

Peran Penguatan Positif dalam Menurunkan Perilaku Agresif Anak Usia Dini: Tinjauan Literatur Sistematis

Muliati R Umar ¹, Risky Diya Amalia Rais², Sahrul Salingkat ³, Sri Melani Ajamir⁴
Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Luwuk, Luwuk,
Indonesia^{1,2,3,4}

*Email Korespondensi: riskydiyaamalia@gmail.com

Diterima: 24-06-2026 | Disetujui: 28-06-2026 | Diterbitkan: 30-06-2026

ABSTRACT

This study examines the use of positive reinforcement as a strategy for reducing aggressive behavior in early childhood. Aggressive behaviors, including hitting, pushing, shouting, and arguing, are commonly observed among young children who have not yet developed adequate emotional regulation skills. The objectives of this study are to identify the forms of positive reinforcement most frequently implemented in early childhood education settings, analyze their effectiveness in reducing aggressive behavior, and explore the factors that contribute to their successful implementation. This study employed a literature review method by analyzing relevant national and international scholarly articles on positive reinforcement and aggressive behavior in early childhood. The findings indicate that verbal praise, simple token rewards, visual media, and play opportunities are among the most effective and practical forms of positive reinforcement in educational settings. The implementation of positive reinforcement has been shown to enhance children's self-regulation, increase compliance with classroom rules, and promote more adaptive behavioral responses. Furthermore, the effectiveness of this approach is influenced by several factors, including teacher consistency in delivering reinforcement, parental involvement, clear classroom expectations, and the establishment of a supportive learning environment. Overall, positive reinforcement represents an effective and child-centered approach to reducing aggressive behavior while fostering the socio-emotional development of young children.

Keywords: positive reinforcement, aggressive behavior, early childhood, socio-emotional development, early childhood education.

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji penerapan penguatan positif sebagai strategi dalam mengurangi perilaku agresif pada anak usia dini. Perilaku agresif, seperti memukul, mendorong, berteriak, dan membantah, masih sering ditemukan pada anak yang belum mampu mengelola emosi secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk penguatan positif yang umum diterapkan dalam pendidikan anak usia dini, menganalisis pengaruhnya terhadap penurunan perilaku agresif, serta mengkaji faktor-faktor yang mendukung efektivitas penerapannya. Metode yang digunakan adalah kajian pustaka (*literature review*) dengan menelaah berbagai artikel ilmiah nasional dan internasional yang relevan dengan topik penguatan positif dan perilaku agresif pada anak usia dini. Hasil kajian menunjukkan bahwa pemberian pujian, token reward sederhana, penggunaan media visual, serta pemberian kesempatan bermain merupakan bentuk penguatan positif yang efektif dan mudah diimplementasikan dalam lingkungan pembelajaran. Penerapan penguatan positif terbukti mampu meningkatkan kemampuan pengendalian diri anak, kepatuhan terhadap aturan, serta respon perilaku yang lebih adaptif. Efektivitas strategi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain konsistensi guru dalam pemberian penguatan, keterlibatan orang tua, kejelasan aturan kelas, dan terciptanya lingkungan belajar yang suportif. Dengan demikian, penguatan positif dapat menjadi pendekatan yang efektif dan berorientasi pada kebutuhan anak dalam mengurangi perilaku agresif serta mendukung perkembangan sosioemosional anak usia dini.

Kata kunci: penguatan positif, perilaku agresif, anak usia dini, PAUD.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Umar, M. R. ., Rais, R. D. A. ., Salingkat , S. ., & Ajamir, S. M. . (2026). Peran Penguatan Positif dalam Menurunkan Perilaku Agresif Anak Usia Dini: Tinjauan Literatur Sistematis. *Educational Journal*, 1(4), 2224-2235. <https://doi.org/10.63822/4z5t1376>

PENDAHULUAN

Perilaku agresif pada anak usia dini masih menjadi perhatian di banyak lembaga PAUD karena dapat mengganggu suasana belajar dan hubungan anak dengan lingkungan sekitarnya. Bentuk perilaku seperti memukul, mendorong, membantah, berteriak, atau melempar barang sering muncul ketika anak belum mampu mengelola perasaan atau belum mengetahui cara mengekspresikan keinginannya dengan cara yang lebih tepat. Kondisi ini membuat guru dan orang tua perlu mencari pendekatan yang dapat membantu anak belajar mengendalikan diri tanpa menimbulkan rasa takut. Salah satu pendekatan yang banyak digunakan dalam beberapa tahun terakhir adalah penguatan positif, yang memberikan dorongan melalui pujian, hadiah kecil, senyuman, atau bentuk apresiasi lain ketika anak menunjukkan perilaku yang sesuai harapan.

Sejumlah penelitian terbaru menunjukkan bahwa penguatan positif mampu membantu menurunkan perilaku agresif pada anak usia dini. Temuan Jamison (2024) memperlihatkan bahwa sekolah yang menerapkan PBIS (*Positive Behavior Interventions and Supports*) mengalami penurunan insiden perilaku tidak sesuai. Pendekatan serupa juga terlihat pada penelitian Chang dkk (2025) mengenai program PECE (*The Positive Early Childhood Education*) yang melibatkan guru dan orang tua secara langsung untuk memberikan dukungan positif pada anak. Selain itu, penelitian Gabion, Noche P. dkk (2025) menemukan bahwa guru PAUD menggunakan berbagai bentuk pujian dan reward sederhana untuk membantu anak mengurangi perilaku menantang. Hasil penelitian penelitian ini menunjukkan bahwa dorongan positif memberikan arah yang jelas bagi anak tentang perilaku yang diharapkan, sekaligus membantu anak merasakan bahwa usahanya dihargai. Selain pujian, teknik lain seperti *token economy* juga banyak digunakan dalam penelitian manajemen perilaku. Chandra dan Asri Dwi (2025) menunjukkan bahwa pemberian token secara teratur mampu menurunkan perilaku memukul dan membantah pada anak dengan gangguan oposisi. Temuan serupa juga diperoleh oleh Anggraini dan Sri Wahyu (2025) yang menggunakan sistem token untuk menurunkan perilaku marah pada anak dengan ADHD. Di sisi lain, kajian pustaka oleh Dewi dkk (2024) menegaskan bahwa kombinasi antara penguatan positif, bermain peran, dan kegiatan yang memberi kesempatan anak belajar mengatur diri terbukti membantu mengurangi kecenderungan agresi di kelas PAUD. Berbagai penelitian ini menunjukkan bahwa strategi yang memberi apresiasi atas perilaku baik lebih mudah diterima oleh anak usia dini dibanding pendekatan yang bersifat hukuman.

Pola asuh orang tua memegang peran krusial dalam mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh, mencakup aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pola asuh yang positif, responsif, dan penuh kasih sayang membantu anak menghindari gangguan perkembangan, sementara pola yang kurang tepat sering kali memicu masalah seperti perkembangan yang menyimpang (Rais & Saleh, 2025), upaya mengurangi perilaku agresif juga berkaitan dengan pola asuh dan lingkungan anak. Marini (2024) menemukan bahwa pola asuh yang terlalu permisif dapat membuat anak kurang memahami batasan perilaku, sehingga mereka lebih mudah menunjukkan reaksi agresif. Pola asuh permisif merupakan metode pengasuhan yang memberikan kebebasan yang sangat luas kepada anak untuk melakukan apa pun yang diinginkan tanpa disertai aturan yang jelas maupun pengawasan yang memadai. Dalam pola asuh ini, orang tua cenderung tidak memberikan tuntutan, kontrol, ataupun bimbingan yang konsisten, sehingga anak bebas mengambil keputusan dan berperilaku sesuai keinginannya tanpa adanya batasan yang tegas (Aimang, dkk 2025). Kondisi tersebut dapat menghambat perkembangan kemampuan regulasi diri, kepatuhan terhadap aturan, dan pengendalian emosi, yang pada akhirnya meningkatkan kecenderungan munculnya perilaku agresif. Dalam situasi seperti ini, penguatan positif dapat menjadi salah satu cara untuk memperkenalkan aturan secara lebih lembut, karena anak mendapat dorongan ketika berhasil mengikuti arahan guru atau

orang tua. Dengan pemberian apresiasi terhadap perilaku yang sesuai, anak belajar memahami bahwa perilaku positif akan memperoleh konsekuensi yang menyenangkan sehingga lebih termotivasi untuk mengulangnya. Selain itu, media pembelajaran seperti *Comic Life* turut memberi kontribusi terhadap perubahan perilaku anak. Nasution, dkk (2024) menunjukkan bahwa kegiatan kreatif yang disertai penguatan positif membantu anak mengekspresikan diri tanpa kekerasan, meningkatkan kemampuan komunikasi, serta melatih penyelesaian konflik secara damai.

Dari berbagai temuan tersebut, terlihat bahwa penguatan positif tidak hanya berpengaruh pada penurunan perilaku agresif, tetapi juga membantu membangun hubungan yang lebih baik antara guru dan anak. Ketika guru memberikan tanggapan yang ramah dan menghargai usaha anak, suasana kelas menjadi lebih tenang dan anak lebih mudah mengikuti arahan. Penguatan positif juga memberi kesempatan bagi anak untuk belajar mengendalikan diri melalui pengalaman sehari-hari, bukan melalui ancaman atau hukuman. Hal ini sejalan dengan pandangan Calvin dkk (2025) yang menyatakan bahwa strategi berbasis pembelajaran perilaku banyak memberikan hasil yang baik pada anak yang mengalami kesulitan mengendalikan emosi.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini disusun untuk menelaah temuan-temuan terbaru mengenai penguatan positif sebagai pendekatan dalam mengurangi perilaku agresif pada anak usia dini. Penelitian ini bertujuan menggambarkan bentuk penguatan positif yang digunakan dalam berbagai penelitian, melihat pengaruhnya terhadap perubahan perilaku agresif, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung keberhasilan penerapannya di lingkungan Pendidikan Anak Usia Dini. Kajian ini diharapkan dapat memberi gambaran yang lebih utuh mengenai strategi yang dapat digunakan guru dan orang tua dalam membimbing anak, sekaligus memberikan masukan praktis bagi lembaga pendidikan mengenai cara mengelola perilaku agresif melalui pendekatan yang lebih hangat dan ramah anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan studi pustaka tujuan utamanya adalah mengumpulkan dan meninjau hasil penelitian sebelumnya mengenai penguatan positif dalam mengurangi perilaku agresif anak usia dini. Rancangan ini memungkinkan peneliti menelaah berbagai jurnal yang telah dipublikasikan tanpa melakukan pengumpulan data lapangan secara langsung. Pendekatan studi pustaka banyak digunakan dalam penelitian yang memerlukan penyusunan gambaran teoretis dan rangkuman hasil penelitian terdahulu sebagai dasar penarikan kesimpulan. Sasaran penelitian ini adalah artikel ilmiah yang membahas perilaku agresif, penguatan positif, manajemen perilaku, serta intervensi berbasis perilaku pada anak usia dini. Dari hasil penelusuran, terpilih lima belas jurnal nasional dan internasional yang terbit pada tahun 2023–2025. Rentang tahun tersebut dipilih agar kajian tetap mengikuti perkembangan terbaru mengenai teknik penguatan positif yang digunakan di lingkungan PAUD. Artikel yang dipilih mencakup penelitian eksperimen, studi kasus, evaluasi program, tinjauan teori, dan penelitian kualitatif yang memberikan penjelasan mengenai strategi penguatan positif serta dampaknya pada perilaku anak.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan membaca secara menyeluruh setiap artikel yang telah dipilih. Proses ini meliputi pencatatan bagian penting seperti tujuan penelitian, metode yang digunakan, bentuk penguatan positif yang diterapkan, dan hasil temuan. Tidak ada instrumen kuesioner atau lembar observasi karena seluruh data berasal dari dokumen tertulis. Untuk menjaga ketelitian, peneliti mencatat setiap temuan dalam tabel pencatatan sederhana agar perbedaan dan persamaan antarpenelitian dapat

terlihat lebih jelas. Cara ini membantu proses klasifikasi temuan sesuai dengan fokus kajian, misalnya bentuk penguatan positif, perubahan perilaku agresif, atau faktor yang mendukung keberhasilan intervensi.

Teknik analisis data dilakukan melalui tiga tahap. Pertama, melakukan pengurangan data dengan memilih hanya informasi yang berhubungan langsung dengan penguatan positif dan perilaku agresif pada anak usia dini. Tahap ini dilakukan agar data yang dikaji tidak melebar ke luar fokus penelitian. Kedua, menyajikan data dalam bentuk uraian yang menampilkan kecenderungan hasil dari lima belas artikel tersebut. Setiap temuan dikelompokkan sesuai tema tertentu untuk memudahkan peneliti melihat pola umum yang muncul. Ketiga, menarik kesimpulan berdasarkan kecenderungan yang terlihat dalam rangkuman penelitian. Kesimpulan ini tidak hanya memuat pengaruh penguatan positif, tetapi juga faktor yang membantu penerapannya di lingkungan PAUD. Keabsahan data diperoleh melalui pengecekan ulang sumber asli dan membandingkan temuan dari beberapa artikel dengan topik yang sama. Setiap informasi dibandingkan dengan penelitian lain untuk memastikan bahwa data yang dituliskan sesuai dengan hasil penelitian penulis aslinya. Teknik ini membantu mencegah kesalahan interpretasi dan menjaga agar hasil kajian tetap akurat. Karena penelitian ini tidak melibatkan interaksi langsung dengan subjek, tidak diperlukan uraian mengenai lokasi penelitian atau kehadiran peneliti di lapangan. Namun, proses telaah dilakukan secara sistematis untuk memastikan bahwa hasil kajian menggambarkan temuan penelitian secara jelas dan dapat dipertanggungjawabkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk Penguatan Positif yang Banyak Dipakai dalam Pengelolaan Perilaku Anak Usia Dini

Penguatan positif merupakan salah satu strategi yang banyak digunakan guru PAUD untuk membantu anak mengembangkan perilaku yang lebih terarah. Pada usia dini, anak menjalani masa belajar yang sangat dipengaruhi oleh pengalaman langsung. Mereka cenderung memberikan respons cepat terhadap hal-hal yang membuat mereka merasa dihargai atau disukai. Karena itu, berbagai bentuk penguatan positif yang sederhana sering menjadi pilihan guru di kelas. Penguatan seperti pujian, hadiah kecil, stiker, ataupun kesempatan bermain tambahan terbukti mampu mendorong anak mengulang perilaku yang sesuai aturan. Guru tidak perlu menggunakan cara yang rumit karena anak usia dini lebih mudah memahami apresiasi dalam bentuk yang mereka lihat dan rasakan secara langsung.

Dalam kegiatan sehari-hari di PAUD, guru biasanya memulai dari penguatan verbal. Bentuk penguatan ini berupa pujian langsung ketika anak menunjukkan perilaku yang baik, seperti menunggu giliran, membereskan mainan, atau membantu teman. Ucapan seperti “bagus”, “terima kasih sudah membantu”, atau “hebat kamu bisa duduk rapi” menjadi contoh sederhana yang sering dipakai. Pujian verbal mudah diterapkan karena tidak membutuhkan alat tambahan dan bisa diberikan kapan saja. Anak pun merespons dengan baik karena suara guru memiliki arti besar bagi mereka. Menurut berbagai penelitian, hubungan emosional yang hangat antara anak dan guru membuat pujian menjadi lebih bermakna (Azizah dkk., 2025). Situasi ini sejalan dengan pandangan bahwa anak usia dini belajar melalui rasa aman dan kedekatan sosial. Selain pujian, bentuk penguatan yang sering digunakan adalah token sederhana. Token dapat berupa stiker, bintang, gambar senyum, atau kartu apresiasi. Anak biasanya diminta mengumpulkan token tersebut untuk ditukar dengan sesuatu yang mereka sukai, seperti bermain permainan pilihan atau mendapatkan waktu tambahan di sudut bermain. Sistem token seperti ini banyak dipakai karena memberi pengalaman yang menyenangkan dan mudah dipahami oleh anak. Penguatan ini juga membantu

anak belajar mengenai sebab dan akibat: setiap perilaku baik menghasilkan token, dan token itu memiliki nilai tertentu. Program seperti ini banyak dijelaskan dalam berbagai model dukungan perilaku sekolah, termasuk pendekatan PBIS yang diterapkan di berbagai tingkatan sekolah (Jamison, 2024). Model tersebut menekankan penggunaan penguatan positif yang konsisten untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih teratur.

Guru PAUD juga memanfaatkan penguatan sosial yang bersifat nonverbal. Penguatan sosial dapat berupa senyuman, anggukan, acungan jempol, atau tepuk tangan kecil. Meskipun sederhana, penguatan seperti ini memberi sinyal bahwa guru memperhatikan dan menghargai perilaku anak. Anak yang mendapatkan penguatan sosial biasanya merasa bangga dan berusaha mengulang perilakunya agar kembali mendapatkan respon positif. Penguatan nonverbal juga bermanfaat ketika guru ingin memberikan apresiasi tanpa terlalu mengganggu kegiatan belajar. Bentuk penguatan ini sering digunakan dalam berbagai pendekatan berbasis dukungan perilaku, termasuk dalam program PECE yang menekankan kolaborasi antara guru dan orang tua dalam membangun kebiasaan positif (Chang dkk., 2025). Program tersebut menjelaskan bahwa penguatan sosial dapat membantu membentuk suasana kelas yang lebih kondusif.

Bentuk penguatan positif lain yang banyak dipakai adalah kesempatan bermain tambahan. Guru memberikan waktu bermain ekstra kepada anak yang menunjukkan usaha dalam mengendalikan diri atau menaati aturan. Bagi anak usia dini, bermain merupakan kegiatan yang sangat mereka sukai, sehingga waktu tambahan menjadi bentuk penghargaan yang bermakna. Penguatan ini juga mendorong anak belajar menunda keinginan, karena mereka harus menyelesaikan tugas atau menunjukkan perilaku tertentu sebelum memperoleh kesempatan bermain. Bentuk penguatan seperti ini sejalan dengan temuan mengenai motivasi anak dalam pembelajaran dasar, termasuk dalam penelitian tentang penguatan positif untuk membaca dan menulis yang menunjukkan bahwa penghargaan berbasis aktivitas mampu meningkatkan minat anak (Ulfa dkk., 2025). Selain penguatan yang bersifat individual, guru PAUD sering menerapkan penguatan kelompok. Penguatan ini diberikan ketika seluruh kelompok atau kelas berhasil mengikuti aturan bersama, misalnya menjaga ketenangan saat mendengarkan cerita atau bekerja sama saat kegiatan kelompok. Dengan penguatan kelompok, anak belajar memperhatikan perilaku teman dan saling mengingatkan satu sama lain. Pendekatan ini banyak digunakan dalam model pengelolaan kelas berbasis dukungan perilaku dan program pelatihan guru, termasuk dalam kajian mengenai perilaku menantang yang menekankan peran lingkungan kelas yang mendukung (Azizah dkk., 2025). Penguatan kelompok membantu anak membangun rasa kebersamaan dan tujuan bersama, sehingga suasana kelas menjadi lebih teratur.

Berbagai bentuk penguatan positif tersebut mudah diterapkan karena sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini. Anak masih berada pada tahap yang mengandalkan pengalaman langsung dan umpan balik segera. Respons cepat dari guru memberi rasa bangga dan membantu mereka memahami perilaku apa yang diharapkan. Selain itu, anak sangat peka terhadap ekspresi dan bahasa tubuh orang dewasa. Senyuman dan kata-kata hangat dari guru dapat membuat anak merasa dihargai sehingga ingin mengulangi perilaku positif. Hal ini diperkuat oleh temuan dalam penelitian mengenai strategi reinforcement di kelas anak usia dini, yang menunjukkan bahwa penguatan sederhana mampu membentuk kebiasaan baru tanpa menimbulkan ketegangan (Gabion dkk., 2025).

Penguatan positif juga sesuai dengan kebutuhan emosional anak. Pada usia dini, kemampuan mengendalikan emosi masih berkembang. Apresiasi kecil dapat membantu anak menata perasaannya ketika menghadapi situasi yang membuat mereka frustrasi. Ketika guru memberi penguatan saat anak berhasil menahan diri atau mengikuti aturan, anak belajar bahwa usahanya mendapat penghargaan. Kondisi ini

mendorong terbentuknya rasa percaya diri dan hubungan yang lebih baik antara anak dan guru. Pendekatan berbasis dukungan perilaku sekolah, termasuk PBIS dan PECE, banyak menekankan bahwa penguatan positif membantu membangun iklim belajar yang lebih tenang dan terstruktur (Jamison, 2024).

Dengan berbagai bentuk penguatan tersebut, guru PAUD dapat menciptakan suasana belajar yang ramah anak sekaligus mendorong terbentuknya perilaku yang diharapkan. Penguatan positif menjadi dasar bagi perubahan perilaku karena memberi pengalaman yang menyenangkan dan mudah dipahami anak. Melalui penerapan yang konsisten, anak belajar mengenali perilaku yang sesuai dan berusaha mengulangnya. Pendekatan ini bukan hanya membantu mengurangi perilaku yang mengganggu, tetapi juga mendukung perkembangan sosial dan emosional anak secara bertahap.

Pengaruh Penguatan Positif terhadap Penurunan Perilaku Agresif Anak Usia Dini

Perilaku agresif pada anak usia dini sering muncul dalam berbagai bentuk seperti memukul, mendorong, berteriak, membantah, atau merebut mainan. Pada tahap ini, anak masih belajar mengatur emosi dan belum sepenuhnya mampu menyampaikan keinginan dengan kata-kata. Ketika dorongan emosi datang secara tiba-tiba, respons yang muncul biasanya bersifat spontan sehingga tampak agresif. Penguatan positif membantu anak memahami cara berperilaku yang lebih terkendali tanpa membuat mereka merasa ditekan. Melalui apresiasi yang diberikan setelah anak menunjukkan usaha mengendalikan diri, anak menyadari bahwa tanggapan positif dapat diperoleh melalui tindakan yang lebih tenang.

Penguatan positif bekerja dengan cara mengalihkan perhatian anak dari perilaku negatif ke perilaku yang diharapkan. Ketika anak diberi pujian atau penghargaan saat menunjukkan perilaku yang sesuai, ia mulai melihat bahwa perilaku tersebut membawa pengalaman yang menyenangkan. Lama-kelamaan, anak memahami bahwa memukul atau berteriak tidak menghasilkan tanggapan yang menyenangkan dari guru, sedangkan duduk rapi atau menunggu giliran menghasilkan apresiasi. Pengalaman ini membantu anak membuat hubungan antara perilaku dan akibatnya. Beberapa penelitian menjelaskan bahwa sistem seperti token atau pujian mampu membantu anak mengurangi kecenderungan impulsif yang sering menjadi pemicu munculnya agresi (Chandra & Asri Dwi, 2025). Dengan kata lain, apresiasi yang diberikan secara tepat dapat memperkuat perilaku yang lebih terkendali.

Anak usia dini sangat responsif terhadap pengalaman yang menyenangkan. Ketika mereka melihat bahwa perilaku positif memperoleh pengakuan atau hadiah kecil, mereka cenderung ingin mengulangnya (Anggraini & Sri Wahyu, 2025). Penguatan positif memanfaatkan kecenderungan alami ini dengan memberikan konsekuensi yang menyenangkan setelah perilaku baik muncul. Seiring waktu, anak belajar menahan diri agar tetap mendapatkan apresiasi tersebut. Misalnya, anak yang biasanya berebut mainan mulai mencoba meminta dengan lebih tenang karena ingin mendapatkan pujian dari guru. Anak yang sebelumnya sering berteriak mungkin mulai menurunkan volume suaranya karena guru memberinya apresiasi saat ia berbicara dengan nada yang lebih tenang. Pengalaman langsung seperti ini membuat anak menyadari bahwa perilaku yang terkendali membawa hasil yang lebih baik dibandingkan reaksi agresif.

Perubahan perilaku yang muncul melalui penguatan positif terlihat dalam berbagai situasi sehari-hari. Anak lebih mampu menunggu giliran ketika bermain permainan kelompok atau saat mengantre untuk mencuci tangan. Mereka juga lebih mudah mengikuti aturan kegiatan di kelas, seperti merapikan mainan sebelum pindah ke aktivitas berikutnya. Selain itu, anak memberikan respon yang lebih tenang ketika menghadapi situasi yang membuat mereka frustrasi. Bila sebelumnya mereka langsung bereaksi dengan mendorong atau menangis keras, kini mereka mulai mencoba meminta bantuan atau mengungkapkan

perasaan dengan kata-kata yang sederhana. Perubahan ini menunjukkan bahwa anak mulai memiliki kemampuan mengatur diri yang lebih baik setelah menerima penguatan positif secara konsisten.

Penelitian yang menggunakan intervensi terstruktur menunjukkan bahwa penguatan positif membantu anak mengalami penurunan perilaku agresif dalam waktu yang cukup singkat. Dalam beberapa studi, penggunaan token economy membuat anak yang sering menunjukkan perilaku mengganggu menjadi lebih mudah diarahkan karena hadiah kecil yang diberikan setelah perilaku baik membuat mereka termotivasi untuk mempertahankan perilaku tersebut. Sistem token mendorong anak untuk mengumpulkan tanda apresiasi sebagai sesuatu yang membanggakan. Hal ini terlihat pada intervensi yang diterapkan pada anak dengan kecenderungan agresif yang cukup kuat, seperti pada kasus anak dengan ODD atau ADHD (Chandra & Asri Dwi, 2025). Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak menjadi lebih mampu menahan diri saat tidak mendapatkan keinginannya dan lebih sedikit terlibat dalam perilaku seperti memukul atau melempar benda. Selain *token economy*, kegiatan bermain peran juga terbukti memberi pengaruh terhadap penurunan agresi. Melalui permainan peran, anak diajak mempraktikkan situasi yang membutuhkan kerja sama, kesabaran, dan kemampuan menyampaikan perasaan. Ketika permainan ini disertai penguatan positif, anak lebih mudah memahami perilaku apa yang diharapkan dari mereka. Guru dapat memberikan apresiasi ketika anak menunjukkan kemampuan berbagi, menunggu giliran, atau merespons dengan kata-kata. Kegiatan ini membantu anak menyalurkan energi emosional mereka secara lebih tepat. Temuan ini didukung oleh beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa intervensi bermain peran mampu menurunkan agresi ketika digabungkan dengan strategi penguatan (Santika dkk., 2023).

Penggunaan media pembelajaran seperti Comic Life juga menunjukkan dampak serupa. Media visual membantu anak melihat contoh perilaku yang lebih baik melalui tokoh atau cerita. Ketika guru mengaitkan cerita tersebut dengan penguatan positif, anak lebih mudah meniru perilaku yang ditampilkan. Mereka juga lebih termotivasi karena media visual memberikan pengalaman yang menyenangkan. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengikuti kegiatan berbasis media kemudian dikombinasikan dengan penguatan positif mengalami penurunan perilaku agresif dan menunjukkan respon yang lebih kooperatif selama kegiatan di kelas (Nasution dkk., 2024). Pengamatan lapangan pada anak-anak di PAUD juga menunjukkan bahwa agresi dapat berkurang ketika anak terbiasa mendapat respon positif dari guru. Ketika guru memberi penguatan pada perilaku yang sesuai, anak merasa lebih dihargai sehingga tidak mencari perhatian melalui perilaku agresif. Guru yang konsisten memberikan apresiasi biasanya memiliki kelas yang lebih tenang karena anak sudah mengetahui perilaku apa yang membuat mereka mendapatkan respon yang menyenangkan. Beberapa studi menunjukkan bahwa anak yang sebelumnya sering menunjukkan perilaku negatif menjadi lebih terbuka, lebih tenang, dan lebih mudah bekerja sama setelah terbiasa mendapat penguatan positif (Marini dkk., 2024).

Berbagai penelitian yang menggunakan pendekatan reinforcement menunjukkan pola yang sama: perilaku agresif cenderung berkurang ketika anak diberi apresiasi pada saat mereka menunjukkan perilaku yang sesuai. Anak lebih mudah diarahkan ketika respon yang diterima membuat mereka merasa dihargai. Penguatan positif tidak hanya membantu mengurangi reaksi agresif, tetapi juga mendorong perkembangan kemampuan menahan diri, mengikuti aturan, dan berinteraksi dengan lebih baik. Pendekatan ini dianggap lebih ramah anak dibandingkan hukuman karena tidak menimbulkan rasa takut dan memberikan ruang bagi anak untuk belajar melalui pengalaman yang menyenangkan.

Faktor yang Mendukung Keberhasilan Penguatan Positif di Lingkungan PAUD

Keberhasilan penguatan positif dalam mengurangi perilaku agresif pada anak usia dini tidak hanya bergantung pada bentuk apresiasi yang diberikan, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung yang ada di lingkungan PAUD. Beberapa penelitian menekankan bahwa penguatan positif akan berjalan lebih baik apabila guru menerapkannya secara konsisten, bekerja sama dengan orang tua, dan menciptakan lingkungan kelas yang memberi rasa aman bagi anak. Selain itu, dukungan berupa aturan kelas yang jelas, media penguatan yang sederhana, serta pengawasan agar reward tidak disalahartikan sebagai bentuk suap juga memegang peran yang besar. Semua faktor ini saling berkaitan sehingga dapat membantu anak belajar mengendalikan diri dan mengenali perilaku yang lebih tepat.

Konsistensi guru merupakan salah satu aspek yang sangat menentukan berhasil tidaknya penguatan positif. Ketika anak menerima penguatan secara teratur setiap kali mereka menunjukkan perilaku yang sesuai, mereka akan lebih mudah memahami hubungan antara tindakan dan apresiasi yang mereka peroleh. Namun, penguatan yang diberikan secara tidak teratur membuat anak bingung tentang perilaku apa yang diharapkan. Beberapa penelitian mengenai penerapan Positive Behavior Support (PBS) menunjukkan bahwa guru yang konsisten menerapkan strategi positif biasanya memiliki kelas yang lebih kondusif karena anak sudah mengetahui pola yang berlaku (Mestari dkk., 2024). Ketika guru menjaga keselarasan antara aturan dan apresiasi, penguatan positif menjadi lebih bermakna bagi anak. Selain konsistensi, hubungan kerja sama antara guru dan orang tua juga berpengaruh besar. Anak menghabiskan sebagian waktu mereka di rumah, sehingga apa yang diajarkan di sekolah perlu diperkuat oleh keluarga. Ketika orang tua memberikan apresiasi yang sama seperti guru, anak akan menemukan kesesuaian antara dua lingkungan utama ini. Kondisi ini membantu anak mempertahankan perilaku baik tidak hanya di sekolah, tetapi juga di rumah. Beberapa studi menyoroti bahwa program penguatan positif yang menyertakan orang tua dalam prosesnya memberikan hasil yang lebih menetap karena anak tidak mengalami perbedaan aturan atau respons antara rumah dan sekolah (Carberry dkk., 2024). Begitu pula kajian di beberapa PAUD Indonesia menunjukkan bahwa komunikasi antara guru dan orang tua sering kali menjadi faktor pembeda keberhasilan intervensi yang ditujukan untuk mengurangi perilaku agresif (Dewi dkk., 2024).

Aturan kelas yang jelas juga menjadi dasar penting agar penguatan positif dapat berjalan dengan baik. Aturan memberikan arah bagi anak untuk mengetahui perilaku apa yang diharapkan dari mereka. Anak usia dini membutuhkan arahan yang sederhana dan visual agar lebih mudah dipahami. Ketika aturan ditata dengan jelas, guru dapat memberikan penguatan secara lebih terarah. Misalnya, ketika aturan kelas mencantumkan “menunggu giliran” atau “berbicara pelan,” guru dapat memberikan apresiasi secara langsung ketika anak mengikuti aturan tersebut. Beberapa studi lapangan pada PAUD menunjukkan bahwa anak menjadi lebih mudah diarahkan ketika aturan kelas ditampilkan melalui gambar atau papan visual yang disertai penguatan positif (Ulfa dkk., 2025). Dengan adanya aturan yang jelas, anak belajar mengingat batasan perilaku sekaligus memahami bahwa aturan tersebut berlaku sama bagi seluruh siswa. Media pendukung seperti kartu bintang, gambar, grafik sederhana, atau papan token dapat membantu anak memahami proses penguatan positif. Media visual tidak hanya memudahkan guru menjaga konsistensi, tetapi juga membuat anak merasa lebih terlibat. Anak senang melihat perkembangan mereka dari waktu ke waktu, seperti jumlah bintang yang semakin banyak atau token yang terkumpul. Beberapa intervensi yang menggabungkan media visual dengan penguatan positif dilaporkan mampu menurunkan perilaku agresif dan meningkatkan perhatian anak terhadap aturan kegiatan (Nasution dkk., 2024). Selain itu, media yang sederhana mengurangi beban guru saat mengelola kelas, sehingga strategi ini dapat diterapkan dalam

kegiatan sehari-hari tanpa memerlukan peralatan yang rumit.

Walaupun penguatan positif memberi dampak besar, penggunaannya perlu diawasi agar tidak berubah menjadi suap. Penguatan seharusnya diberikan sebagai bentuk apresiasi terhadap usaha anak, bukan sebagai alat untuk memanipulasi perilaku. Guru perlu memastikan bahwa reward diberikan setelah perilaku baik muncul, bukan sebelum anak berjanji akan melakukannya. Hal ini penting agar anak tidak mengembangkan pola pikir bahwa setiap tindakan baik harus dibalas dengan hadiah. Beberapa tinjauan yang membahas intervensi perilaku pada anak menyarankan agar reward diberikan secara bertahap dan semakin dikurangi setelah perilaku positif mulai stabil (Kalvin, 2024). Ketika reward diberikan secara proporsional, anak belajar bahwa perilaku baik memang seharusnya dilakukan, bukan semata-mata karena ingin mendapatkan hadiah. Faktor lain yang turut mendukung keberhasilan penguatan positif adalah suasana kelas yang hangat dan aman. Anak yang merasa diterima akan lebih mudah merespons arahan dari guru. Lingkungan yang penuh tekanan justru cenderung memunculkan perilaku agresif karena anak merasa terancam atau cemas. Penelitian mengenai penerapan PBS menegaskan bahwa keberhasilan strategi positif sangat dipengaruhi oleh iklim kelas yang mendukung perkembangan emosional anak (Mestari dkk., 2024). Kelas yang hangat memungkinkan penguatan positif diterima anak sebagai bentuk perhatian dan bukan sekadar aturan yang harus mereka ikuti. Lingkungan yang aman juga memberi ruang bagi anak untuk mencoba mengendalikan diri tanpa takut dimarahi.

Beberapa kajian di PAUD Indonesia menunjukkan bahwa agresi sering muncul pada anak yang merasa tidak nyaman atau tidak mendapat perhatian yang cukup dari guru (Anggraini & Sri Wahyu, 2025). Ketika guru menciptakan suasana kelas yang ramah, anak lebih mudah menunjukkan perilaku kooperatif. Selain itu, suasana kelas yang teratur membantu anak memahami rutinitas harian sehingga mereka tidak mudah merasa frustrasi. Ketika penguatan positif diberikan dalam suasana yang nyaman, anak lebih siap menerima arahan dan belajar mengontrol perilaku mereka. keberhasilan penguatan positif di PAUD dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling berkaitan. Guru yang konsisten akan membantu anak memahami pola perilaku yang diharapkan. Kerja sama dengan orang tua memperkuat pembelajaran anak di rumah. Aturan kelas yang jelas memberi arah yang mudah diikuti, sementara media pendukung membuat proses penguatan lebih menarik. Pengawasan dalam penggunaan reward menjaga agar penguatan tidak disalahartikan. Selain itu, suasana kelas yang hangat membantu anak merespons arahan dengan lebih baik. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa semakin lengkap faktor pendukung ini, semakin besar peluang penguatan positif untuk membawa perubahan perilaku yang lebih menetap dan menyeluruh pada anak usia dini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penguatan positif merupakan pendekatan yang efektif untuk membantu menurunkan perilaku agresif pada anak usia dini. Pendekatan ini memberi ruang bagi anak untuk belajar melalui pengalaman yang menyenangkan dan menumbuhkan dorongan dari dalam diri mereka untuk mengulangi perilaku yang sesuai. Berbagai bentuk penguatan seperti pujian, token sederhana, kesempatan bermain, maupun media visual dapat membantu anak memahami perilaku mana yang diterima dan mana yang perlu diubah. Respons anak yang cepat terhadap apresiasi menunjukkan bahwa strategi ini sesuai dengan cara belajar mereka yang masih sangat bergantung pada pengalaman langsung.

Pembahasan juga menunjukkan bahwa penguatan positif dapat membantu anak mengurangi tindakan agresif seperti memukul, mendorong, berteriak, atau membantah. Ketika anak menerima apresiasi setelah menunjukkan usaha mengendalikan diri, mereka mulai menyadari bahwa perilaku yang lebih tenang memberi pengalaman yang lebih menyenangkan. Perubahan ini terlihat dalam kemampuan mereka menunggu giliran, mengikuti aturan kelas, serta menyesuaikan diri dengan kegiatan harian. Anak yang sebelumnya mudah bereaksi dengan cara kasar mulai menunjukkan kemampuan untuk menyampaikan keinginan secara lebih tenang. Temuan ini memperlihatkan bahwa penguatan positif tidak hanya mengurangi agresi, tetapi juga mendukung perkembangan pengendalian diri pada anak.

Keberhasilan penguatan positif dipengaruhi oleh berbagai faktor. Guru perlu menjaga konsistensi dalam memberikan apresiasi agar anak memahami pola perilaku yang diharapkan. Hubungan kerja sama antara guru dan orang tua menjadi hal yang mendukung karena anak memerlukan aturan yang selaras antara rumah dan sekolah. Aturan kelas yang ditata dengan jelas membantu anak mengenali batasan perilaku, sementara media visual atau sistem sederhana membuat proses penguatan lebih mudah dipahami. Selain itu, penggunaan reward harus diawasi agar tidak menimbulkan kesalahpahaman mengenai tujuan penguatan. Lingkungan kelas yang hangat dan aman juga memudahkan anak menerima arahan dan membangun rasa percaya diri.

Penguatan positif dapat dijadikan sebagai pendekatan yang membantu guru mengelola perilaku agresif anak usia dini secara lebih ramah dan efektif. Pendekatan ini memungkinkan anak belajar melalui pengalaman yang menyenangkan dan memberi ruang bagi mereka untuk memperbaiki perilaku tanpa merasa ditekan. Melalui strategi yang terencana dan dukungan dari lingkungan sekolah serta keluarga, penguatan positif dapat membantu anak mengembangkan kemampuan mengendalikan diri dan membangun hubungan yang lebih baik dengan teman maupun guru. Hasil ini memberikan gambaran bahwa upaya yang bersifat suportif dan menghargai usaha anak dapat membawa perubahan yang lebih menetap dalam perkembangan sosial-emosional mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Aimang, H. A., Salingkat, S., Rais, R. D. A., Poku, A., Sutari, Indira, D., Budiana, I., Jannah, M., Rahmatiah, & Canggau, F. A. (2025). *Parenting anak usia dini*. PT Penerbit Qriset Indonesia.
- Anggraini, Sri Wahyu. (2025). The magic of token economy to reduce anger behaviour in ADHD children. *PROCEDIA Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 13(1), 64–71. <https://doi.org/10.22219/procedia.v13i1.37140>
- Azizah, Annafi' Nurul 'Ilmi, Nugraheni, Isna Dian, Yulistiana, Anita Kristi, Dellariza, Tania, Aliffah, Vema Nur, & Ardiansyah, Dio. (2025). Peran Guru Dalam Membentuk Karakter Positif Anak Melalui Teknik Modifikasi Perilaku. *Journal of Early Childhood Education Studies*, 5(1), 145–158. <https://doi.org/10.54180/joeces.v5i1.485>
- Carberry, T., Wardale, S., Hutchison, S., Lackey, S., & Vassos, M. (2024). Positive Behaviour Support is effective when implemented correctly: a response to “Restrictive practice - A pathway to elimination” (Spivakovsky, Steele, & Wadiwel, 2023). *Research and Practice in Intellectual and Developmental Disabilities*, 11(2), 251–264. <https://doi.org/10.1080/23297018.2024.2391804>
- Chandra, Asri Dwi. (2025). Terapi perilaku dengan teknik reprimand dan token ekonomi untuk menurunkan perilaku agresif pada anak dengan Oppositional Defiant Disorder (ODD). *PROCEDIA Studi Kasus*

- Dan Intervensi Psikologi*, 13(3), 203–210. <https://doi.org/10.22219/procedia.v13i3.37117>
- Chang, Y., West, K., Kim, J., Maguire-Jack, K., Roush, K., & Steinman, K. J. (2025). *The Positive Early Childhood Education (PECE) Program: A Preliminary Multi-Method Evaluation in the State of Ohio*.
- Dewi, Amanda, K. D. T., Susilawati, & Ary, L. K. P. (2024). Kajian Literatur Tentang Intervensi Untuk Perilaku Agresif Anak Usia Dini Di Indonesia. *As-Sibyan Aş-Şibyān Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 165–176.
- Gabion, Noche P., Decatoria, Anthony B., Ladia III, Medlit C., & Huliganga, Hazel Jade N. (2025). Exploring Positive Reinforcement As A Strategy To Reduce Challenging Behaviors In Early Childhood Classrooms. *Psychology And Education: A Multidisciplinary Journal*, 41(3), 402–409. <https://doi.org/10.70838/pemj.410308>
- Jamison, E. (2024). *Implementing Positive Behavior Interventions and Supports*.
- Kalvin, Carla B., Zhong, Julia, Rutten, Megan R., Ibrahim, Karim, & Sukhodolsky, Denis G. (2025). Review: Evidence-Based Psychosocial Treatments for Childhood Irritability and Aggressive Behavior. *JAACAP Open*, 3(1), 14–28.
- Marini, Tria, Sholihah, Mar'atus, & Nusir, Lidia. (2024). Studi Kasus Perilaku Agresif Pada Anak Usia Dini. *Journal Buah Hati*, 11(1), 15–26. <https://ejournal.bbg.ac.id/Buah>
- Mestari, Z., Rivard, M., & Mello, C. (2024). Learning from Educators: Implementation of a Positive Behavior Support Program Targeting Challenging Behavior in Children with Autism. *Unspecified Journal*.
- Nasution, Mawaddah, Masitah, Widya, Naimi, Nadirah, & Sitepu, Juli Maini. (2024). Comic Life: An Effective Intervention to Reduce Aggressive Behavior in Early Childhood. *Golden Age: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(2), 345–355. <https://doi.org/10.14421/93202492-14>
- Rais, R. D. A., & Saleh, S. K. (2026). *Edukasi pola asuh positif bagi orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak di Desa Lenyek. Aksi Kita: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 225–235.
- Santika, Rika, Elan, Elan, & Mulyana, Edi Hendri. (2023). Mengurangi Perilaku Agresif Anak Usia Dini melalui Metode Bermain Peran. *Jurnal Paud Agapedia*, 7(2), 208–217. <https://ejournal.upi.edu/index.php/agapedia>
- Ulfa, Fadillah, Kustati, Martin, & Sepriyanti, Nana. (2025). Pemberian Penguatan Positif (Positif Reinforcement) Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Baca Tulis Anak. *At-Tarbiyah: Jurnal Penelitian Dan Pendidikan Agama Islam*, 2(2). <https://journal.staittd.ac.id/index.php/at/article/view/93>