



Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini

e-ISSN: 2723-6390, hal. 60-71

Vol. 7, No. 2, Desember 2026

DOI: 10.37985/murhum.v7i2.2354

Kecemasan Perpisahan (*Separation Anxiety*) Anak Usia Dini dalam Masa Transisi Masuk Kelas TK A

Chika Aleishya Maurilla¹, Raden Roro Dina Kusuma Wardhani², dan Dian Surya Aprilyanti³

^{1,2,3} Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kecenderungan dan tingkat kecemasan perpisahan (*separation anxiety*), faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan perpisahan, serta upaya guru dan orang tua dalam mendampingi anak usia 4 tahun selama masa transisi masuk kelas TK A di TK Islam Al-Azhar 10 Serang Banten. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian terdiri atas dua anak usia 4 tahun yang masih menunjukkan kecemasan perpisahan setelah lebih dari tiga bulan bersekolah. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman melalui reduksi data, penyajian data, serta penarikan simpulan dan verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan perpisahan muncul dalam bentuk dan intensitas yang berbeda. Subjek AH menunjukkan kecemasan perpisahan yang bersifat sementara, sedangkan subjek FA menunjukkan kecemasan perpisahan yang lebih persisten. Faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya kecemasan perpisahan meliputi pengalaman emosional anak, kelekatan dengan orang tua, perubahan lingkungan dan masa transisi sekolah, kesiapan sosial-emosional, serta pola pengasuhan dan respons emosional orang tua. Upaya guru dilakukan melalui pendampingan emosional, pengalihan perhatian, pemberian rasa aman, dan kerja sama dengan orang tua. Sementara itu, orang tua membantu anak melalui komunikasi positif, rutinitas yang konsisten, dukungan emosional, dan koordinasi dengan guru.

Kata Kunci : Anak Usia Dini; Kecemasan Perpisahan; Kelekatan; Masa Transisi Sekolah; Perkembangan Sosial-Emosional

ABSTRACT. This study aimed to examine the forms and levels of separation anxiety, the factors influencing its occurrence, and the efforts of teachers and parents in assisting four-year-old children during the transition to Kindergarten A at TK Islam Al-Azhar 10 Serang Banten. The study employed a qualitative approach with a case study design. The research subjects were two four-year-old children who continued to exhibit separation anxiety after more than three months of schooling. Data were collected through observation, interviews, and documentation and were analyzed using the Miles and Huberman model, including data reduction, data display, and conclusion drawing and verification. The findings revealed that separation anxiety appeared in different forms and levels of intensity. AH demonstrated temporary separation anxiety, while FA exhibited more persistent separation anxiety. Factors influencing the emergence of separation anxiety included children's emotional experiences, attachment to parents, environmental changes and school transition, socio-emotional readiness, as well as parenting patterns and parents' emotional responses. Teachers addressed separation anxiety through emotional support, distraction techniques, creating a sense of security, and collaboration with parents. Parents supported children through positive communication, consistent routines, emotional support, and coordination with teachers.

Keyword : Attachment; Early Childhood; School Transition; Separation Anxiety; Socio-Emotional Development

Copyright (c) 2026 Chika Aleishya Maurilla dkk.

✉ Corresponding author : Chika Aleishya Maurilla

Email Address : chikaaleishya1902@gmail.com

Received 1 Juni 2026, Accepted 2 Juli 2026, Published 2 Juli 2026

PENDAHULUAN

Masa transisi dari lingkungan keluarga menuju lingkungan sekolah merupakan salah satu tahap penting dalam kehidupan anak usia dini. Pada fase ini anak dihadapkan pada tuntutan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, membangun hubungan dengan guru dan teman sebaya, serta mengikuti berbagai aturan yang sebelumnya belum ditemui di rumah [1]. Kemampuan anak dalam menjalani proses transisi sekolah sangat dipengaruhi oleh perkembangan sosial-emosional yang dimilikinya. Anak yang memiliki kesiapan sosial-emosional yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi, mampu mengelola emosinya, serta menunjukkan keterlibatan yang positif dalam kegiatan belajar. Sebaliknya, anak yang belum siap secara sosial-emosional berpotensi mengalami berbagai hambatan penyesuaian, salah satunya berupa kecemasan perpisahan (*separation anxiety*) [2]. *Separation anxiety* merupakan reaksi emosional yang muncul ketika anak harus berpisah dari figur kelekatan yang memberikan rasa aman, seperti orang tua atau pengasuh utama [3]. Kondisi ini umumnya ditandai dengan tangisan, penolakan berpisah, ketakutan ditinggalkan, perilaku melekat secara berlebihan, hingga penolakan mengikuti aktivitas sekolah. Pada batas tertentu, kecemasan perpisahan merupakan bagian normal dari perkembangan anak [4]. Namun, apabila berlangsung secara intens dan berkepanjangan, kondisi tersebut dapat mengganggu kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah dan menghambat perkembangan sosial-emosionalnya [5].

Secara teoritis, peristiwa kecemasan perpisahan dapat dijelaskan melalui teori kelekatan (*attachment theory*) yang dikembangkan oleh John Bowlby [6]. Teori ini menjelaskan bahwa kualitas hubungan emosional antara anak dan figur pengasuh berpengaruh terhadap rasa aman yang dimiliki anak ketika menghadapi situasi baru. Anak yang memiliki rasa aman yang kuat cenderung lebih siap menghadapi perpisahan sementara dengan orang tua, sedangkan anak yang masih bergantung secara emosional pada figur kelekatanannya lebih rentan mengalami kecemasan ketika memasuki lingkungan baru. Selain itu, menurut teori perkembangan psikososial Erik Erikson, anak usia 4–6 tahun berada pada tahap *initiative versus guilt*, yaitu fase ketika anak mulai mengembangkan kemandirian, keberanian mengambil inisiatif, dan kemampuan menjelajahi lingkungan sosial [7]. Oleh karena itu, keberhasilan anak dalam menghadapi masa transisi sekolah sangat berkaitan dengan dukungan lingkungan yang mampu memberikan rasa aman sekaligus kesempatan untuk berkembang secara mandiri.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan perpisahan menjadi salah satu tantangan yang sering muncul pada masa awal sekolah. Penelitian Fadilah *et al.* menemukan bahwa kecemasan perpisahan yang tidak tertangani secara tepat dapat berdampak pada kemampuan adaptasi anak di lingkungan sekolah serta memengaruhi perkembangan sosial-emosionalnya. Penelitian Widadiyah *et al.* juga menunjukkan bahwa kesiapan emosional anak memiliki hubungan erat dengan keberhasilan penyesuaian diri pada lingkungan pendidikan baru [8]. Sementara itu, penelitian Hidayah *et al.* menjelaskan bahwa masa transisi menuju lingkungan belajar yang lebih formal sering kali menjadi sumber tekanan emosional karena anak harus belajar berinteraksi tanpa kehadiran orang tua secara langsung [9].

Meskipun penelitian mengenai *separation anxiety* telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian terdahulu lebih berfokus pada identifikasi gejala, faktor penyebab, atau hubungan kecemasan perpisahan dengan perkembangan sosial-emosional anak secara umum. Sebagian besar penelitian dilakukan pada masa awal masuk sekolah dan memandang kecemasan perpisahan sebagai respons adaptasi yang bersifat sementara. Penelitian-penelitian tersebut juga cenderung mengkaji salah satu aspek secara terpisah, seperti gejala kecemasan, faktor penyebab, ataupun strategi penanganannya. Dengan demikian, masih terbatas penelitian yang mengkaji secara mendalam kecemasan perpisahan yang tetap muncul setelah anak menjalani proses sekolah selama beberapa bulan, khususnya pada anak usia 4 tahun dalam masa transisi masuk kelas TK A.

Selain itu, masih sedikit penelitian yang mengintegrasikan bentuk kecenderungan dan tingkat kecemasan perpisahan, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta upaya guru dan orang tua dalam satu kajian yang utuh. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini hadir untuk mengisi kesenjangan penelitian dengan mengkaji secara mendalam dinamika kecemasan perpisahan yang masih bertahan setelah lebih dari tiga bulan anak mengikuti kegiatan sekolah. Penelitian ini tidak hanya mendeskripsikan bentuk kecenderungan dan tingkat kecemasan perpisahan yang dialami anak, tetapi juga menganalisis faktor-faktor yang memengaruhinya serta upaya yang dilakukan guru dan orang tua dalam mendampingi anak selama masa transisi sekolah. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai kecemasan perpisahan pada anak usia dini dalam konteks transisi menuju lingkungan pendidikan formal.

Urgensi penelitian semakin diperkuat oleh hasil studi pendahuluan yang dilakukan di TK Islam Al-Azhar 10 Serang Banten. Hasil observasi awal yang dilakukan pada 18 September 2025 menunjukkan bahwa dari anak-anak yang mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas TK A yaitu 57 anak, ditemukan dua anak usia 4 tahun di kelas A.1 Kiddy Bilal bin Rabah yang masih menunjukkan kecemasan perpisahan setelah lebih dari tiga bulan bersekolah. Anak berinisial FA memperlihatkan kecemasan perpisahan hampir setiap hari berupa menangis berkepanjangan, menolak masuk kelas, mencari keberadaan ibu secara terus-menerus, serta menunjukkan ketergantungan terhadap kehadiran guru selama kegiatan belajar berlangsung. Sementara itu, anak berinisial AH menunjukkan kecemasan perpisahan pada situasi tertentu, terutama setelah tidak masuk sekolah dalam beberapa waktu karena sakit AH menunjukkan perilaku menangis saat diantar, bersembunyi di belakang orang tua, menolak masuk kelas, atau memilih diam pada awal kegiatan sekolah, namun cenderung dapat kembali beradaptasi setelah diberikan waktu dan pendampingan. Temuan awal ini menunjukkan bahwa kecemasan perpisahan tidak selalu berakhir pada masa awal adaptasi sekolah, melainkan dapat berlangsung lebih dari tiga bulan dengan bentuk dan tingkat yang berbeda pada setiap anak.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini berupaya memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika kecemasan perpisahan pada anak usia dini selama masa transisi sekolah. Penelitian difokuskan pada bentuk kecenderungan dan

tingkat kecemasan perpisahan yang dialami anak usia 4 tahun, faktor-faktor yang memengaruhi munculnya kecemasan perpisahan, serta upaya yang dilakukan guru dan orang tua dalam mendampingi anak menghadapi kondisi tersebut. Pemahaman yang menyeluruh mengenai aspek-aspek tersebut diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan strategi pendampingan yang lebih efektif bagi anak usia dini selama masa transisi memasuki lingkungan sekolah formal.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk: (1) mendeskripsikan bentuk kecenderungan dan tingkat kecemasan perpisahan (*separation anxiety*) yang dialami anak usia 4 tahun dalam masa transisi masuk kelas TK A; (2) menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi munculnya kecemasan perpisahan; (3) mendeskripsikan upaya guru dalam mendampingi anak mengatasi kecemasan perpisahan; dan (4) mendeskripsikan upaya orang tua dalam mendampingi anak mengatasi kecemasan perpisahan. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai perkembangan sosial-emosional anak usia dini serta menjadi referensi bagi guru, orang tua, dan lembaga PAUD dalam mendukung keberhasilan adaptasi anak pada masa transisi sekolah.

METODE

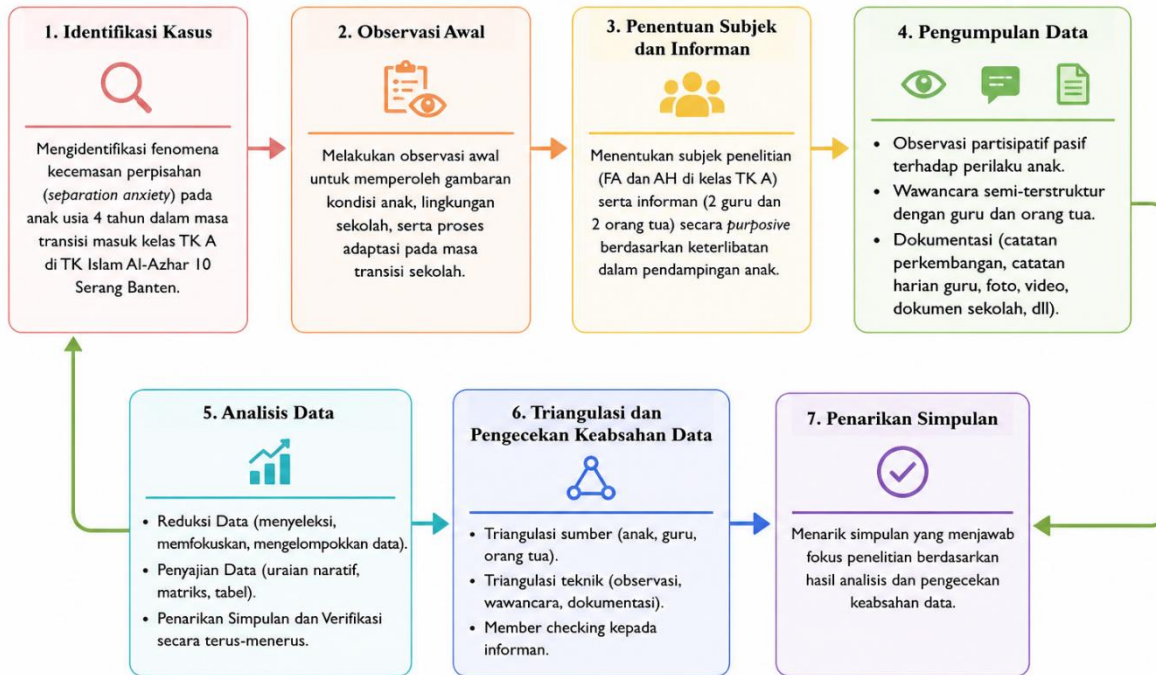
Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus (*case study*). Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian bertujuan memahami secara mendalam fenomena kecemasan perpisahan (*separation anxiety*) yang dialami anak usia 4 tahun selama masa transisi masuk kelas TK A, meliputi bentuk kecenderungan dan tingkat kecemasan perpisahan, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta upaya guru dan orang tua dalam membantu anak mengatasi kondisi tersebut. Desain studi kasus digunakan karena penelitian berfokus pada kasus yang terjadi pada dua anak yang masih menunjukkan kecemasan perpisahan setelah lebih dari tiga bulan mengikuti kegiatan sekolah, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang mendalam dan kontekstual terhadap kasus yang diteliti [10].

Penelitian dilaksanakan di TK Islam Al-Azhar 10 Serang, Banten. Sekolah ini dipilih karena ditemukan kasus kecemasan perpisahan yang masih muncul pada anak meskipun telah mengikuti kegiatan sekolah lebih dari tiga bulan. Penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu observasi pendahuluan, penentuan subjek penelitian, pengumpulan data, analisis data, serta penarikan simpulan. Observasi pendahuluan dilakukan untuk mengidentifikasi anak yang masih menunjukkan kecemasan perpisahan setelah lebih dari tiga bulan bersekolah. Selanjutnya, peneliti menetapkan subjek penelitian secara purposif berdasarkan karakteristik yang sesuai dengan fokus penelitian. Setelah subjek ditentukan, peneliti melakukan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan simpulan dan verifikasi. Pengumpulan data utama dilakukan pada Februari–Maret 2026, sedangkan observasi awal dilakukan sejak September–November 2025 untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi subjek penelitian. Subjek penelitian terdiri atas dua anak usia 4 tahun yang masih menunjukkan kecemasan

perpisahan setelah lebih dari tiga bulan mengikuti kegiatan sekolah, yaitu FA dan AH. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu, yaitu anak yang masih menunjukkan gejala kecemasan perpisahan selama masa transisi masuk kelas TK A. Selain subjek utama, informan penelitian terdiri atas dua guru kelas TK A dan dua orang tua dari masing-masing subjek yang dipilih karena terlibat langsung dalam proses pendampingan anak selama masa transisi sekolah. Peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam penelitian. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara partisipatif pasif dengan fokus pada perilaku anak ketika berpisah dengan orang tua, respons emosional anak, interaksi dengan guru dan teman sebaya, kemampuan beradaptasi di lingkungan sekolah, serta bentuk pendampingan yang diberikan oleh guru. Wawancara semi-terstruktur dilakukan kepada guru dan orang tua untuk memperoleh informasi mengenai bentuk kecemasan perpisahan, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta strategi pendampingan yang dilakukan selama masa transisi sekolah. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan perkembangan anak, catatan harian guru, foto, video kegiatan, dan dokumen sekolah yang relevan dengan penelitian.

Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan atau verifikasi [11]. Pada tahap reduksi data, peneliti melakukan proses coding untuk mengidentifikasi unit-unit makna yang muncul dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Kode-kode yang memiliki kesamaan makna kemudian dikelompokkan ke dalam kategori seperti bentuk kecemasan perpisahan, faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan perpisahan, upaya guru, dan upaya orang tua. Selanjutnya kategori tersebut dikembangkan menjadi tema-tema utama penelitian. Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk uraian naratif, tabel, dan matriks untuk memudahkan identifikasi pola serta hubungan antar-temuan. Tahap akhir dilakukan melalui penarikan simpulan dan verifikasi secara berkelanjutan selama proses penelitian berlangsung.

Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan *member checking*. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari guru dan orang tua, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. *Member checking* dilakukan dengan meminta informan meninjau kembali hasil interpretasi peneliti untuk memastikan kesesuaian dengan pengalaman yang mereka sampaikan. Selain itu, peneliti menerapkan *prolonged engagement* melalui keterlibatan di lapangan sejak observasi pendahuluan hingga pengumpulan data utama. *Audit trail* dilakukan dengan mendokumentasikan seluruh proses penelitian, mulai dari catatan lapangan, transkrip wawancara, dokumen pendukung, hingga proses analisis data. Peer debriefing juga dilakukan melalui diskusi dengan dosen pembimbing untuk memperoleh masukan terhadap hasil interpretasi dan temuan penelitian.



Gambar 1. Alur Penelitian Studi Kasus Adaptasi Model Analisis Data Miles dan Huberman

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk Kecenderungan dan Tingkat Kecemasan Perpisahan pada Anak Usia 4 Tahun dalam Masa Transisi Masuk TK A. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek penelitian, yaitu FA dan AH, sama-sama mengalami kecemasan perpisahan (*separation anxiety*) selama masa transisi masuk kelas TK A di TK Islam Al-Azhar 10 Serang Banten. Meskipun demikian, bentuk kecenderungan dan tingkat kecemasan yang ditunjukkan kedua anak memiliki karakteristik yang berbeda. FA menunjukkan kecenderungan kecemasan perpisahan yang lebih kuat dan persisten, sedangkan AH menunjukkan kecemasan perpisahan yang lebih ringan serta berangsur menurun seiring proses adaptasi di lingkungan sekolah.

Pada FA, kecemasan perpisahan ditunjukkan melalui tangisan berkepanjangan, penolakan masuk kelas, perilaku mencari keberadaan ibu secara terus-menerus, tantrum, serta kesulitan mengikuti kegiatan pembelajaran ketika tidak dapat melihat figur lekatnya. Dalam beberapa kesempatan, FA berteriak memanggil ibunya, keluar kelas untuk mencari keberadaan ibu, dan menunjukkan kesulitan mengendalikan emosi ketika menyadari ibunya telah meninggalkan sekolah. Hal tersebut diperkuat oleh pernyataan guru yang menjelaskan bahwa “FA hampir setiap hari masih mencari ibunya. Ketika sadar ibunya sudah tidak ada, dia bisa menangis cukup lama dan sulit ditenangkan.” Sebaliknya, AH menunjukkan kecemasan perpisahan yang muncul pada situasi tertentu, terutama setelah mengalami jeda kehadiran di sekolah. Namun, AH tetap mampu mengikuti rutinitas kelas, berinteraksi dengan guru dan teman sebaya, serta menunjukkan peningkatan kemampuan adaptasi dari waktu ke waktu.

Perbedaan karakteristik yang ditunjukkan oleh FA dan AH mengindikasikan bahwa kecemasan perpisahan pada anak usia dini tidak bersifat seragam. Meskipun

kedua anak berada pada lingkungan sekolah yang sama dan berada pada rentang usia yang sama, intensitas kecemasan yang muncul berbeda. Kondisi ini menunjukkan bahwa respons anak terhadap perpisahan tidak hanya dipengaruhi oleh situasi sekolah, tetapi juga berkaitan dengan pengalaman emosional, kesiapan sosial-emosional, serta kemampuan anak dalam membangun rasa aman ketika menghadapi lingkungan baru. Dengan demikian, proses adaptasi sekolah merupakan pengalaman yang bersifat individual dan dipengaruhi oleh karakteristik perkembangan masing-masing anak. Hasil penelitian ini sejalan dengan pandangan Battaglia *et al.* yang menyatakan bahwa *separation anxiety* dapat muncul dalam bentuk dan tingkat yang berbeda pada setiap anak. Sebagian anak menunjukkan kecemasan yang bersifat sementara sebagai bagian dari proses adaptasi, sedangkan sebagian lainnya menunjukkan kecemasan yang lebih persisten dan memerlukan pendampingan yang lebih intensif [12]. Namun demikian, penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa kecemasan perpisahan tidak selalu berakhir pada masa awal adaptasi sekolah. Pada kasus FA, kecemasan perpisahan masih tampak setelah lebih dari tiga bulan mengikuti kegiatan sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa pada sebagian anak, *separation anxiety* dapat berlangsung lebih lama dibandingkan yang umumnya diasumsikan sebagai bagian dari proses penyesuaian awal sekolah.

Jika ditinjau melalui teori kelekatan Bowlby, perilaku FA menunjukkan bahwa figur ibu masih menjadi sumber utama rasa aman sehingga perpisahan memunculkan reaksi emosional yang lebih kuat. Ketika figur lekat tidak berada dalam jangkauan penglihatannya, FA menunjukkan kesulitan untuk merasa aman dan terlibat dalam aktivitas belajar secara optimal. Sebaliknya, AH menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam memanfaatkan rasa aman yang telah terbentuk untuk mengeksplorasi lingkungan sekolah secara bertahap. Temuan ini memperkuat teori kelekatan yang menjelaskan bahwa rasa aman yang dimiliki anak berpengaruh terhadap kemampuan anak dalam menghadapi perpisahan dan menjelajahi lingkungan baru [13], [14].

Selain memperkuat teori kelekatan, temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa kecemasan perpisahan tidak hanya berkaitan dengan hubungan anak dan figur lekat, tetapi juga dipengaruhi oleh kesiapan sosial-emosional anak dalam menghadapi perubahan lingkungan sekolah. Oleh karena itu, keberhasilan adaptasi anak pada masa transisi sekolah tidak cukup dipahami dari aspek kelekatan semata, melainkan perlu mempertimbangkan interaksi antara faktor emosional, pengalaman adaptasi sebelumnya, dan dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekolah maupun keluarga.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Munculnya Kecemasan Perpisahan. Penelitian menemukan bahwa munculnya kecemasan perpisahan pada anak usia 4 tahun dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berkaitan, yaitu pengalaman emosional anak, hubungan kelekatan (*attachment*) dengan orang tua, perubahan lingkungan dan tuntutan masa transisi sekolah, kesiapan sosial-emosional anak, serta pola pengasuhan dan respons emosional orang tua. Faktor-faktor tersebut tidak bekerja secara terpisah, melainkan saling memengaruhi dalam membentuk respons anak ketika menghadapi situasi perpisahan. Temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan perpisahan pada masa transisi sekolah merupakan fenomena yang kompleks dan tidak dapat

dijelaskan hanya melalui satu faktor penyebab. Salah satu faktor yang paling menonjol adalah pengalaman emosional anak. Pada FA ditemukan pengalaman pernah dijemput terlambat oleh orang tua yang memunculkan kekhawatiran akan ditinggalkan. Pengalaman tersebut tampak memperkuat rasa tidak aman ketika harus berpisah dengan ibu di sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman emosional yang dianggap sederhana oleh orang dewasa dapat dimaknai secara berbeda oleh anak usia dini. Pada usia 4 tahun, kemampuan anak dalam memahami alasan suatu peristiwa masih terbatas sehingga pengalaman ditinggalkan atau menunggu orang tua dalam waktu yang lama dapat membentuk persepsi bahwa perpisahan berpotensi mengancam rasa aman yang dimilikinya [15]. Sementara itu, pada AH ditemukan perubahan rutinitas keluarga ketika ibu mulai kembali bekerja sehingga anak harus menyesuaikan diri terhadap perubahan pola kedekatan dengan figur lekatnya. Meskipun demikian, AH menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik dibandingkan FA. Perbedaan tersebut mengindikasikan bahwa pengalaman emosional tidak selalu menghasilkan respons kecemasan yang sama pada setiap anak, tetapi dipengaruhi oleh faktor perkembangan dan dukungan lingkungan yang dimiliki anak.

Faktor lain yang berpengaruh adalah kualitas kelekatan anak dengan orang tua. Kedua subjek memiliki hubungan yang dekat dengan ibu, namun menunjukkan respons yang berbeda terhadap perpisahan. Temuan ini menunjukkan bahwa kelekatan tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai penyebab tunggal kecemasan perpisahan. Kelekatan berinteraksi dengan kesiapan sosial-emosional, pengalaman emosional, dan kemampuan adaptasi anak dalam menghadapi lingkungan baru [16]-[17]. Temuan ini memperkuat teori Bowlby yang menjelaskan bahwa figur lekat berfungsi sebagai sumber rasa aman bagi anak. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa kedekatan dengan figur lekat tidak selalu berujung pada tingkat kecemasan yang sama. Anak yang memiliki hubungan dekat dengan orang tua tetap dapat menunjukkan tingkat kecemasan yang berbeda bergantung pada kemampuan mereka dalam mengelola emosi dan menghadapi perubahan lingkungan.

Selain itu, kesiapan sosial-emosional anak turut menentukan kemampuan anak dalam menghadapi masa transisi sekolah. AH menunjukkan kemampuan berinteraksi dengan guru dan teman sebaya yang lebih baik sehingga proses adaptasinya berlangsung lebih cepat. Sebaliknya, FA masih membutuhkan dukungan emosional yang lebih besar dari orang dewasa sehingga penyesuaiannya berlangsung lebih lambat. Temuan ini memperkuat teori Battaglia *et al.* yang menjelaskan bahwa *separation anxiety* merupakan hasil interaksi berbagai faktor perkembangan dan lingkungan. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa keberhasilan adaptasi anak tidak hanya ditentukan oleh kondisi internal anak, tetapi juga oleh dukungan yang diberikan oleh keluarga dan sekolah selama masa transisi berlangsung. Dengan demikian, kecemasan perpisahan pada masa transisi sekolah tidak muncul karena satu faktor tunggal, melainkan sebagai hasil interaksi antara karakteristik individu anak dan lingkungan sosial-emosional yang mengelilinginya. Temuan ini memperlihatkan bahwa anak yang berada pada konteks sekolah yang sama dapat menunjukkan tingkat kecemasan yang berbeda karena

memiliki pengalaman emosional, kesiapan sosial-emosional, dan pola dukungan yang berbeda.

Upaya Guru dalam Mendampingi Anak Mengatasi Kecemasan Perpisahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru memiliki peran penting dalam membantu anak menghadapi kecemasan perpisahan selama masa transisi sekolah. Berbagai upaya yang dilakukan meliputi pemberian rasa aman, pendampingan emosional secara langsung, pelukan dan sentuhan yang menenangkan, pengalihan perhatian melalui kegiatan bermain dan belajar, pemberian motivasi verbal, pendampingan secara bertahap, serta menjalin komunikasi yang intensif dengan orang tua. Pada kasus FA, guru memberikan pendampingan yang lebih intensif melalui pelukan, gendongan, pangkuan, dan komunikasi verbal yang menenangkan ketika anak mengalami tantrum akibat perpisahan dengan ibu. Guru juga berupaya mengalihkan perhatian anak ke berbagai aktivitas kelas agar fokus anak tidak hanya tertuju pada keberadaan orang tua.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ambari *et al.* dan Wulandari dan Nisa yang menjelaskan bahwa guru berperan sebagai figur aman kedua bagi anak selama masa transisi sekolah [18], [19]. Kehadiran guru yang responsif membantu anak membangun rasa percaya terhadap lingkungan baru dan mengurangi kecemasan yang muncul akibat perpisahan dengan orang tua [20]. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan pendampingan guru tidak hanya ditentukan oleh strategi yang digunakan, tetapi juga dipengaruhi oleh tingkat kecemasan dan kesiapan emosional masing-masing anak. Oleh karena itu, pendekatan yang bersifat individual menjadi penting dalam mendukung proses adaptasi anak selama masa transisi sekolah.

Upaya Orang Tua dalam Mendampingi Anak Mengatasi Kecemasan Perpisahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua memiliki peran sentral dalam membantu anak mengatasi kecemasan perpisahan. Bentuk pendampingan yang dilakukan meliputi memberikan penjelasan mengenai kegiatan sekolah, membangun rutinitas yang konsisten, memberikan motivasi sebelum berangkat ke sekolah, menunjukkan sikap tenang saat berpisah, memberikan dukungan emosional, serta menjalin komunikasi dengan guru mengenai perkembangan anak.

Pada AH, orang tua memberikan kesempatan adaptasi secara bertahap dengan menunggu di lingkungan sekolah hingga anak merasa cukup aman untuk memasuki kelas secara mandiri. Pendekatan ini membantu AH membangun kepercayaan terhadap lingkungan sekolah sehingga kecemasan yang muncul berangsur berkurang. Sebaliknya, pada FA ditemukan bahwa dukungan orang tua tetap diperlukan dalam jangka waktu yang lebih panjang karena anak menunjukkan ketergantungan emosional yang lebih kuat terhadap figur ibu. Temuan ini sejalan dengan penelitian Khairani dan Lubis yang menegaskan bahwa dukungan emosional yang konsisten dari orang tua membantu anak membangun rasa aman dan meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap lingkungan baru [21]. Namun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa efektivitas dukungan yang diberikan orang tua dipengaruhi oleh kesiapan emosional dan karakteristik individual anak. Oleh karena itu, strategi pendampingan yang sama dapat menghasilkan respons yang berbeda pada setiap anak. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan anak dalam mengatasi kecemasan perpisahan selama

masa transisi sekolah dipengaruhi oleh sinergi antara dukungan guru, dukungan orang tua, dan karakteristik perkembangan anak. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa proses adaptasi sekolah merupakan proses yang kompleks, dinamis, dan bersifat individual sehingga membutuhkan pendampingan yang berkelanjutan dari lingkungan terdekat anak.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan perpisahan (*separation anxiety*) pada anak usia 4 tahun dalam masa transisi masuk kelas TK A merupakan fenomena yang bersifat individual dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, meliputi pengalaman emosional anak, kualitas kelekatan dengan orang tua, kesiapan sosial-emosional, serta perubahan lingkungan sekolah. Temuan penelitian mengungkap bahwa tingkat kecemasan perpisahan dapat berbeda pada setiap anak, mulai dari kecemasan yang bersifat situasional hingga kecemasan yang lebih persisten. Kebaruan penelitian ini terletak pada pengungkapan dinamika *separation anxiety* yang masih bertahan setelah lebih dari tiga bulan masa sekolah, serta analisis terpadu mengenai bentuk kecenderungan kecemasan, faktor-faktor yang memengaruhinya, dan sinergi peran guru serta orang tua dalam mendampingi anak. Hasil penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya kajian perkembangan sosial-emosional anak usia dini dan menegaskan pentingnya kolaborasi antara keluarga dan sekolah dalam memberikan dukungan emosional yang konsisten selama masa transisi sekolah. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan dua subjek penelitian pada satu lembaga pendidikan, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan pada seluruh anak usia dini yang mengalami *separation anxiety*. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah subjek yang lebih beragam dan konteks sekolah yang berbeda, serta mengkaji efektivitas berbagai strategi pendampingan yang dapat membantu mengurangi kecemasan perpisahan pada anak usia dini.

PENGHARGAAN

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala TK Islam Al-Azhar 10 Serang Banten yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada guru kelas TK A Kiddy Bilal bin Rabah, serta orang tua yang telah bersedia menjadi informan dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

REFERENSI

- [1] E. Suheri, *Menjemput Tahun Pembelajaran Baru Strategi 100 Hari Pertama Guru untuk Keberhasilan Sepanjang Tahun*. Purwokerto: PT. Revormasi Jangkar Philosophia, 2025. [Daring]. Tersedia pada:

- <https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=xUiBEQAAQBAJ>
- [2] M. Hasbi *et al.*, *Anakku Siap Sekolah*. Jakarta Selatan: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020. [Daring]. Tersedia pada: https://paudpedia.kemendikdasmen.go.id/uploads/pdfs/TINY_20210918_184001.pdf
- [3] U. Astuti, H. Hartono, dan S. Sunawan, "The Influence of Parental Attachment toward Early Childhood Children's Separation Anxiety," *J. Prim. Educ.*, vol. 9, no. 5, hal. 501–510, Des 2020, doi: 10.15294/jpe.v9i5.43210.
- [4] S. W. Darnia dan H. Wulandari, "Peran Guru dalam Menangani Gangguan Kecemasan Berpisah pada Anak Usia Dini di PAUD," *AL-AFKAR J. Islam. Stud.*, vol. 7, no. 3, hal. 1155–1164, 2024, doi: 10.31943/afkarjournal.v7i3.994.The.
- [5] R. Fadilah, M. N. Huda, R. R. Damanik, dan S. Islamiyah, "Kecemasan Perpisahan (Separation Anxiety)," *Algebr. J. Pendidikan, Sos. dan Sains*, vol. 3, no. 4, hal. 226–230, 2023, [Daring]. Tersedia pada: <https://ejournal.yana.or.id/index.php/algebra/article/view/1026>
- [6] M. Muthmainah *et al.*, *Analisis Teori PAUD*. Yogyakarta: UNY Press, 2025. [Daring]. Tersedia pada: https://www.researchgate.net/publication/394311824_Analisis_Teori_PAUD
- [7] R. Aprilyani, R. Fahlevi, N. Nurlina, R. Wulandari, Nurhidayatullah, dan S. A. Pranajaya, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, 1 ed. Padang: Get Press Indonesia, 2023. [Daring]. Tersedia pada: <https://repository.uinsi.ac.id/handle/123456789/4368>
- [8] Q. Widadiyah *et al.*, "Pendidikan Anak Usia Dini: Konsep dan Implementasi," *Penerbit Mifandi Mandiri Digit.*, vol. 1, no. 01, 2024, [Daring]. Tersedia pada: <https://jurnal.mifandimandiri.com/index.php/penerbitmmd/article/view/47>
- [9] N. Hidayah, S. Puwandari, R. A. Fitriana, dan M. W. R. Sakina, "Kualitas Kelekatan (Attachment) Ibu-Anak pada Periode Emas (Golden Age) dan Dampaknya terhadap Perkembangan Sosio- Emosional Anak Usia Dini:(Pendekatan Kualitatif Berbasis Studi Lapangan Dilihat Dari Prespektif Psikologi Perkembangan Dan Kesehatan)," *Arus J. Psikol. dan Pendidik*, vol. 4, no. 3, hal. 258–265, 2025, doi: 10.57250/ajpp.v4i3.1642.
- [10] R. K. Yin, *Qualitative Research from Start to Finish*, Second Edi. New York: The Guilford Press, 2016. [Daring]. Tersedia pada: <https://books.google.co.id/books?id=b3X3CQAAQBAJ>
- [11] H. Ahyar *et al.*, *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, no. March. 2020.
- [12] M. Battaglia *et al.*, "Distinct trajectories of separation anxiety in the preschool years: persistence at school entry and early-life associated factors," *J. Child Psychol. Psychiatry*, vol. 57, no. 1, hal. 39–46, Jan 2016, doi: 10.1111/jcpp.12424.
- [13] V. Arianda, I. K. Salim, dan R. B. Ruzain, "Secure Attachment (Kelekatan Aman) Ibu dan Anak dengan Perkembangan Sosial Emosional Pada Anak," *J. Islam. Contemp. Psychol.*, vol. 1, no. 2, hal. 67–74, Jan 2022, doi: 10.25299/jicop.v1i2.8603.
- [14] I. Fajriani, A. Asiah, S. Mariah, R. Pujiyanti, dan P. Mayasari, "Peran Kelekatan (Attachment) Orang Tua dalam Pembentukan Emosi Positif Anak Usia Dini: Studi Literatur," *J. Pendidik. dan Penelit.*, vol. 01, no. 02, hal. 105–113, 2025, [Daring]. Tersedia pada: <https://e-journal.padaud.id/index.php/sm/article/view/24>
- [15] K. Arifin, F. Febriananda, I. B. Satria, A. Natfi, dan L. Yarni, "Perkembangan Anak Usia Dini:," *J. Pendidik. SEROJA*, vol. 2, no. 5, hal. 340–349, 2023, doi: 10.572349/seroja.v2i5.1523.
- [16] T. Trivina *et al.*, *Bimbingan Konseling Anak Usia Dini*, 1 ed. Purbalingga: Eureka

- Media Askara, 2024. [Daring]. Tersedia pada: [https://siladikti.hangtuah.ac.id/filesila/NORA_FKG/B65412BKA_Usia Dini.pdf](https://siladikti.hangtuah.ac.id/filesila/NORA_FKG/B65412BKA_Usia_Dini.pdf)
- [17] I. Ramadhanty, Y. Abidin, D. Undayasari, dan E. S. Aisyah, "Membangun Rasa Aman Anak Usia Dini Melalui Pendekatan Responsif Guru," *Aulad J. Early Child.*, vol. 8, no. 3, hal. 1126–1133, Sep 2025, doi: 10.31004/aulad.v8i3.1125.
- [18] P. K. M. Ambari, L. N. Panjaitan, dan A. Kartika, "Penanganan Guru PAUD Terhadap Kecemasan Berpisah Pada Anak di Sekolah," *Insight J. Pemikir. dan Penelit. Psikol.*, vol. 16, no. 1, hal. 124, Mei 2020, doi: 10.32528/ins.v16i1.3209.
- [19] H. Wulandari dan H. Nisa, "Peran Guru dalam Menangani Anak dengan Kecemasan Berpisah dari Orang Tuanya (Separation Anxiety Disorder)," *J. Ilm. Wahana Pendidik.*, vol. 10, no. 13, hal. 344–351, 2024, doi: 10.5281/zenodo.12775558.
- [20] M. Shaleh dan L. Anhusadar, "Kesiapan Lembaga PAUD dalam Pembelajaran Tatap Muka pada New Normal," *J. Obs. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 5, no. 2, hal. 2158–2167, Mar 2021, doi: 10.31004/obsesi.v5i2.1139.
- [21] A. R. Khairani dan S. I. A. Lubis, "Efektivitas Penerapan Mindful Parenting dalam Mengatasi Rasa Takut Berpisah dengan Orang Tua pada Anak Usia Dini," *Bunayya J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 11, no. 1, hal. 71–90, 2025, doi: 10.22373/bunayya.v9i2.28897.