



Analisis Strategi Dalam Mengatasi Anak Usia Dini Yang Enggan Ditinggal Orang Tua di Sekolah

Ni Putu Dinda Cahyani Putri¹, Ni Nyoman Putriyani²

¹Prodi PGPAUD, Fakultas Dharma Acarya, Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa,

²TK Kartika VII-13

E-mail : dindacahyani270104@gmail.com¹, putriyani60@gmail.com²

Diterima: 30 Januari 2025	Direvisi: 21 Mei 2025	Diterbitkan: 08 Juni 2025
---------------------------	-----------------------	---------------------------

Abstrak

Tujuan: Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi strategi yang efektif dalam mengatasi keengganan anak usia dini saat harus berpisah dari orang tuanya di lingkungan PAUD, khususnya di TK Kartika VII-13.

Metode penelitian: Penelitian ini memakai metode deskriptif kualitatif. Subjek penelitian ialah 11 anak kelompok A di TK Kartika VII-13, yang terdiri dari 10 anak laki-laki dan 1 anak perempuan berusia 4–5 tahun. Teknik pengumpulan data dilaksanakan melalui observasi partisipatif, wawancara semi-terstruktur dengan guru kelas serta orang tua, beserta dokumentasi kegiatan anak di sekolah. Teknik analisis data menggunakan analisis tematik yang melibatkan proses reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan.

Temuan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami kecemasan saat harus berpisah dari orang tua, terutama pada awal tahun ajaran. Strategi yang paling efektif dalam membantu anak beradaptasi adalah pembiasaan bertahap, komunikasi terbuka antara guru dan orang tua, serta penciptaan lingkungan kelas yang ramah dan menyenangkan.

Implikasi: Penelitian ini memberikan kontribusi bagi guru dan orang tua dalam menerapkan pendekatan yang tepat untuk mendampingi proses adaptasi anak di sekolah. Temuan ini juga menegaskan pentingnya peran guru sebagai fasilitator emosi anak dan pentingnya kerja sama keluarga dan sekolah untuk membentuk kemandirian sejak dini.

Kata Kunci: Anak Usia Dini, Kecemasan Perpisahan, Strategi Adaptasi, Peran Guru, PAUD

Abstract

Purpose: This study aims to identify effective strategies for addressing the reluctance of early childhood students to separate from their parents, particularly in the context of TK Kartika VII-13 preschool.

Research Methods: This research employed a descriptive qualitative method. The subjects were 11 children aged 4–5 years from Group A at TK Kartika VII-13, consisting of 10 boys and 1 girl. Data were collected through participatory observation, semi-structured interviews with teachers and parents, and documentation of children's school activities. Thematic analysis was used to process the data, including data reduction, display, and conclusion drawing.

Findings: *The study found that many children experienced separation anxiety, especially at the beginning of the school year. The most effective strategies to support their adaptation included gradual separation routines, open communication between teachers and parents, and creating a warm and engaging classroom environment.*

Implications: *The findings contribute practical insights for educators and parents in implementing appropriate strategies to support children's transition to school life. The study emphasizes the crucial role of teachers as emotional facilitators and the need for strong school-family collaboration in building children's independence from an early age.*

Keywords: *Early Childhood, Separation Anxiety, Adaptation Strategy, Teacher Role, Preschool.*

PENDAHULUAN

Temperamen, sikap, serta kesiapan akademis seorang anak sangat dipengaruhi oleh pendidikan anak usia dini (PAUD). Berdasarkan “Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, PAUD adalah upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun, melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak secara menyeluruh”.

Pada fase ini, anak tidak hanya mengembangkan kemampuan kognitif, akan tetapi juga aspek sosial, emosional, serta kemandirian. Namun, dalam praktiknya, tidak semua anak dapat dengan mudah melewati masa transisi menuju lingkungan sekolah. Perpisahan dengan orang tua menimbulkan kecemasan pada banyak anak, terutama bagi anak-anak yang baru masuk sekolah—a phenomenon known as separation anxiety (Papalia, Olds, & Feldman, 2008).

Bowlby (1982) menjelaskan bahwa keterikatan emosional yang kuat antara anak dan orang tua mempengaruhi respons anak terhadap situasi perpisahan. Ketika keterikatan ini tidak disertai pelatihan kemandirian secara bertahap, anak bisa mengalami gangguan adaptasi yang menghambat proses pembelajaran dan interaksi sosial di sekolah. Oleh karenanya, anak-anak memerlukan cara yang tepat untuk memberikan fase adaptasi yang nyaman.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah membahas peran strategi adaptasi dalam mengatasi kecemasan anak. Misalnya, penelitian oleh Robiyati (2022) menemukan bahwa kerja sama antara orang tua serta guru bisa meningkatkan kemandirian anak PAUD. Sementara itu, Amalia dan Prasetyo (2021) menyatakan bahwa pendekatan bermain sambil belajar mampu menurunkan tingkat kecemasan anak saat ditinggal di sekolah. Namun, kedua penelitian tersebut lebih menekankan pada peran orang tua atau media pembelajaran, bukan pada strategi bertahap yang terintegrasi antara lingkungan sekolah, rutinitas harian, dan kondisi psikologis anak secara menyeluruh.

Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan mengintegrasikan berbagai pendekatan adaptasi secara langsung melalui interaksi guru, orang tua, dan pengaturan lingkungan kelas yang mendukung. Selain itu, penelitian ini juga menyoroti bagaimana strategi pembiasaan bertahap dan komunikasi terbuka secara efektif membantu anak-anak yang mengalami separation anxiety, khususnya di TK Kartika VII-13. Dengan pendekatan ini, penelitian tidak hanya mendeskripsikan masalah, tetapi juga menyajikan solusi berbasis praktik nyata di lapangan yang dapat diadaptasi oleh lembaga PAUD lainnya.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang pendidikan anak usia dini, khususnya dalam memahami dan menangani anak-anak yang enggan berpisah dari orang tuanya saat memasuki dunia sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai metode deskriptif kualitatif, yaitu metode yang bermaksud guna menggambarkan secara mendalam fenomena yang terjadi di lapangan tanpa menggunakan analisis statistik. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menggali pengalaman, perasaan, dan strategi yang digunakan oleh guru dan orang tua dalam menghadapi keengganan anak usia dini untuk ditinggal oleh orang tuanya di sekolah.

Subjek dalam penelitian ini ialah 11 anak kelompok A di TK Kartika VII-13, yang terdiri dari 10 anak laki-laki serta 1 anak perempuan, berusia antara 4 sampai 5 tahun. Selain itu, guru kelas dan orang tua juga dilibatkan sebagai informan dalam pengumpulan data. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan tiga teknik utama: Observasi partisipatif, yaitu pengamatan langsung terhadap perilaku anak di kelas, terutama saat proses masuk sekolah dan interaksi awal dengan guru dan teman-temannya. Wawancara semi-terstruktur, dilakukan kepada wali kelas dan beberapa orang tua anak yang mengalami kesulitan berpisah, untuk menggali pengalaman serta strategi yang mereka terapkan. Dokumentasi, berupa catatan harian guru, foto kegiatan anak, serta program atau jadwal adaptasi anak yang diterapkan sekolah. Teknik triangulasi dilakukan untuk memastikan validitas data, yaitu dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, serta dokumentasi untuk melihat konsistensi temuan.

Analisis data dilaksanakan dengan pendekatan analisis tematik, yang melibatkan tiga tahap: Reduksi data, yaitu menyaring data relevan dari hasil observasi serta wawancara; Penyajian data, yaitu mengelompokkan temuan berdasarkan tema seperti bentuk kecemasan, respons anak, strategi guru, dan hasil adaptasi; Penarikan kesimpulan, yaitu merumuskan

strategi yang paling efektif dalam membantu anak mengatasi keengganan untuk ditinggal oleh orang tua.

Penelitian ini juga berlandaskan pada teori keterikatan (attachment theory) dari Bowlby (1988), yang menjelaskan pentingnya hubungan emosional aman dalam perkembangan anak, serta teori ekologi perkembangan dari Bronfenbrenner (1994), yang menekankan peran lingkungan mikro seperti keluarga dan sekolah dalam membentuk perilaku anak. Dengan metode dan teknik yang digunakan, diharapkan penelitian ini mampu memberikan gambaran komprehensif mengenai dinamika anak usia dini yang enggan berpisah dari orang tuanya, serta strategi yang bisa dipakai guna mengatasi masalah tersebut secara efektif.

TEMUAN

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan di TK Kartika VII-13 membuka pandangan kita tentang realita emosional yang dialami anak-anak usia dini saat pertama kali memasuki lingkungan sekolah. Pengalaman ini ternyata bukan hanya soal melepas anak di gerbang sekolah, melainkan juga proses yang menyentuh sisi psikologis anak secara mendalam. Anak-anak pada masa usia dini masih sangat bergantung secara emosional pada orang tuanya. Keberadaan orang tua bagi mereka adalah sumber rasa aman, ketenangan, dan kenyamanan. Maka, saat harus berpisah, meski hanya sementara, anak-anak merasa seolah kehilangan perlindungan yang paling mendasar.

Situasi inilah yang melatarbelakangi munculnya berbagai bentuk kecemasan. Anak-anak merespons perpisahan dengan perilaku yang bermacam-macam, mulai dari menangis, menolak masuk ke kelas, hingga meminta agar orang tua tetap menunggu di sekolah. Ada pula yang memilih diam, tidak mau berbicara atau berinteraksi dengan siapa pun. Reaksi ini tidak bisa dianggap remeh karena menunjukkan adanya tekanan emosional yang sedang mereka hadapi.

Melalui pengamatan langsung di lapangan, peneliti menemukan bahwa bentuk-bentuk kecemasan yang ditunjukkan anak bukanlah gejala tunggal, melainkan sangat beragam. Setiap anak memiliki cara sendiri dalam mengungkapkan ketidaknyamanan dan rasa cemasnya. Hal ini terlihat dalam data berikut:

Tabel 1. Kecemasan Anak Usia Dini

No	Gejala Kecemasan Anak	Strategi Awal Yang Di Terapkan
1	Menangis saat ditinggalkan	Pendampingan orang tua sementara
2	Menolak masuk ke dalam kelas	Ajak bermain secara perlahan
3	Meminta orang tua tetap menunggu di sekolah	Pembiasaan bertahap
4	Diam dan tidak mau berbicara	Pengenalan lingkungan sekolah

Gejala-gejala ini memperlihatkan bahwa adaptasi anak pada masa awal masuk sekolah tidak semata-mata bersifat fisik, seperti menyesuaikan diri dengan jadwal baru atau ruangan baru, tetapi lebih banyak berkaitan dengan aspek emosional. Seperti yang disampaikan Papalia et al. (2008), kecemasan perpisahan (*separation anxiety*) merupakan hal wajar yang sering dialami anak pada usia 1 sampai 5 tahun. Namun, jika tidak ditangani dengan cara yang tepat dan penuh kesabaran, hal ini bisa menghambat proses anak dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, baik secara sosial maupun akademik.

Melihat kondisi tersebut, para guru di TK Kartika VII-13 tidak tinggal diam. Mereka berusaha menerapkan berbagai strategi pendekatan yang bersifat lembut dan manusiawi, agar anak merasa nyaman dan tidak tertekan. Strategi utama yang diterapkan adalah pembiasaan secara bertahap, yaitu dengan cara memberikan kesempatan kepada anak untuk tetap didampingi oleh orang tuanya pada awal-awal minggu masuk sekolah. Pendampingan ini bersifat sementara dan dikurangi secara perlahan seiring waktu, hingga anak mulai terbiasa menjalani aktivitas di sekolah secara mandiri.

Selain pembiasaan secara bertahap, guru juga menerapkan beberapa strategi tambahan yang bersifat mendukung dan menyentuh sisi emosional anak. Salah satunya adalah dengan menyediakan aktivitas bermain yang menyenangkan. Bermain bukan hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga menjadi media terapi yang membantu anak melepaskan kecemasan. Ketika anak terlibat dalam kegiatan seperti menyusun balok, menggambar, atau bermain peran, mereka cenderung lebih fokus pada kesenangan yang dirasakan dan secara perlahan mulai melupakan ketakutan akan perpisahan dengan orang tua. Kegiatan bermain ini secara tidak langsung menciptakan suasana yang lebih ringan dan membuat anak merasa bahwa sekolah adalah tempat yang menyenangkan.

Selanjutnya, guru juga aktif mendorong interaksi antara anak-anak. Anak yang memiliki kesempatan berinteraksi dengan teman sebaya akan merasa bahwa mereka tidak sendiri, dan mulai menjalin hubungan sosial yang memperkuat rasa aman. Ketika seorang anak mulai merasa diterima dalam kelompok kecil, rasa cemasnya berkurang, dan ia pun mulai menunjukkan semangat untuk datang ke sekolah setiap hari. Dalam situasi ini, peran guru sangat penting sebagai fasilitator yang mengarahkan dan menciptakan suasana interaksi yang positif dan penuh penerimaan.

Tidak kalah penting adalah perhatian emosional yang diberikan guru kepada anak. Bentuk perhatian ini bisa sesederhana memeluk anak yang sedang gelisah, menepuk pundaknya dengan lembut, atau menyapanya dengan suara ramah dan hangat. Sentuhan

emosional ini membuat anak merasa dilindungi dan diperhatikan, sehingga secara bertahap tumbuh rasa percaya terhadap guru sebagai sosok pengganti sementara figur orang tua di sekolah. Anak yang merasa dipahami akan lebih mudah tenang dan beradaptasi.

Terakhir, guru juga mengatur suasana kelas agar benar-benar ramah anak dan menyenangkan. Kelas ditata dengan warna-warna cerah, pajangan yang menarik, dan sudut-sudut bermain yang penuh daya tarik, sehingga anak merasa nyaman dan tertarik untuk mengeksplorasi ruang tersebut. Kelas yang ceria tidak hanya menenangkan anak, tetapi juga membantu menciptakan hubungan emosional yang positif antara anak dengan lingkungan belajarnya. Dalam suasana seperti ini, anak lebih terbuka untuk belajar, berinteraksi, dan menyerap pengalaman baru dengan lebih antusias.

Strategi-strategi ini sejalan dengan pandangan Gonzalez-Mena (2010), yang menekankan bahwa anak akan lebih mudah berkembang secara emosional jika berada dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Dalam konteks sekolah, guru harus mampu menciptakan suasana emosional yang stabil, sehingga anak tidak hanya belajar secara akademik, tetapi juga tumbuh dalam suasana hati yang positif.

Namun, proses adaptasi anak di sekolah bukan hanya tanggung jawab guru. Peran orang tua justru menjadi pondasi utama dalam membentuk kesiapan anak sebelum mereka sampai di gerbang sekolah. Sikap orang tua yang tenang, sabar, dan mendukung akan sangat memengaruhi kondisi mental anak. Jika orang tua menunjukkan sikap percaya kepada sekolah, anak pun akan meniru sikap tersebut.



Gambar 1. Wawancara Bersama Wali Kelas

Hasil wawancara menunjukkan bahwa orang tua yang mempersiapkan anak dengan menceritakan hal-hal menyenangkan tentang sekolah, mengajak anak berkeliling ke sekolah sebelum hari pertama, dan selalu memberikan dukungan di pagi hari sebelum berangkat, memiliki anak yang lebih mudah beradaptasi. Sebaliknya, anak-anak yang orang tuanya terlihat cemas, terburu-buru, atau bahkan marah saat anak menangis, justru lebih sulit tenang dan lebih lama beradaptasi.

Penelitian oleh Putri & Wijaya (2020) mendukung hal ini. Mereka menemukan bahwa rutinitas pagi yang hangat dan komunikasi positif antara orang tua dan anak mampu menciptakan rasa percaya diri dan kesiapan mental dalam diri anak. Dengan kata lain, anak yang merasa didukung oleh orang tuanya akan lebih siap menghadapi tantangan baru, termasuk masuk sekolah untuk pertama kali.



Gambar 2. Interaksi Anak Dengan Orang Tua

Tak hanya itu, lingkungan fisik kelas juga memainkan peran penting dalam mendukung adaptasi anak. Observasi menunjukkan bahwa kelas yang dirancang dengan pendekatan ramah anak, seperti penggunaan warna yang cerah, penataan sudut bermain yang menarik, serta adanya ruang untuk mengekspresikan diri melalui karya seni, mampu membuat anak merasa lebih betah. Anak-anak merasa bahwa ruang kelas adalah tempat mereka untuk belajar, bermain, dan tumbuh.

Contohnya, warna dinding yang cerah seperti kuning lembut atau biru muda memberi kesan tenang dan ceria. Pojok-pojok bermain yang dipenuhi dengan mainan edukatif atau boneka mendorong anak untuk bereksplorasi. Sementara itu, pajangan hasil karya anak, seperti gambar atau kolase, membuat anak merasa bangga dan diakui keberadaannya. Semua unsur ini membentuk ruang yang tidak hanya estetik, tapi juga penuh makna.

Pendekatan ini selaras dengan teori ekologi perkembangan dari Bronfenbrenner (1994), yang menyatakan bahwa lingkungan mikro seperti rumah, sekolah, dan interaksi dengan orang-orang terdekat memiliki pengaruh langsung dan kuat terhadap tumbuh kembang anak. Jika lingkungan ini mampu memberikan rasa aman dan dukungan emosional yang kuat, maka anak akan mampu tumbuh dan berkembang dengan optimal, baik secara akademik maupun sosial-emosional.

SIMPULAN

Penelitian ini bermaksud guna mengidentifikasi strategi yang efektif dalam mengatasi keengganan anak usia dini yang sulit berpisah dari orang tuanya di lingkungan PAUD. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami kecemasan, khususnya di awal tahun ajaran, yang ditunjukkan melalui perilaku menangis, menolak masuk kelas, hingga meminta orang tua tetap menunggu di sekolah. Strategi yang terbukti efektif dalam meredakan kecemasan tersebut meliputi pembiasaan bertahap, penguatan komunikasi antara guru dan orang tua, pemberian dukungan emosional kepada anak, serta penciptaan suasana kelas yang menyenangkan dan ramah anak. Peran aktif orang tua dalam membangun rutinitas positif di rumah dan kerja sama yang erat dengan guru sangat berpengaruh terhadap proses adaptasi anak. Temuan ini memberikan implikasi penting bagi lembaga PAUD, guru, dan keluarga untuk menerapkan pendekatan yang terintegrasi dan berkesinambungan dalam membentuk kemandirian serta kesiapan sosial-emosional anak sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R., & Prasetyo, A. (2021). Strategi Guru Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Usia Dini Saat Ditinggal Orang Tua Di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 45–56.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International Encyclopedia of Education*, 3(2), 37–43.
- Gonzalez-Mena, J. (2010). *Foundations of early childhood education: Teaching children in a diverse society* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development* (11th ed.). McGraw-Hill.
- Putri, A. N., & Wijaya, H. (2020). Peran orang tua dalam membentuk kesiapan anak usia dini menghadapi sekolah. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 23–34.
- Robiyati, N. (2022). Kolaborasi guru dan orang tua dalam meningkatkan kemandirian anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 15–27.
- Siregar, E., & Nara, H. (2020). *Teori belajar dan pembelajaran*. Kencana.
- Suyadi, & Ulfah, M. (2019). *Psikologi perkembangan anak usia dini*. Prenadamedia Group.
- Yusuf, S. (2021). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Remaja Rosdakarya.