

## BAB V

### KESIMPULAN, SARAN, REKOMENDASI

Bagian daripada BAB lima ini yaitu kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian serta pembahasan. Didalamnya berisikan rekomendasi yang diberikan kepada beberapa pihak seperti orang tua dan peneliti selanjutnya. Uraian BAB lima ini antara lain sebagai berikut:

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan dan analisis data yang telah dilakukan mengenai penerapan metode *time out* oleh orang tua dan peranannya dalam kedisiplinan anak usia dini, maka penulis akan mengemukakan beberapa hal pada penelitian yang telah dilakukan sebagai berikut.

1. Meredam emosi anak

Metode *time out* merupakan metode yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk meminimalisir perilaku buruk pada anak termasuk dalam penerapan sikap disiplin. Ketika anak marah kemudian orang tua bersikap marah juga akan menimbulkan hubungan orang tua dan anak menjadi buruk dan anak tidak patuh. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Hidayati & Wahyu (2015) bahwasannya ketika anak dalam kondisi marah, bagian otak yang berfungsi untuk berfikir yaitu otak neokorteks tidak bekerja, sedangkan bagian otak anak yang bekerja yaitu otak reptil yang berfungsi untuk mempertahankan diri. Sehingga ketika anak dalam kondisi marah, pemberian pemahaman oleh orang tua akan percuma karena anak tidak akan memproses penyampaian tersebut. Di sisi lain, orang tua yang menggunakan amarah kepada anak dalam kondisi marah juga hanya akan memancing anak untuk semakin mempertahankan dirinya hingga melawan orang tuanya. Oleh karena itu sebagai orang tua perlu belajar mengatasi, mengenali, menghadapi emosi anak salah satunya dengan menerapkan metode *time out*. Metode *time out* dapat membantu meredam emosi anak, mengikuti sistem kerja otak anak yaitu memberikan anak waktu untuk sendiri sehingga hal tersebut dapat membuat anak merasa tenang, ketika anak sudah jauh lebih tenang maka

otak reptil anak menjadi tidak aktif. Otak reptil yang tidak aktif dapat membuat anak mampu diajak berdiskusi sehingga komunikasi antara anak dan orang tua dapat dilakukan.

## 2. Berdamai dengan emosi

Metode *time out* memiliki beberapa peranan dalam kedisiplinan, diantaranya anak mampu sadar dengan cepat jika ia melakukan kesalahan, penggunaan metode *time out* dalam kedisiplinan juga lebih efektif digunakan daripada orang tua hanya melarang dengan ucapan. Selain itu, metode *time out* juga berperan bagi anak dalam berdamai dengan emosinya dan mengontrol emosinya agar emosi anak tersebut tidak meledak ledak, setelahnya anak juga mampu mengekspresikan perasaannya ketika anak merasa jauh lebih tenang.

## 3. *Time out* dan kedisiplinan anak

Dalam kedisiplinan anak yang menggunakan metode *time out* akan memberikan dampak seperti anak dapat mengontrol emosinya dan tidak tantrum, anak menjadi paham bahwa emosi yang ia punya harus ia kontrol, kemudian anak menjadi paham bahwa terdapat konsekuensi yang akan didapat oleh anak jika melakukan kesalahan atau melakukan perilaku yang buruk. Orang tua menceritakan awal mula mengetahui adanya metode *timeout*. Ibu RR mengetahui adanya metode ini ketika menonton tayangan televisi sedangkan ibu ZFD mengetahui setelah bergabung di komunitas ibu parenting di kotanya. Kedua ibu tersebut sama sama menggunakan metode tersebut karena terdapat perilaku buruk pada anaknya. Ketika memutuskan untuk menggunakan metode ini, kedua ibu tersebut sama-sama bekerja sama dengan pasangan. Selain dapat membantu, ternyata metode *time out* jauh lebih efektif pada anak yang kemampuan berpikir menggunakan logikanya lebih unggul, walaupun masih ada saja hambatannya.

## 4. Penunjang Metode *Time Out* dalam Kedisiplinan Anak Usia Dini

Dalam pengasuhan anak, banyak sekali metode yang dapat dilakukan untuk menciptakan sikap disiplin dengan catatan terdapat

kesamaan dalam metode tersebut. Kesamaan seperti adanya kelembutan, kebenaran, ketegasan, empati dan rasa kasih sayang yang perlu ada dalam metode pengasuhan. Selain menggunakan metode *time out*, orang tua perlumemberikan aturan pada anak yang telah disepakati bersama antara anak dan orang tua itu sendiri sehingga anak memiliki rasa bertanggung jawab setelah menyetujui aturan tersebut. Adanya aturan tersebut membuat anak belajar mengenai konsekuensi yang akan didapat dari hal atau perilaku yang ia lakukan. Jika aturan yang dibuat ditaati, maka anak berhak mendapatkan reward dari orang tua, namun jika tidak maka akan diberlakukan *time out* agar anak dapat merenungkan apa yang ia lakukan sebelumnya. Setelah pemberian metode *time out* dan kondisi jauh lebih baik maka orang tua perlu memberikan pemahaman mengenai sebab-akibat pada anak. Disisi lain orang tua perlu membangun *bonding* pada anak agar anak tidak merasa berjarak dengan orang tuanya.

## **5.2 Saran**

Dalam menerapkan metode *time out* untuk mendisiplinkan anak, maka orang tua perlu mengembalikan kepercayaan diri anaknya kembali agar kedekatanantara orang tua dan anak tidak hilang. Salah satu upaya orang tua dalam mengembalikan kepercayaan diri anak yaitu memberikan reward. Namun reward yang kurang tepat juga tidak disarankan. Reward yang mengaitkan dengan nominal uang akan menciptakan diri anak yang matrealistis. Maka dari itu hindari pemberian reward yang kurang tepat.

## **5.3 Rekomendasi**

### **1. Bagi Orang Tua**

Pandangan orang tua yang dikemas dalam penelitian ini dapat menjadi bahan renungan dan evaluasi orang tua dalam pengasuhan anak yang menggunakan metode *time out*. Anggapan bahwasannya metode *timeout* tidak bisa diberikan kepada anak dikarenakan kurangnya literasi pada orang tua. Maka

dari itu, penelitian ini mungkin dapat dijadikan acuan untuk orang tua dalam menggunakan metode *time out* untuk kedisiplinan anak usia dini

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini tentu hanya sedikit dari penelitian yang adasebelumnya, maka kemungkinan masih ada banyak hal terkait metode *timeout* yang belum terungkap. Oleh karenanya, peneliti merekomendasikan untuk penelitian selanjutnya yaitu melakukan penelitian lebih dalam mengapa ada *stigma* di masyarakat bahwasannya penggunaan metode dirasa kurang tepat. Sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai implementasi metode *time out* dalam meningkatkan kedisiplinan anak usiadini agar sikap disiplin pada anak dapat tumbuh.