dikaitkan dengan emosi yang menyenangkan, sedangkan benda yang kasar dikaitkan dengan perasaan yang tidak menyenangkan. Namun, ini tidak selalu benar. Misalnya, plastisin lunak, tetapi dikaitkan dengan perasaan jijik sedangkan kerikil kaca meskipun kasar namun ini dikaitkan dengan kebahagiaan.

Selain itu, peneliti juga mengasumsikan bahwa penyebab lain skor melukis dengan jari lebih rendah dibandingkan senam otak yaitu karena pada saat melakukan kegiatan melukis dengan jari anak tidak bebas mengekspresikan

emosinya melalui gambar, anak hanya mewarnai gambar yang disediakan oleh peneliti karena kebijakan dari sekolah agar peneliti menyediakan gambar yang sesuai dengan tema pekanan sekolah.

Berdasarkan analisis data dan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan efektivitas senam otak dengan melukis menggunakan jari terhadap perilaku tantrum anak usia prasekolah di TK Amanah Antang.

D. Keterbatasan Peneliti

Beberapa keterbatasan penelitian yang dirasakan oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Pengumpulan data dengan menggunakan metode penyebaran angket (kuesioner) memiliki keterbatasan yaitu pengumpulan data dengan pengisian kuesioner memungkinkan bukan orang tua/wali anak.
2. Peneliti terbatas mengenai sampel penelitian. Sehingga apabila populasinya diperluas dan sampelnya bertambah memungkinkan lebih efektif.
3. Peneliti tidak bisa mengontrol anak sakit, lelah dan faktor-faktor penyebab lainnya yang bisa mempengaruhi terjadinya tantrum anak.
4. Pada penelitian ini, peneliti tidak mengelompokkan anak berdasarkan minatnya apakah ingin melakukan senam otak atau melukis dengan jari sehingga ada kemungkinan anak merasa tidak senang selama kegiatan dilakukan.



UNIVERSITAS ALAUDDIN

ALAUDDIN

MAKASSAR

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil uji perbandingan perilaku tantrum pre test dan post test pada kelompok senam otak didapatkan nilai $p = 0.003$ atau nilai $p = < 0.05$ yang berarti ada perbedaan signifikan perilaku tantrum sebelum dan sesudah diberikan senam otak atau senam otak efektif terhadap perilaku tantrum pada anak usia prasekolah.
2. Berdasarkan hasil uji perbandingan perilaku tantrum pre test dan post test pada kelompok melukis menggunakan jari didapatkan nilai $p = 0.007$ atau nilai $p = < 0.05$ yang berarti ada perbedaan signifikan perilaku tantrum sebelum dan sesudah diberikan melukis menggunakan jari atau melukis menggunakan jari efektif terhadap perilaku tantrum pada anak usia prasekolah.
3. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat perbedaan skor tantrum pada kedua kelompok. Hal ini ditunjukkan dari nilai probabilitas melukis dengan jari lebih rendah dari senam otak yaitu $0,007 > 0,003$. Namun kedua intervensi ini sama-sama efektif dalam menurunkan perilaku tantrum pada anak usia pra sekolah.

B. Saran

1. Bagi institusi
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman di institusi pendidikan mengenai pengajaran metode

pembelajaran yang efektif terhadap perilaku tantrum pada anak usia prasekolah

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti lebih jauh tentang efektivitas senam otak dan melukis dengan jari terhadap perilaku temper tantrum anak prasekolah disarankan untuk penelitian ini bisa dijadikan dasar, dengan menggunakan sampel yang lebih besar. Selain itu, peneliti diharapkan dapat mengelompokkan anak sesuai minatnya sebelum melakukan intervensi agar hasilnya bisa lebih maksimal.

3. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai dasar pemahaman pengetahuan masyarakat terutama orang tua dalam menyikapi perilaku tantrum pada anak usia prasekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an.

Amanda, Yuventi. *Peningkatan Keterampilan Motorik Halus Melalui Kegiatan Finger Painting Pada Anak Kelompok B1 Di TK ABA Gambrengan, Srandangan, Bantul*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2016.

Aizah, S., & Wati, S. E. *Upaya Menurunkan Tingkat Stres Hospitalisasi dengan Aktivitas Mewarnai Gambar pada Anak Usia 4-6 Tahun di Ruang Anggrek RSUD Gambiran Kediri*. Jurnal Efektor No. 25 Vo. 1 , 6-10. 2014).

Andhika, Rini. *Super Brain: Aktivasi Otak Tengah*. Jakarta: Puspa Populer. 2010.

Astuti, Yuni. *Perilaku Tantrum Anak Usia 5-6 Tahun Ditinjau Dari Usia Menikah Orang Tua Di Desa Bener, Kecamatan Kepil, Kabupaten Wonosobo*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang. 2016.

Corwin, Elizabeth J. *Buku Saku Patofisiologi Ed. 3*. Jakarta: EGC. 2009.

Dennison, P.E. *Brain Gym And Me*. Jakarta: Grasindo. 2008.

Diana, Sulis, dkk. *Brain Gym : Stimulasi Perkembangan Anak Paud I*. Surakarta: CV Kekata Group. 2017.

Fatmawati. *Pengaruh Aktivitas Menggambar Terhadap Perilaku Agresif Anak Usia 3-6 Tahun di PAUD Sariharjo Ngaglik Sleman*. Naskah Publikasi. Yogyakarta: Stikes Aisyiyah. 2014.

Gallace, Charles Spence. *The Sciences of Interpersonal touch : an overview. Neurosciences and bibehavioral reviews 34 (2010) 246-259*. www.elsevier.com/locate/neubiorev. Diakses pada tanggal 16 Juni 2020

Hikmah. *Berita Tantrum*. <https://wiken.grid.id/read/391750967/viral-video-bocah-ngamuk-karena-tak-dapat-sinyal-di-kampung-halaman?page=all> diakses tanggal 14 November 2019

Hayes, Eileen. *Tantrums*. Jakarta: Erlangga, 2003.

Habibi, Muazzar. *Analisis Kebutuhan Anak Usia Dini (Buku Ajar SI PAUD)*. Yogyakarta: Deepublish. 2018.

Hidayah, Nur, dkk. *Perawatan Holistik Pada Anak Dalam Perspektif Islam*. Makassar: Andira Publisher, 2015.

Hidayah, Nur. *Buku Daras Riset Keperawatan*. Makassar: Alauddin university press. 2014.

- Hidayat, Aziz Alimul. *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika, 2007.
- Hildayani, Rini, dkk. *Psikologi Perkembangan Anak*. Tangerang Selatan: Universitas Negeri Terbuka Universitas Terbuka, 2008.
- Indriansari, Antarini. *Pengaruh Hypnoparenting dan Finger Painting Terhadap Frekuensi Temper Tantrum Anak Toddler di PAUD Harapan Indah Inderalaya*. Inderalaya: Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, 2015.
- Isbell dan Raines. *Creativity and the Arts with Young Children*. Belmont: Macmillan Company. 2007.
- Jayanthi, Nikken. *Hubungan Antara Perilaku Orangtua Dengan Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Pra Sekolah Di TK ABA 53 Plamongan Indah Semarang*. Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan UMS, 2009.
- Kementrian Agama RI. *Al-Qur'an*. Jakarta: 2014.
- Kholid, Ahmad. *Promosi Kesehatan: Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya untuk Mahasiswa dan Praktisi Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers. 2014.
- Kulung, D. Amus. *Pembelajaran Finger Painting Pada Anak Agresif Di Sekolah Luar Biasa Prayuwana Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan UNY, 2016.
- Kurt dan Kelechi Kingsley. *The Effect of Color on the Moods of College Students*. Nicosia: Cyprus International University. 2014
- Losifyan san Olga Korolkova. *Emotions associated with different textures during touch*. *Journal of Consciousness and cognition* vol 71, may 2019, pages 79-85. <http://doi.org/10.1016/j.concog.2019.03.012>. Diakses pada tanggal 16 Juni 2020.
- Mireault, Gina dan Jessica Trahan. *Tantrums and Anxiety in Early Childhood: A Pilot Study*. *Early Childhood Research and Practice Journal*. <http://ecrp.uiuc.edu/v9n2/mireault.html>. Diakses tanggal 7 Agustus 2018.
- Montolalu. *Bermain dan Permainan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka. 2009.
- Mulyanti, Sri dan Sunarsih Rahayu. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pola Asuh Terhadap Kejadian Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah*. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, Volume 3, No 2. Surakarta: Politeknik Kesehatan Surakarta. 2014.
- Noorlaila, Iva. *Panduan Lengkap Mengajar Paud*, Yogyakarta: Pinus Book Publisher. 2010.

- Notoatmodjo. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya. 2005.
- Notoadmodjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Nugraha, Ali dan Yeni Rahmawati. *Metode Pengembangan Sosial Emosional*. Jakarta: Universitas Terbuka. 2005.
- Nurdin. *Pengaruh Senam Otak Terhadap Stres Pada Santri Madrasah Mu'alimin Yogyakarta. Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Pamadhi, Hajar. *Ruang Lingkup Seni Rupa Anak..* Jakarta: Universitas Terbuka. 2008.
- Patmonodewo, S. *Pendidikan Anak Prasekolah*. Jakarta: Rhineka Cipta, 2008.
- Pieter, Zan & Namora. *Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan*. Jakarta: Kencana. 2010.
- Pitakasari, A. Ritzki. *Buat Sendiri Cat Aman Finger Paining Untuk Si Kecil*. <http://m.republika.co.id/berita/gaya-hidup/hobi/13/07/02/mpao76-buat-sendiri-cat-aman-finger-painting-untuk-si-kecil>. Diakses tanggal 2 april 2017.
- Pratiwi dan Wulan Budisetyani. *Emosi dan Penggunaan Warna Dominan Pada Kegiatan Mewarnai Anak Usia Dini*. Jurnal Psikologi Udayana, Vol. 1 No. 1. Bali: Fakultas Psikologi Universitas Udayana. 2013.
- Purwanto, Setya, dkk. *Manfaat Senam Otak (Brain Gym) Dalam Mengatasi Kecemasan Dan Stres Pada Anak Sekolah*. Jurnal Kesehatan, ISSN 1979-7621, VOL.. 2, NO. 1, JUNI 2009. Diakses tanggal 15 November 2019.
- Rahayuningsih. *Strategi Ibu Mengatasi Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Usia Toddler Di Rumah Susun Keudah Kota Banda Aceh*. *Idea Nursing Journal*. Aceh: Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala. 2014.
- Sangkanparan, Hartono, *Otak Tengah Memang Dahsyat; Bukti-Bukti Dahsyatnya Otak Tengah*. Jakarta: Visi Media. 2010.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Soetjiningsih dan Gde Ranuh. *Tumbuh Kembang Anak, Ed.2*. Jakarta: EGC. 2013
- Sudarwati, Wiwik. *Pengaruh Senam Otak Terhadap Perilaku Temper Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah Di Tk Nurul Ikhsan Kota Semarang*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Waluyo Ungaran, 2017.

- Sularyo dan Setyo Handryastuti. *Senam Otak*. Sari Pediatri, Vol. 4, No. 1. Jakarta: FKUI RSCM. 2002
- Sumanto. *Pengembangan Kreativitas Seni Rupa Anak TK*. Jakarta: Depdiknas Dirjen Dikti. 2005.
- Suwarni, Rosa Maria dkk. *Hubungan Pola Komunikasi Dengan Kejadian Temper Tantrum Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Tk Islamic Center Manado*. E-Journal Keperawatan (E-Kp) Volume 5 Nomor 1, Februari 2017. Diakses tanggal 15 November 2019.
- Suzanti, Marsella, dkk. *Efektifitas Finger Painting Untuk Menurunkan Perilaku Temper Tantrum Pada Anak KB PK Yogyakarta*. Jurnal Pendidikan Anak Volume III Edisi I. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan UNY, 2014.
- Syamsuddin. *Mengenal Perilaku Tantrum dan Bagaimana Mengatasinya*. *Informasi Vol. 18, No. 02, Tahun 2013*. Diakses tanggal 7 Agustus 2018.
- Thompson, June. *Toddler Care Pedoman Merawat Balita*. Jakarta: Erlangga, 2003.
- Tribun News. *Berita Anak Tantrum Menjatuhkan Diri ke Tanah*. <https://style.tribunnews.com/2017/09/22/viral-anak-tantrum-hingga-jatuhkan-diri-ke-tanah-ayah-ini-lakukan-hal-berikut-caranya-jitu>. diakses pada tanggal 14 November 2019
- Tribun timur. *Berita Anak Tantrum Karena Dilarang Bermain Smartphone*. <https://kaltim.tribunnews.com/2017/01/10/parah-bocah-ini-jadi-tantrum-karena-dilarang-main-smartphone-ia-bahkan-tendang-ibunya> diakses pada tanggal 14 November 2019
- Ullathifah, Nururrif, *Colouring Activities Untuk Mereduksi Stres Sekolah Pada Siswa Sd*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang. 2017.
- Utami, Rini. *Jangan Biarkan Anak Kita Tumbuh dengan Kebiasaan Buruk*. Solo: Tiga Serangkai, 2006.
- Wakschlag LS, dkk. *Defining The Developmental Parameters Of Temper Loss In Early Childhood: Implications For Developmental Psychopathology*. *J Child Psychol Psychiatry*, 2012.
- Wibawa H. M dan Lanawati. *Pengaruh Finger Painting Terhadap Perubahan Perilaku Agresif Anak TK B*. Jakarta. Tesis. Universitas Pelita Harapan, 2008.
- Wilujeng, Atik Pramesti. *Pengaruh Brain Gym Terhadap Kadar Kortisol Selama Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah 3 (1). Banyuwangi: Stikes Banyuwangi. 2018.

Wulansari. *Identifikasi Perilaku Tantrum Anak Usia 5-6 Tahun di TK Marditama*. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Vol. 6 Tahun ke-4. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. 2015.

Yunianto, Joko. *Pengaruh Senam Otak Terhadap Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al-Ikhlas Nglempongsari Ngaglik Sleman*. Naskah Publikasi. Yogyakarta: STIKES Aisyiyah Yogyakarta, 2014.



L

A

M

P

I

R

A

N

UNIVERSITAS ISLAM ALAUDDIN

ALAUDDIN

M A K A S S A R

Lampiran 1.

NASKAH PENJELASAN UNTUK MENDAPATKAN PERSETUJUAN DARI SUBJEK PENELITIAN

Assalamualaikum wr.wb

Saya Nur Asia, NIM : 70300113037 mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar, bermaksud mengadakan penelitian dengan judul “Perbedaan Efektivitas Senam Otak dan Melukis dengan Jari terhadap Perilaku Temper Tantrum pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Amanah Antang”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas senam otak dan melukis dengan jari terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia pra sekolah di TK Amanah Antang.

Saya membutuhkan waktu dan kesediaan bapak/ibu agar bersedia mengisi lembar kuesioner untuk menjawab pertanyaan berdasarkan tujuan penelitian saya. Saya akan menjamin jawaban bapak/ibu akan dirahasiakan dan tidak akan dipublikasikan. Hanya peneliti yang akan mengetahui informasi ini. Anda berhak menolak jika tidak bersedia menjadi responden. Namun sangat kami harapkan kesediaan bapak/ibu sekalian untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dan kami mengharapkan jawaban jujur bapak/ibu atas pertanyaan yang kami berikan. Peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas dan jawaban para responden jika bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

- Demi menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut hanya diberi simbol atau kode tertentu, sebagai pengganti identitas responden.

- Keikutsertaan secara sukarela. Responden dapat mengundurkan diri kapan saja dan tidak mempengaruhi kualitas.
- Pengisian kuesioner di lakukan kepada responden sekitar 10-15 menit untuk mengetahui perilaku temper tantrum pada anak prasekolah.

Apabila responden ingin mengundurkan diri selama proses penelitian ini berlangsung atau jika ada hal – hal yang kurang berkenan maka responden dapat mengungkapkan langsung atau menghubungi saya. Jika bersedia mengikuti penelitian ini, silahkan menandatangani lembar persetujuan responden. Apabila terdapat hal – hal yang kurang jelas, dapat menghubungi saya melalui nomor ini (085244433693). Demikian penyampaian dari saya, atas segala perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Gowa, Januari 2020

(Nur Asia)

Penanggung jawab : Peneliti utama

Nama : Nur Asia

Alamat : BTN Bajeng Permai Blok C/3, Limbung.

No. HP : 085244433693

Lampiran II:

**FORMULIR PERSETUJUAN MENGIKUTI PENELITIAN
SETELAH MENDAPAT PENJELASAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) :

Usia :

Alamat :

Agama :

Pekerjaan :

Pendidikan terakhir :

Jumlah anak :

Usia anak :

Dengan ini menyatakan telah mendapat penjelasan dari peneliti tentang penelitian “Perbedaan Efektivitas Senam Otak dan Melukis dengan Jari terhadap Perilaku Temper Tantrum pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Amanah Antang”. Maka dengan ini saya secara sukarela dan tanpa paksaan menyatakan bersedia ikut serta dalam penelitian tersebut.

Demikian surat pernyataan ini untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Gowa, Januari
2020

Responden

()

Penanggung jawab : Peneliti utama

Nama : Nur Asia

Alamat : BTN Bajeng Permai Blok C/3, Limbung.

No. HP : 085244433693



Lampiran III

TEMPER TANTRUM RATING SCALE

Identitas Anak

Nama (Inisial) :

Umur :

Jenis Kelamin :

Identitas Orang tua

Nama (Inisial) :

Umur :

Pekerjaan :

PETUNJUK PENGISIAN

PETUNJUK PENGISIAN

Berikanlah tanda (√) pada kolom yang tersedia diantara 2 alternatif jawaban yang tersedia **YA** atau **TIDAK**, untuk melihat perbedaan perilaku tantrum yang muncul.

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Anak akan memukul temannya saat diganggu dan membalas perlakuan temannya		
2.	Anak akan menjerit-jerit jika keinginannya tidak terpenuhi		
3.	Anak disenangi teman disekolah karena ia tidak suka memukul saat marah		
4.	Walau sedang marah dan kesal, anak akan tetap diam.		
5.	Anak menggigit atau memukul saat dimarahi		
6.	Anak rukun ketika bermain dengan teman-temannya		
7.	Anak akan menangis dan butuh waktu lama untuk membuatnya tenang kembali		
8.	Anak bisa menerima alasan ketika permintaannya tidak dituruti		
9.	Anak akan menendang orang lain jika dibuat kesal		

10.	Jika tidak menuruti permintaan anak, ia akan merengek.		
11.	Anak suka menghentakkan kaki atau mengepalkan tangan saat kecewa.		
12.	Anak akan memukul temannya disekolah walaupun ia anak yang patuh.		
13.	Anak suka memukul dirinya sendiri ketika marah atau keinginannya tidak terpenuhi.		
14.	Ketika marah, anak bisa mengendalikan dirinya sendiri dengan cara apapun.		
15.	Anak akan tertunduk diam atau menangis ketika dibentak karena takut suara keras.		
16.	Ketika berada diantara orang banyak, anak dapat menahan emosinya.		
17.	Ketika anak melempar barang yang ada disekitarnya berarti ia sedang marah.		
18.	Anak menghentakkan kakinya mengepalkan tangan dan berguling-guling saat mengamuk.		
19.	Saat anak sedih, ia akan memeluk orang yang dekat dengannya.		
20.	Anak akan menyakiti dirinya ketika tidak mau melakukan kegiatan bersama-sama.		
21.	Anak akan diam saja, padahal ia belum sarapan dari pagi dan pipis di celana.		

LAMPIRAN IV

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

SENAM OTAK

A. Pengertian

Senam otak adalah kumpulan latihan yang berbasis gerakan tubuh sederhana.

Dimana gerakan itu dibuat untuk merangsang optimalisasi otak.

B. Tujuan

1. Mengendalikan emosi
2. Meningkatkan keseimbangan otak kanan-kiri
3. Menambah konsentrasi
4. Meningkatkan fokus dan daya ingat

C. Persiapan Anak

1. Anak-anak dan guru disekolah diberitahu tujuan dari senam otak
2. Melakukan kontrak waktu
3. Menyiapkan air putih sebelum melaksanakan senam otak tersebut

D. Prosedur pelaksanaan

1. Tahap pra interaksi
 - a. Melakukan kontrak waktu

Dilakukan 1 kali dalam sehari dalam waktu 30 menit dan dilakukan 7 kali pertemuan dalam kurun waktu 9 hari.

- b. Mengecek kesiapan anak

2. Tahap orientasi

- a. Memberikan salam kepada anak-anak
- b. Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan
- c. Menanyakan persetujuan dan kesiapan anak-anak sebelum kegiatan dilakukan

3. Tahap kerja

- a. Menganjurkan anak-anak minum air putih terlebih dahulu
- b. Menganjurkan anak melakukan gerakan *Hook-ups* sebelum gerakan inti dimulai
- c. Memberikan petunjuk pada anak mengenai cara senam otak

1) Gerakan pertama

Gerakan ini dilakukan dengan menggerakkan organ tubuh kiri dan kanan secara bersamaan.



Rasional: Gerakan ini dapat mengintegrasikan otak kiri/kanan seimbang, meningkatkan energi, mempermudah belajar dan menyeimbangkan emosi.

2) Gerakan kedua

Gerakan ini dilakukan dengan menaikkan bahu dan menundukkan kepala ke depan kemudian lakukan gerakan memutar dari satu sisi ke sisi lainnya. Tarik napas dan hembuskan dengan baik dan teratur.



Rasional: Gerakan ini dapat meredakan ketegangan otot tengkuk dan leher, menenangkan sistem saraf pusat, memudahkan bicara dan belajar bahasa.

3) Gerakan ketiga

Gerakan ini dilakukan dengan meletakkan tangan pada perut bagian bawah. Tarik napas melalui hidung, tahan kemudian hembuskan melalui mulut.



Rasional: Gerakan ini dapat memperbaiki pasokan oksigen ke seluruh tubuh, terlebih untuk otak. Gerakan ini terbukti dapat meningkatkan kemampuan membaca dan berbicara.

4) Gerakan keempat

Gerakan ini dilakukan dengan memijat otot bahu kiri dengan tangan kanan. Menggerakkan kepala perlahan menyeberangi garis tengah, ke kiri, ke kanan dengan tinggi posisi dagu tetap begitupun sebaliknya.



Gerakan ini dapat mengurangi ketegangan otot leher, menunjang konsentrasi dan daya ingat serta kemampuan bicara dan menghitung.

5) Gerakan kelima

Gerakan ini dilakukan dengan meletakkan dua jari tangan di bawah hidung dan tangan lainnya di ujung tulang ekor. Tarik napas dan buang napas dengan baik.



Gerakan ini dapat mengurangi ketegangan dan rasa takut serta menenangkan sistem saraf pusat.

6) Gerakan keenam



Gerakan ini dilakukan dengan menyentuh titik-titik di atas kedua mata, di tengah antara batas rambut dan alis, dengan ujung jari-jari tiap tangan. Gunakan tekanan secukupnya untuk menarik kulit agar kencang dan tahan kontak itu selama sekitar satu menit.

Rasional: Gerakan ini mampu menurunkan tekanan stres emosional.

d. Memberikan pujian pada anak bila dapat melakukan

e. Menanyakan perasaan dan pendapat anak-anak tentang permainan

4. Tahap terminasi

- a. Melakukan evaluasi sesuai dengan tujuan
- b. Berpamitan dengan anak-anak
- c. Membereskan dan mengembalikan alat ke tempat



Lampiran V

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

MELUKIS DENGAN JARI

A. Pengertian

Melukis dengan jari adalah teknik melukis yang dilakukan dengan cara menggoreskan adonan warna (bubur warna) secara langsung dengan jari tangan secara bebas di atas bidang gambar.

B. Tujuan

1. Membantu anak dalam mengekspresikan emosi mereka
2. Mengembangkan ekspresi melalui media lukis dengan gerakan tangan
3. Mengembangkan fantasi, imajinasi, dan kreasi,

C. Persiapan

1. Persiapan anak
 - a. Anak-anak dan guru disekolah diberitahu tujuan dari melukis dengan jari
 - b. Melakukan kontrak waktu
2. Persiapan alat
 - a. Bubur warna
 - b. Kertas gambar
 - c. Air bersih untuk cuci tangan

D. Prosedur pelaksanaan

1. Tahap pra interaksi

a. Melakukan kontrak waktu

Dilakukan 1 kali dalam sehari dalam waktu 30 menit dan dilakukan 7 kali pertemuan dalam kurun waktu 9 hari.

c. Mengecek kesiapan anak

2. Tahap orientasi

a. Memberikan salam kepada anak-anak

b. Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan

c. Menanyakan persetujuan dan kesiapan anak-anak sebelum kegiatan dilakukan

3. Tahap kerja

a. Peneliti mempersiapkan bahan dan peralatan melukis dengan jari.

Peneliti mempersiapkan segala bahan dan alat yang diperlukan antara lain; kertas gambar, bubur warna, kertas koran, dan air untuk cuci tangan.

Bubur warna dibuat oleh peneliti dari campuran tepung maizena, air dan pewarna makanan dengan cara tepung maizena dan air dimasak hingga mengental, kemudian didinginkan. Setelah itu dimasukkan kedalam beberapa cup dan ditambahkan pewarna makanan, lalu diaduk menggunakan sendok sampai rata.

- b. Peneliti membagikan kertas gambar, bubur warna dan kertas koran kepada anak

Peneliti dengan ramah membagi anak di dalam kelas menjadi 3 kelompok. Peneliti dibantu pendidik dengan ramah membagikan kertas gambar sesuai jumlah anak pada masing-masing kelompok, kertas koran untuk alas agar tidak mengotori meja, dan bubur warna yang telah ditempatkan pada *cup-cup* plastik untuk digunakan bersama dalam setiap kelompok.

- c. Peneliti memandu anak untuk melakukan melukis dengan jari

Pertama-tama peneliti dengan senang hati memberikan contoh melukis dengan jari. Kemudian peneliti dengan ramah dan dalam suasana hati yang senang meminta anak untuk mencelupkan tangan ke dalam bubur warna, lalu menggoreskannya pada kertas untuk membuat gambar sesuai tema yang telah ditentukan. Peneliti dengan nada suara yang halus meminta anak-anak untuk tidak berebut menggunakan bubur warna. Pada saat anak melakukan kegiatan melukis dengan jari, peneliti memberikan motivasi berupa kalimat positif seperti “Kamu pasti bisa”.

Adapun contoh melukis dengan jari yang dapat dibuat oleh anak seperti:





d. Di akhir kegiatan peneliti menganjurkan anak untuk mencuci tangan dan memberikan *reward* berupa pujian kepada anak yang hasil karyanya bagus.

5. Tahap terminasi

- a. Melakukan evaluasi sesuai dengan tujuan
- b. Berpamitan dengan anak-anak
- c. Membereskan dan mengembalikan alat ke tempat

Lampiran VI

DOKUMENTASI PENELITIAN



Lampiran VII MASTER TABEL

PRE TEST SENAM OTAK

NO	NAM A	U M U R	JK	Nam a Ortu /Wali	Umu r Ortu /Wali	Pend . Ortu /Wali	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	TOT AL SKO R	%
1	MZAF	1	1	H	2	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	15	
2	BA	1	2	M	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	8	
3	ARW	1	2	W	1	2	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	10	
4	SARJ	1	2	L	1	2	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	8	
5	MMY	2	1	Z	2	2	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	8	
6	SR	1	2	SIN	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	8	
7	AAL	1	2	AH	2	2	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	8	
8	AFH	2	2	NN	1	2	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	9	
9	ABG	2	2	RE	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	13	
10	MAR	2	1	NM	2	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	15	
11	NN	2	2	AP	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	8	

POST TEST SENAM OTAK

NO	NA MA	U M U R	JK	Na ma Or tu/ Wa li	U mu r Ort u/ Wa li	Pen d. Ort u/W ali	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	TOTAL SKOR	%	
1	MZ AF	1	1	H	2	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	11		
2	BA	1	2	M	1	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	6		
3	AR W	1	2	W	1	2	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	5		
4	SAR J	1	2	L	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	6		
5	MM Y	2	2	Z	2	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	7	
6	SR	1	2	SI N	1	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	6		
7	AAL	1	2	AH	2	2	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	7	
8	AFH	2	2	NN	1	2	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	8		
9	ABG	2	2	RE	2	2	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	7		
10	MA R	2	1	N M	2	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	7		
11	NN	2	2	AP	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	5		

PRE TEST MELUKIS DENGAN JARI

NO	NAMA	UMUR	JK	Nama Ortu/wali	Umu r Ortu /Wali	Pend . Ortu /wali	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	TO TAL SK OR	%
1	AF	1	1	HA	2	2	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	11	
2	MFP	2	1	VN	1	2	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	6	
3	IASS	2	2	HH	2	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	9	
4	AKSY	2	2	RS	2	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	8	
5	AMNY	1	1	CMB	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	9	
6	ABR	2	2	AG	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	11	
7	MZYS	1	2	RW	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	15	
8	AAGF	2	1	NI	1	2	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	8	
9	ADAF	1	1	AS	2	2	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	13	
10	AZY	1	1	KRP	2	2	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	12	
11	ADJ	2	1	ECD	1	2	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	8	

POST TEST MELUKIS DENGAN JARI

NO	NA MA	U M U R	JK	Nam a Ortu /wali	U m ur Or tu / W ali	Pen d. Or tu/ wal i	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	TO TA L SK OR	%
1	AF	1	1	HA	2	2	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	9	
2	MF P	2	1	VN	1	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	6	
3	IASS	2	2	HH	2	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	8	
4	AKS Y	2	2	RS	2	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	7	
5	AM NY	1	1	CMB	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	8	
6	ABR	2	2	AG	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	9	
7	MZ YS	1	2	RW	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	15	
8	AAG F	2	1	NI	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	6	
9	ADA F	1	1	AS	2	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	9	
10	AZY	1	1	KRP	2	2	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	8	
11	ADJ	2	1	ECD	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	6	

Keterangan:
n:

Umur Anak
1 = 5 tahun
2 = 6 tahun

Pendidikan Ortu/wali
1 = SLTA/SMA
2 = S1

Umur
Orangtua/wali
1 = < 30 tahun
2 = 30 - 40 tahun
3 = > 40 tahun

Jenis Kelamin (Anak dan ortu/wali)
1 = Laki-laki
2 = Perempuan

Kategori:
1 = Tantrum rendah (0-7)
2 = Tantrum Sedang (8 - 14)
3 = Tantrum berat (15 - 21)

Lampiran VIII

UJI SPSS

Frequency Table

Umur Anak Kelompok Senam Otak

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 5 Tahun	6	54,5	54,5	54,5
6 Tahun	5	45,5	45,5	100,0
Total	11	100,0	100,0	

Umur Anak Kelompok Melukis

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 5 Tahun	5	45,5	45,5	45,5
6 Tahun	6	54,5	54,5	100,0
Total	11	100,0	100,0	

jenis kelamin anak senam otak

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid laki-laki	3	13,6	27,3	27,3
perempuan	8	36,4	72,7	100,0
Total	11	50,0	100,0	

Missing	System	11	50,0		
Total		22	100,0		

jenis kelamin anak melukis dengan jari

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	7	31,8	63,6	63,6
	Perempuan	4	18,2	36,4	100,0
	Total	11	50,0	100,0	
Missing	System	11	50,0		
Total		22	100,0		

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
umur anak kelompok senam otak	,353	11	,000	,649	11	,000
umur anak kelompok melukis dengan jari	,353	11	,000	,649	11	,000
jenis kelamin kelompok senam otak	,448	11	,000	,572	11	,000
jenis kelamin kelompok melukis dengan jari	,401	11	,000	,625	11	,000
pre test senam otak	,300	11	,006	,711	11	,001

post test senam otak	,275	11	,020	,828	11	,022
pre test melukis dengan jari	,234	11	,093	,863	11	,062
post test melukis dengan jari	,296	11	,008	,763	11	,003

a. Lilliefors Significance Correction

Wilcoxon Signed Ranks Test

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	Percentiles		
						25th	50th (Median)	75th
pre test senam otak	11	10,00	2,898	8	15	8,00	8,00	13,00
pre test melukis dengan jari	11	10,00	2,646	6	15	8,00	9,00	12,00
post test senam otak	11	6,82	1,662	5	11	6,00	7,00	7,00
post test melukis dengan jari	11	8,36	2,461	6	15	7,00	8,00	9,00

Test Statistics^a

	post test senam otak - pre test senam otak	post test melukis dengan jari - pre test melukis dengan jari
Z	-2,946 ^b	-2,701 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,003	,007

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Mann-Whitney Test

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
skor	pre test senam otak	11	11,14	122,50
	pre test melukis dgn jari	11	11,86	130,50
	Total	22		

Test Statistics^a

	skor
Mann-Whitney U	56,500
Wilcoxon W	122,500
Z	-,273
Asymp. Sig. (2-tailed)	,785
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,797 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
skor	post test senam otak	11	8,77	96,50
	post test melukis dgn jari	11	14,23	156,50
	Total	22		

Test Statistics^a

	skor
Mann-Whitney U	30,500
Wilcoxon W	96,500
Z	-2,010
Asymp. Sig. (2-tailed)	,044
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,047 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

Lampiran IX

Surat Izin Penelitian


1 2 0 2 0 1 0 3 0 0 0 3 6 6

PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
BIDANG PENYELENGGARAAN PELAYANAN PERIZINAN

Nomor : 475/S.01/PTSP/2020
Lampiran :
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Ketua Yayasan Amanah Makassar

di-
Tempat

Berdasarkan surat Dekan Fak. Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar Nomor : B-143/FKIK/PP.00.9/01/2020 tanggal 22 Januari 2020 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a : NUR ASIA
Nomor Pokok : 70300113037
Program Studi : Keperawatan
Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa(S1)
Alamat : Jl. H. M. Yasin Limpo No. 36, Samata Gowa

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka penyusunan Skripsi, dengan judul :

" PERBEDAAN EFEKTIVITAS SENAM OTAK DAN MELUKIS DENGAN JARI TERHADAP TEMPER TANTRUM PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH "

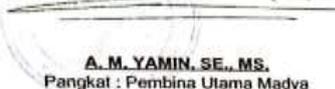
Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. 27 Januari s/d 27 Februari 2020

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar
Pada tanggal : 22 Januari 2020

A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PROVINSI SULAWESI SELATAN
Selaku Administrator Pelayanan Perizinan Terpadu


A. M. YAMIN, SE., MS.
Pangkat : Pembina Utama Madya
Nip : 19610513 199002 1 002

Tertusan Yth
1. Dekan Fak. Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar di Makassar;
2. Peringgal.

SIMP PISP 23-01-2020

Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936
Website : <http://simap.sulselprov.go.id> Email : ptsp@sulselprov.go.id
Makassar 90231



RIWAYAT HIDUP



Nur Asia, lahir di Samarinda pada tanggal 16 November 1995. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Penulis lahir dari pasangan suami istri bapak Hilal dan Ibu Rostinah.

Penulis yang akrabnya di panggil Asia ini menyelesaikan pendidikan di SDN Limbung Puteri pada tahun 2001, kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Muhammadiyah Limbung pada tahun 2007 dan selesai pada tahun 2010, kemudian melanjutkan pendidikan di SMK Sawerigading Makassar pada tahun 2010 dan selesai pada tahun 2013. Setelah itu di tahun yang sama penulis memasuki bangku kuliah di Perguruan Tinggi Negeri Universitas Islam Negeri (UIN) Alauddin Makassar, tepatnya Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Jurusan Ilmu Keperawatan. Syukur Alhamdulillah berkat pertolongan Allah SWT, perjuangan keras dan disertai iringan doa dari kedua orang tua, keluarga serta rekan-rekan yang dapat membantu penulis hingga dapat menyelesaikan pendidikan dan berhasil menyusun skripsi yang berjudul “Perbedaan Efektifitas Senam Otak dan Melukis dengan Jari Terhadap Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah”.

Penulis tidak begitu banyak aktif di organisasi, pada masa SMP penulis hanya pernah bergabung di PRAMUKA. Saat di perguruan tinggi penulis bergabung di himpunan mahasiswa jurusan (HMJ) Keperawatan UIN Alauddin Makassar sebagai anggota divisi klinik ilmiah periode 2015-2016, Penulis juga sempat menjadi anggota bidang dakwah SC Al-Aafiyah (saat ini telah menjadi LDF Al-‘Aafiyah) pada tahun 2015-2016 dan di tahun berikutnya pada periode 2016-2017 penulis diamanahi menjadi ketua bidang dakwah LDF Al-‘Aafiyah di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.