

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia dini merupakan individu yang sedang berada pada fase perkembangan yang sangat penting dan menentukan bagi kehidupan selanjutnya. Masa ini dikenal sebagai golden age, di mana anak mulai menunjukkan kepekaan atau sensitivitas terhadap berbagai rangsangan. Masa peka ini berbeda-beda bagi setiap anak tergantung pada laju pertumbuhan dan perkembangan masing-masing. Pada periode ini, tubuh dan otak anak berada dalam kondisi yang matang dan siap untuk menanggapi berbagai perubahan di lingkungan (Saripudin, 2019).

Dalam masa ini pula, anak mulai belajar membangun interaksi sosial dengan orang lain dan mengembangkan kemandiriannya. Namun demikian, tidak semua anak mampu dengan mudah beradaptasi terhadap situasi baru, seperti saat mulai memasuki lingkungan sekolah. Salah satu tantangan yang sering muncul adalah kecemasan berpisah. Kecemasan berpisah (*separation anxiety*) dapat diartikan sebagai kondisi psikologis yang timbul akibat ketidakmampuan anak menyesuaikan diri ketika harus berpisah dari figur kelekatan utamanya, seperti orang tua atau pengasuh.

Menurut Fanu (dalam Nurhasanah, 2013), kecemasan berpisah merupakan bentuk kecemasan yang dialami anak ketika harus meninggalkan rumah dan keluarga mereka untuk masuk ke lingkungan sekolah yang asing bagi mereka. Ketakutan ini dapat mengganggu aktivitas harian anak, membuat mereka enggan berpartisipasi secara mandiri, dan menuntut keterlibatan lebih besar dari orang tua. Gejala umum yang sering tampak di antaranya adalah menangis berlebihan, menolak masuk kelas, merengek, bahkan keluhan fisik seperti sakit perut dan pusing.

Fenomena kecemasan berpisah ini kerap tidak disadari baik oleh orang tua maupun pendidik. Padahal, data dari *World Health Organization* (WHO, 2017) menunjukkan bahwa sekitar 4–5% anak di dunia mengalami gangguan kecemasan, termasuk kecemasan berpisah. Di Indonesia sendiri, beberapa penelitian memperkirakan prevalensinya berkisar antara 3–6% pada anak usia dini, dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Fakta ini menegaskan bahwa

Siti Wulan Darnia, 2025

PERAN GURU DALAM MENGATASI KECEMASAN BERPISAH PADA ANAK USIA DINI DI TK
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kecemasan berpisah perlu mendapat perhatian khusus, baik dalam aspek pendidikan maupun psikologis.

Choate (dalam Zeighami, dkk. 2022) menyatakan bahwa gangguan kecemasan berpisah pada anak usia dini dapat menjadi penghambat serius bagi perkembangan kemampuan sosial anak, khususnya saat anak memasuki lingkungan baru seperti sekolah. Jika tidak ditangani secara tepat, kondisi ini berpotensi mengganggu perkembangan sosial, emosional, bahkan akademik anak.

Hal ini sejalan dengan amanat Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 28 ayat (1), yang menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini merupakan upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir hingga usia enam tahun. Pembinaan ini dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan guna membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta rohani anak agar siap memasuki pendidikan selanjutnya.

Dalam konteks tersebut, pendidikan anak usia dini khususnya di Taman Kanak-Kanak (TK) memegang peranan penting dalam mendukung proses tumbuh kembang anak. Lingkungan sekolah yang kondusif dan suportif dapat membantu anak mengatasi kecemasan berpisah serta menumbuhkan sikap kemandirian. Sayangnya, pendekatan yang digunakan dalam praktik pendidikan masih cenderung bersifat umum dan belum cukup terfokus dalam menangani persoalan seperti kecemasan berpisah.

Pendidikan anak usia dini, khususnya di tingkat Taman Kanak-Kanak (TK), memegang peran penting dalam mempersiapkan anak untuk memasuki lingkungan belajar formal. Suasana sekolah yang aman dan mendukung berperan besar dalam membantu anak mengatasi kecemasan saat berpisah dari orang tua sekaligus membangun kemandirian. Namun, kenyataannya, praktik pembelajaran di banyak TK di Indonesia masih bersifat umum dan belum secara khusus diarahkan untuk menangani permasalahan tertentu seperti kecemasan berpisah (Wulandari & Nisa, 2024). Padahal, temuan penelitian terkini mengindikasikan bahwa penerapan strategi khusus.

Misalnya rutinitas pagi yang teratur, sambutan hangat di awal kedatangan, penyediaan sudut tenang (*calming corner*), penggunaan bahasa yang menenangkan, serta komunikasi intens antara guru dan orang tua, terbukti efektif mengurangi kecemasan berpisah pada minggu-minggu pertama sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Sroufe dkk., (2005) menyatakan bahwa pola keterikatan yang tidak aman, baik yang bersifat ambivalen maupun avoidant (penghindaran), sangat berkaitan erat dengan munculnya ketergantungan emosional berlebihan terhadap pendidik. Anak-anak dengan pola keterikatan semacam ini umumnya mengalami kesulitan dalam membangun interaksi sosial dan mengatur respons emosional mereka saat berada di lingkungan baru. Sebaliknya, anak-anak yang memiliki keterikatan aman cenderung lebih mudah beradaptasi, menunjukkan ketahanan emosional yang baik, dan mampu menghadapi perpisahan dengan orang tuanya ketika berada di lingkungan baru.

Zarra-Nezhad dkk., (2023) juga menemukan bahwa kecemasan berpisah pada anak usia dini dapat berdampak negatif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak, serta berpotensi menghambat kemampuan mereka dalam menjalin relasi sosial yang sehat. Temuan penelitian tersebut juga menegaskan bahwa pendekatan seperti *child-centered group play therapy* dan *narrative therapy* efektif dalam mereduksi gejala kecemasan sekaligus meningkatkan kemampuan sosial-emosional anak pada tahap prasekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari & Wati (2018) berjudul "*Strategi Parent-School Partnership: Upaya Preventif Separation Anxiety Disorder pada Anak Usia Dini*" menekankan pada bentuk kerja sama antara orang tua dan sekolah untuk mencegah munculnya kecemasan berpisah pada anak. Kesamaan dengan penelitian ini terletak pada fokus pembahasan mengenai peran kolaborasi antara guru dan orang tua. Namun, penelitian Puspitasari & Wati menggunakan pendekatan studi literatur, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif lapangan dengan subjek kepala sekolah dan guru TK. Perbedaan pendekatan tersebut menjadikan penelitian ini lebih kontekstual karena menggali secara langsung fakta empiris di sekolah.

Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji secara mendalam peran guru dalam mengatasi

kecemasan berpisah pada anak usia dini di lingkungan sekolah, khususnya di jenjang Taman Kanak-Kanak. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang rinci mengenai bentuk kecemasan berpisah pada anak usia dini, strategi yang digunakan guru, serta bentuk komunikasi guru dengan orang tua. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan praktis bagi guru, sekolah, maupun orang tua dalam mengelola transisi anak agar lebih nyaman, adaptif, dan mendukung perkembangan sosial-emosional mereka.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti merasa penting untuk melakukan kajian lebih mendalam mengenai peran guru dalam membantu anak mengatasi kecemasan berpisah di lingkungan sekolah, khususnya pada jenjang Taman Kanak-Kanak. Fokus penelitian ini diarahkan pada dinamika kecemasan yang muncul ketika anak usia dini harus melepas kelekatan dengan orang tua saat memasuki lingkungan sekolah. Situasi tersebut sering kali menimbulkan tantangan baik bagi anak maupun guru dalam proses adaptasi belajar. Dengan demikian, penelitian ini diberi judul: “Peran Guru dalam Mengatasi Kecemasan Berpisah pada Anak Usia Dini.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk perilaku anak usia dini yang mengalami kecemasan berpisah di lingkungan sekolah?
2. Bagaimana strategi yang digunakan guru dalam mengatasi kecemasan berpisah pada anak usia dini?
3. Bagaimana peran komunikasi antara guru dan orang tua dalam membantu anak mengatasi kecemasan berpisah?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk perilaku anak usia dini yang mengalami kecemasan berpisah di lingkungan sekolah.
2. Untuk menganalisis strategi atau pendekatan yang digunakan guru dalam mengatasi kecemasan berpisah pada anak usia dini.

3. Untuk memahami peran komunikasi antara guru dan orang tua dalam membantu anak mengatasi kecemasan berpisah.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan anak usia dini dan psikologi perkembangan anak. Hasil penelitian ini dapat memperkaya kajian teoritis mengenai peran guru dalam mengatasi kecemasan berpisah pada anak usia dini, serta menjadi referensi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pendidik

Penelitian ini memberikan informasi dan strategi praktis bagi guru dalam menangani kecemasan berpisah pada anak usia dini di lingkungan sekolah, sehingga dapat menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman dan mendukung perkembangan emosional anak.

b. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai pentingnya peran kolaboratif antaraguru dan orang tua dalam mendampingi proses adaptasi anak terhadap lingkungan sekolah dan dalam mengatasi kecemasann berpisah.

c. Bagi Lembaga Pendidikan (TK/PAUD)

Penelitian ini dapat menjadi acuan dalam merancang kebijakan atau program yang mendukung proses transisi anak dari rumah ke sekolah, termasuk pelatihan guru dan penyusunan kurikulum yang responsif terhadap kebutuhan emosional anak usia dini.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan untuk studi lanjutan yang ingin mengeksplorasi lebih dalam tentang pendekatan pedagogis atau intervensi psikososial dalam mengatasi kecemasan berpisah pada anak usia dini