



Peran Guru Dalam Mengantisipasi Rasa Takut Pada Anak Usia 4-5 Tahun

Regina Aprilla Maharani¹, Sima Mulyadi², Gilang Gandana³

Universitas Pendidikan Indonesia

Jl. Dadaha N0. 18, Kahuripan, Kec. Tawang, Kab.Tasikmalaya, Jawa Barat

Email: reginaapma03@gmail.com¹, sima_mulyadi@upi.edu², gilar@upi.edu³

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya peserta didik usia 4–5 tahun di TK yang menunjukkan sikap penakut dalam berinteraksi sosial dan dalam mengikuti pembelajaran di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memperoleh informasi mengenai sikap guru dalam mengantisipasi kondisi tersebut pada anak usia 4–5 tahun di TK. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif, dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan catatan lapangan. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa peran guru dalam mencegah munculnya rasa takut pada anak usia 4–5 tahun meliputi: a) guru sebagai pembimbing, b) guru sebagai motivator, c) guru sebagai inisiator, dan d) guru sebagai fasilitator.

Kata Kunci: *Peran Guru, Rasa Takut, Anak*

Abstract: *This research is motivated by the presence of 4–5-year-old kindergarten students who show timid behavior in social interactions and in participating in learning activities at school. The purpose of this study is to identify and obtain information about teachers' attitudes in anticipating this condition among 4–5-year-old children in kindergarten. The research method used is a descriptive qualitative method, with data collected through observation, interviews, documentation, and field notes. Based on the research findings, it can be concluded that the roles of teachers in preventing the emergence of fear in children aged 4–5 years include: a) the teacher as a guide, b) the teacher as a motivator, c) the teacher as an initiator, and d) the teacher as a facilitator.*

Keywords: *The Role Of The Teacher, Fear, Children*

A. Pendahuluan

Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya penstimulusan dan rangsangan yang dilakukan kepada anak yang baru lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan dengan memberi rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan anak, baik jasmani maupun rohani agar anak siap dalam memasuki pendidikan selanjutnya. Anak usia dini ialah kelompok yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik yaitu pola pertumbuhan dan perkembangan, intelegensi, sosial emosional, bahasa, dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak. Emosi merupakan ungkapan isi hati seseorang. Emosi merupakan perasaan yang dialami oleh semua orang pada setiap tahap perkembangan, yang dapat berbentuk rasa takut, cemas, marah, cemburu, sedih, gembira, dan iri hati. Pada saat anak duduk di bangku taman kanak-kanak, terlihat emosinya kurang dapat dikendalikan, karena pada masa itu emosinya lebih sering timbul daripada masa-masa sebelumnya.

Emosi yang meninggi pada anak TK ini ditandai dengan ledakan amarah yang kuat, ketakutan yang hebat, dan rasa iri hati yang kadang-kadang tidak masuk akal. Perasaan takut dapat berakibat negatif bila menimbulkan perasaan-perasaan yang menegangkan. Sebetulnya perasaan takut itu dibutuhkan oleh anak agar tahu mana halhal yang berbahaya dan mana yang tidak, sehingga anak dapat melindungi dirinya dari keadaan bahaya tersebut. Menurut Hellen Ross (Simanjuntak, 1984) "Perasaan takut adalah suatu perasaan pokok dan begitu erat hubungannya dengan harkat memperahankan diri". Misalnya mempertahankan diri dari bahaya yang berasal dari luar. (Orang lain, binatang maupun benda-benda yang membahayakan).

Adapun permasalahan mental pada seseorang misalnya pada anak biasanya berhubungan dengan perkembangan sosial dan emosional anak. Pada umumnya permasalahan sosial dan permasalahan emosional akan dimulai pada usia 0-6 tahun, yang biasa kerap di panggil dengan sebutan anak usia dini. Adapun problema atau permasalahan yang sering muncul kemudian dialami pada anak usia dini misalnya ketidak patuhan anak, permasalahan temper tantrum atau lebih mudah dipahami sebagai ledakan emosi pada anak, Berprilaku agresif (cenderung perilaku menyerang orang lain), anak yang mudah takut, mudah cemas atau pencemas, sikap rendah diri, dan permasalahan pemalu.

Problema perkembangan sosial-emosional anak dari rumah dapat anak bawa ke dalam ranah pendidikan. Hal yang pertama ketika anak memasuki sekolah, guru dihadapkan oleh beberapa anak yang takut ketika datang dan berhadapan dengan lingkungan baru anak seperti takut pada guru, sesama peserta didik dan juga pada orang dewasa lainnya. Perilaku takut pada anak tersebut dapat mempengaruhi proses belajar sehingga anak lebih suka menjauhi objek yang di takutkan. Sebagai guru anak usia dini, sangat penting baginya agar setiap pertumbuhan anak diiringi pula dengan tingkat perkembangan anak yang maksimal. Setiap guru menginginkan peserta didiknya dapat mengamati, mempelajari dan memahami berbagai hal disekelilingnya. Setiap guru menginginkan peserta didiknya baik laki-laki dan perempuan memiliki perilaku yang berani atau tidak merasa takut untuk belajar. Anak usia dini pada usia 3 tahun akan mulai muncul perilaku yang ditakutinya, seperti takut terhadap suara halilintar, takut pada binatang, takut jika dalam keadaan gelap dan sebagainya.

Setidaknya terdapat 50% anak yang memiliki ketakutan secara umum, yaitu takut terhadap anjing, situasi gelap, petir dan hantu. Adapun diantaranya terdapat 10% dari anak-anak memiliki dua atau lebih ketakutan yang bersifat serius. Artinya terdapat beberapa anak yang merasa sangat ketakutan terhadap anjing, situasi gelap, suara petir dan sangat takut pada hantu. Ketakutan sangat umum terjadi mulai pada usia 2-6 tahun. Pada usia 2-4 tahun sering terjadi ketakutan pada anak seperti takut kepada binatang, badai, situasi gelap, dan orang asing. Ketakutan tersebut kemudian akan berkurang pada usia 5 tahun dan hilang pada usia 9 tahun.

Adapun solusi yang dapat dilakukan ketika anak mendapatkan permasalahan dimasa perkembangannya yaitu dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber untuk menggali akar permasalahan yang dihadapi anak untuk mengenali permasalahan beserta gejala yang nampak pada anak. Setelah gejala permasalahan anak terlihat, kemudian timbul penyebab dari permasalahan yang dihadapi, selanjutnya adalah pemberian tretmen. Pemberian treatment digunakan

sebagai penyedar bahwa perilaku yang dilakukan adalah salah dan berkomitmen untuk mempertahankan perilaku baik yang sudah di pilih.

Salah satu metode yang dapat digunakan bagi para orangtua maupun pendidik PAUD dalam mengembangkan aspek sosial dan emosi pada anak usia dini, yaitu melalui keteladanan. Keteladanan, maksudnya adalah pembelajaran yang ditampilkan melalui contoh-contoh yang baik, dan menggunakan berbagai contoh yang telah diterima oleh masyarakat dan sesuai dengan standar serta sistem nilai tertentu. Pendekatan ini penting karena anak usia dini merupakan peniru hebat dan mudah menyerap dari yang dilihatnya. guru selain memiliki kriteria profesional juga harus memiliki karakter kepribadian yang baik serta dapat menjadi teladan bagi peserta didiknya dan teladan bagi kehidupan masyarakat tempat di mana dia tinggal, hal ini sejalan dengan selogan yang menyatakan bahwa seorang guru itu adalah orang yang di gugu dan ditiru.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana peran guru dalam mencegah rasa takut pada anak usia 4-5 tahun di TK Negeri Pembina. penelitian ini sangat menarik dan juga penting dilakukan karena diantara anak yang tingkat ketakutan yang normal terdapat juga diantaranya tingkat ketakutan pada anak yang lebih tinggi, artinya rasa takut anak pada sesuatu hal menyebabkan permasalahan mental baik dari aspek emosional dan juga aspek sosial. Selain itu penelitian ini penting bagi para guru dan orangtua agar mempersiapkan dirinya dan juga dapat menyelesaikan permasalahan takut yang berlebihan pada anak.

B. Landasan Teori

Pendidikan Anak Usia Dini merupakan upaya memberikan stimulasi dan rangsangan pendidikan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta rohani, sehingga anak siap memasuki jenjang pendidikan berikutnya. Anak usia dini berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik, meliputi perkembangan intelektual, sosial-emosional, bahasa, dan komunikasi sesuai dengan tahap usianya. Emosi sendiri merupakan ungkapan isi hati seseorang dan dirasakan oleh setiap individu pada setiap tahap perkembangan, seperti rasa takut, cemas, marah, cemburu, sedih, gembira, dan iri hati. Ketika anak berada di tingkat taman kanak-kanak, emosi anak sering tampak sulit dikendalikan karena pada tahap ini perasaan dan emosi lebih mudah muncul dibandingkan dengan masa sebelumnya.

Emosi yang meningkat pada anak TK biasanya ditandai dengan ledakan amarah yang kuat, ketakutan yang berlebihan, serta rasa iri yang kadang tidak masuk akal. Rasa takut dapat berdampak negatif jika menimbulkan ketegangan pada diri anak. Namun sebenarnya, rasa takut juga diperlukan agar anak mampu membedakan mana situasi yang berbahaya dan mana yang tidak, sehingga anak-anak dapat melindungi diri dari ancaman. Menurut Hellen Ross (Simanjuntak, 1984), rasa takut merupakan perasaan dasar yang erat kaitannya dengan kemampuan mempertahankan diri, misalnya menghadapi bahaya dari orang lain, binatang, atau benda-benda yang membahayakan.

Permasalahan mental pada seseorang, termasuk pada anak, umumnya berkaitan dengan perkembangan sosial dan emosional. Masalah sosial dan emosional

biasanya mulai muncul pada usia 0–6 tahun, yaitu masa yang sering disebut sebagai usia dini. Pada tahap ini, anak dapat mengalami berbagai permasalahan seperti ketidakpatuhan, temper tantrum atau ledakan emosi, perilaku agresif yang cenderung menyerang orang lain, mudah takut, mudah cemas, rendah diri, serta sifat pemalu.

Permasalahan perkembangan sosial-emosional yang muncul di rumah dapat terbawa anak ke lingkungan pendidikan. Ketika pertama kali memasuki sekolah, guru sering menemui anak yang merasa takut menghadapi lingkungan baru, seperti takut pada guru, teman sebaya, atau orang dewasa lainnya. Rasa takut ini dapat memengaruhi proses belajar, sehingga anak cenderung menghindari hal-hal yang ditakutkannya. Oleh karena itu, guru PAUD perlu memastikan bahwa pertumbuhan anak berjalan seiring dengan perkembangan yang optimal. Setiap guru berharap peserta didiknya mampu mengamati, mempelajari, dan memahami berbagai hal di sekitarnya, serta memiliki keberanian untuk belajar tanpa rasa takut, baik peserta didik laki-laki maupun perempuan. Pada usia sekitar tiga tahun, anak mulai menunjukkan berbagai ketakutan, seperti takut suara petir, binatang, suasana gelap, dan sebagainya.

Setidaknya terdapat 50% anak yang memiliki ketakutan umum, seperti takut terhadap anjing, kegelapan, petir, dan hantu. Sekitar 10% di antaranya bahkan memiliki dua atau lebih ketakutan yang tergolong serius, sehingga anak merasa sangat takut terhadap anjing, suasana gelap, suara petir, atau hantu. Ketakutan seperti ini umumnya muncul pada usia 2–6 tahun. Pada usia 2–4 tahun, anak sering menunjukkan rasa takut terhadap binatang, badai, kegelapan, atau orang asing. Ketakutan tersebut biasanya mulai berkurang pada usia 5 tahun dan menghilang sepenuhnya sekitar usia 9 tahun.

Solusi yang dapat dilakukan ketika anak mengalami permasalahan dalam masa perkembangannya adalah dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber untuk mengetahui akar masalah serta mengenali permasalahan dan gejala yang muncul pada anak. Setelah gejala terlihat dan penyebabnya diketahui, langkah berikutnya adalah memberikan treatment. Treatment ini diberikan sebagai bentuk penyadaran agar anak memahami bahwa perilaku yang dilakukan tidak tepat serta berkomitmen untuk mempertahankan perilaku baik yang telah dipilih.

Salah satu metode yang dapat digunakan oleh orang tua dan pendidik PAUD dalam mengembangkan aspek sosial dan emosional anak usia dini adalah melalui keteladanan. Keteladanan berarti memberikan pembelajaran melalui contoh-contoh perilaku yang baik dan sesuai dengan nilai serta standar yang diterima masyarakat. Pendekatan ini penting karena anak usia dini merupakan peniru yang hebat dan mudah menyerap apa yang anak-anak lihat. Oleh karena itu, guru tidak hanya harus memiliki profesionalisme, tetapi juga karakter dan kepribadian yang baik sehingga dapat menjadi teladan bagi peserta didik dan masyarakat tempat ia tinggal, sesuai dengan slogan bahwa guru adalah sosok yang “digugu dan ditiru”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peran guru dalam mencegah rasa takut pada anak usia 4–5 tahun di TK Negeri Pembina. Penelitian ini penting karena di samping adanya anak dengan tingkat ketakutan yang normal, terdapat pula anak dengan tingkat ketakutan yang lebih tinggi yang dapat menimbulkan masalah mental, baik dari aspek emosional maupun sosial. Selain itu, penelitian ini menjadi masukan bagi guru dan orang tua agar

dapat mempersiapkan diri serta membantu mengatasi rasa takut yang berlebihan pada anak.

C. Metodologi Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan jenis studi kasus (case study), di mana peneliti melakukan observasi langsung terhadap objek yang diteliti. Melalui pendekatan deskriptif, subjek dan objek penelitian adalah guru dan peserta didik, serta aktivitas yang dilakukan selama pembelajaran dalam upaya membangun kepercayaan diri anak. Dengan demikian, peneliti dapat mendeskripsikan peran guru dalam mengantisipasi rasa takut pada anak di TK Negeri Pembina. Pengumpulan data dilakukan melalui empat teknik, yaitu:

1. Wawancara, yaitu kegiatan tanya jawab secara lisan, yang dilakukan peneliti dengan kepala sekolah;
2. Observasi, yaitu pengamatan langsung terhadap kegiatan guru selama pembelajaran dalam membangun kepercayaan diri anak;
3. Catatan lapangan, yaitu pencatatan seluruh kegiatan sejak awal sampai akhir;
4. Dokumentasi, yaitu pendokumentasian kegiatan selama proses pembelajaran berlangsung.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahap. Pertama, reduksi data, yaitu merangkum dan memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada informasi penting, serta mencari tema dan pola dari data yang diperoleh melalui wawancara. Kedua, penyajian data, yaitu menyajikan hasil analisis dalam bentuk laporan dan menyusunnya dalam kalimat naratif agar lebih mudah dipahami serta dapat menghubungkan satu tujuan penelitian dengan tujuan lainnya. Ketiga, penarikan kesimpulan, yaitu menafsirkan hasil analisis untuk memperoleh kesimpulan akhir penelitian.

D. Peran Guru Dalam Mengantisipasi Rasa Takut

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas dan orang tua peserta didik, pelaksanaan pembelajaran dalam mengantisipasi rasa takut pada anak usia 4–5 tahun di TK Negeri Pembina diawali dengan rapat evaluasi terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Setelah itu, guru merencanakan media yang dapat digunakan untuk mencegah rasa takut pada anak. Guru kemudian mengajak anak bercerita, menalar surat-surat pendek, bernyanyi, dan menari. Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa beberapa anak mulai merasa senang, sementara sebagian lainnya masih tampak diam.

Peran guru dalam mengantisipasi atau mencegah rasa takut pada anak usia 4-5 tahun di TK Negeri Pembina, yaitu:

1. Fungsi guru sebagai mentor, guru memberikan bimbingan dan arahan kepada peserta didik untuk memfasilitasi pembelajaran yang efektif sekaligus mendampingi anak secara konsisten. Guru bertugas memberikan penjelasan, contoh, serta mengawasi setiap tugas yang dilakukan peserta didik. Sebelum memasuki kegiatan utama, guru melakukan sesi tanya jawab untuk membangun interaksi. Guru juga menumbuhkan kepercayaan diri anak melalui kegiatan seperti membaca ayat-ayat pendek dan mendiskusikan pengalaman sehari-hari. Bantuan

diberikan secara berkelanjutan kepada peserta didik yang mengalami kesulitan selama proses pembelajaran, sehingga anak dapat mengembangkan rasa percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri.

2. Fungsi guru sebagai motivator dalam mengantisipasi kekhawatiran anak usia 4–5 tahun di Taman Kanak-kanak Negeri Pembina juga terlihat jelas. Berdasarkan hasil pengamatan, guru secara konsisten memberikan motivasi dan dukungan kepada anak dengan menawarkan pujian atau penghargaan kepada anak yang menunjukkan keberanian dan kepercayaan diri. Selain itu, guru juga mendorong anak yang masih tampak ragu atau enggan untuk berpartisipasi agar lebih percaya diri dan berani mengikuti kegiatan pembelajaran.
3. Guru berperan sebagai penggagas dalam proses pendidikan, yaitu ketika guru mengambil inisiatif untuk memunculkan ide-ide kreatif guna meningkatkan kualitas pembelajaran. Bentuk inisiatif tersebut terlihat dari pemberian nilai tambah atau penghargaan kepada peserta didik yang berani menampilkan diri di depan kelas, sehingga dapat memotivasi anak lain untuk ikut percaya diri dan berani berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran.
4. Fungsi guru dalam memelihara harga diri anak tercermin dari perannya sebagai fasilitator, yang dituntut mampu mengelola seluruh proses pendidikan secara optimal. Berdasarkan hasil pengamatan, guru memanfaatkan media teknologi, seperti laptop, untuk memutar cerita audio bermuatan nilai moral, kemudian mendorong anak untuk menceritakan kembali isi cerita tersebut. Selain itu, peran guru sebagai penilai menekankan pentingnya objektivitas dan efektivitas dalam menilai perkembangan anak, sehingga setiap kemajuan yang dicapai dapat terukur dan menjadi dasar perbaikan pembelajaran selanjutnya.

Selain dilatih untuk mengatasi rasa takut, anak juga dibiasakan untuk mandiri, misalnya dengan menaruh sepatu di rak, mencuci tangan sebelum maupun sesudah makan, serta menyelesaikan tugas sederhana secara mandiri. Berdasarkan hasil observasi, perkembangan kepercayaan diri anak menunjukkan peningkatan yang sangat baik. Anak mulai aktif bertanya dan memberikan jawaban atas pertanyaan guru, serta semakin percaya diri dalam bersosialisasi dengan teman-temannya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah, diketahui bahwa guru secara konsisten mengikuti berbagai lomba yang melibatkan peserta didik, seperti lomba peringatan HUT Kemerdekaan, festival tingkat kecamatan (fashion show, menggambar, dan mewarnai) sebagai upaya untuk melatih kemampuan serta meningkatkan keberanian anak.



Gambar 1. Dokumentasi ketika observasi

E. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa peran guru dalam membangun kepercayaan diri anak usia 4–5 tahun sangat penting, terutama bagi anak yang memiliki rasa takut dalam bersosialisasi atau menunjukkan sifat pemalu. Pelaksanaan pembelajaran di TK Negeri Pembina telah berjalan sesuai dengan RPPH dan terlaksana secara teratur. Apabila terdapat kekurangan, guru melakukan evaluasi setelah kegiatan selesai sehingga kemampuan guru dalam melakukan evaluasi pembelajaran berjalan dengan baik. Upaya guru dalam memberikan motivasi, dorongan, serta memfasilitasi kegiatan belajar anak terbukti mampu menumbuhkan rasa percaya diri pada diri anak. Peran guru sebagai pembimbing terlihat dari pendampingan yang konsisten selama proses belajar, termasuk memberikan penjelasan, memberikan contoh, serta mengawasi anak dalam setiap kegiatan. Sebelum memasuki kegiatan inti, guru melakukan sesi tanya jawab dan melatih keberanian anak dengan mengajak anak maju ke depan untuk membaca surah-surah pendek atau menceritakan kegiatan sebelum berangkat sekolah. Sebagai motivator, guru secara konsisten memberikan dorongan dan penghargaan kepada anak yang berani tampil menunjukkan rasa percaya dirinya, serta memotivasi anak yang masih tampak ragu-ragu untuk berpartisipasi. Meskipun demikian, terdapat beberapa kendala yang dihadapi guru dalam mengantisipasi rasa takut pada anak, antara lain kurangnya motivasi dari orang tua, suasana hati anak yang mudah berubah, keterbatasan fasilitas bermain, rendahnya minat belajar anak, serta tingginya sifat pemalu pada sebagian anak. Oleh karena itu, diharapkan guru dan orang tua dapat terus bersemangat dan bekerja sama untuk memberikan stimulasi, pembelajaran, penguatan, motivasi, serta dukungan kepada anak agar anak dapat mengatasi rasa takut dan tumbuh menjadi pribadi yang lebih percaya diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Daniel, G. (1995). *Keerdasan Emosional*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, Elizabeth B. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta.
- Ismail, M. I. (2010). Kinerja dan Kompetensi Guru dalam Pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 13(1), 44–63. <https://doi.org/10.24252/lp.2010v13n1a4>
- Michalcakova, Machua & Morysovab (2016). *Faktor-Faktor Yang Mendukung Emosional*.
- Novikasari, M., Guru, P., & Pemalu, A. (2021). *Peranan Guru dalam Mengatasi Anak Pemalu di Raudhatul Athfal Dharma Wanita Kementerian Agama*. 3, 1–18.
- Sima, M. (2022). *Pendidikan Inkusi Untuk Anak Usia Dini*.
- Simanjuntak, H. R. B. & Pasaribu, I. (2020). *Pengantar Psikologi Perkembangan*. Bandung
- Susanto, A. (2011). *Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.