

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP STRES
PENGASUHAN PADA ORANG TUA
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
DI KLINIK PSIKOLOGI EKADYA JEMBER**

SKRIPSI



Oleh :
Rif'atul Khasanah
NIM : D20195050

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
MEI 2024**

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP STRES
PENGASUHAN PADA ORANG TUA
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
DI KLINIK PSIKOLOGI EKADYA JEMBER**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam



Oleh :

Rif'atul Khasanah
NIM : D20195050

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
MEI 2024**

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP STRES
PENGASUHAN PADA ORANG TUA
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
DI KLINIK PSIKOLOGI EKADYA JEMBER**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam


Oleh :

Rifatul Khasanah
NIM : D20195050

UIN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

Disetujui Pembimbing
**KH ACHMAD SIDDIQ
JEMBER**


Arrumaisha Fitri, M.Psi.
NIP : 19871223201903200

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI TERHADAP STRES
PENGASUHAN PADA ORANG TUA
ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
DI KLINIK PSIKOLOGI EKADYA JEMBER**


SKRIPSI

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam


Hari : Kamis
Tanggal : 16 Mei 2024

Tim Penguji

Ketua


(Aprilya Fitriani, M.M.)
NIP: 199104232018012002

Sekretaris


(Nuzul Ahadiyanto, S.Psi., M.Si.)
NIP: 197908122023211009

Anggota :

1. Dr. H. Sofyan Hadi, M.Pd.

()

2. Arrumaisha Fitri, M.Psi.

()

Menyetujui
Dekan Fakultas Dakwah


Dr. Fawaizul Umam, M.Ag
NIP: 19740000200003100

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

Artinya : “Maka, Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan (5) Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan (6)” (Q.S. Al-Insyiroh [94] : 5-6)¹



¹Kementrian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahan* (Jakarta : Jabal,2010). 596.

PERSEMBAHAN

Dengan rahmat Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang, kepadanya saya Persembahkan rasa sujud dan syukur yang sebesar-besarnya sebab atas izin Allah SWT karya tulis ilmiah dalam bentuk skripsi ini dapat terselesaikan. Tak lupa juga shalawat serta salam selalu terlimpahkan dan saya persembahkan kepada baginda Rasulullah SAW.

Dengan penuh rasa syukur dan penghargaan, maka karya tulis ilmiah ini saya persembahkan kepada :

1. Ibunda saya Satimah Sari, selaku *support system* terbaik atas segala hal yang saya inginkan dan perjuangkan, terimakasih atas segala do'a dan dukungannya selama ini. Semoga tuhan memberikan ibu umur yang barokah sehingga bisa untuk terus mendampingi saya dalam setiap proses kehidupan yang akan saya jalani. Tak lupa saya juga persembahkan kepada ayah saya Alm. Bapak Riyadin, terimakasih atas kasih sayang, kesabaran, serta keikhlasan yang telah ayah berikan semasa hidup. Do'a tak henti ku panjatkan, semoga ayah diberikan tempat yang sangat indah disana.
2. Kepada kakak saya tercinta M. Avinannas Z.R, yang telah memberikan dukungan baik secara moril maupun materil. Semoga diberikan ilmu, umur serta rezeki yang barokah.

3. Kepada seluruh Kiai, ibu Nyai, dan guru-guru di yayasan Pondok Pesantren Kiai Syarifuddin tempat dimana saya menimba ilmu selama masa Taman Kanak-Kanak, Madrasah Ibtidaiyah, Madrasah Tsanawiyah, dan Madrasah Aliyah.
4. Kepada pihak – pihak yang tak bisa saya sebutkankan satu persatu, terimakasih atas segala dukungan dan bantuannya selama proses pengerjaan karya tulis ilmiah ini.



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah Rabbil ‘alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Di Klinik Psikologi Ekadya Jember” guna menjadi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan program sarjana di UIN Khas Jember.

Peneliti menyadari bahwa dalam proses penyusunan karya ilmiah ini tidak lepas dari adanya kendala, hambatan serta kesulitan. Namun dengan adanya keterlibatan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, arahan, dorongan serta bimbingannya peneliti mampu untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan sedalam-dalamnya rasa terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S. Ag, M.M. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Dr. Fawaizul Umam, M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah.
3. Ibu Arrumaisha Fitri, M.Psi. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam serta selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak membantu peneliti selama proses penyusunan naskah skripsi. Terimakasih telah meluangkan waktu dan

tenaganya di sela-sela kesibukan yang dijalani untuk mendampingi dan mengarahkan peneliti dalam penyusunan skripsi ini. Semoga ilmu yang telah diberikan dapat bermanfaat bagi peneliti.

4. Seluruh Dosen Fakultas Dakwah yang telah mendidik dan memberikan ilmu yang bermanfaat serta seluruh staf dan karyawan yang telah membantu peneliti dalam memberikan pelayan selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Enyke Rosyita Diana selaku psikolog sekaligus pendiri Klinik Psikologi Ekadya Jember yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk dapat melakukan penelitian serta terimakasih atas ilmu-ilmu yang telah diberikan.
6. Kepada teman-teman seperjuangan PI-02 yang telah kebersamai saya selama ini, berbagi pengetahuan dan memberikan pengalaman yang sangat berkesan.

Jember, 14 Maret 2024



Penulis

ABSTRAK

Rif'atul Khasanah, 2024: Hubungan Regulasi Emosi Terhadap Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Di Klinik Psikologi Ekadya Jember

Kata Kunci : Regulasi Emosi, Stres Pengasuhan, Orang Tua ABK

Kesulitan-kesulitan yang terjadi selama proses pengasuhan yang tidak dapat ditangani dengan cukup baik akan menimbulkan stres pada orang tua. Stres yang dialami orang tua akan menimbulkan reaksi emosional yang akan berdampak pada perilaku orang tua terhadap anak. Hal tersebut juga dialami oleh orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember. Orang tua yang tidak mampu mengatasi stres pengasuhan yang dialaminya menimbulkan perilaku negatif terhadap anak. Oleh karena itu orang tua perlu memiliki kemampuan dalam mengontrol reaksi emosional yang ditimbulkan akibat stres pengasuhan yang dialaminya atau yang biasa disebut dengan kemampuan meregulasi emosi. Dengan memiliki kemampuan meregulasi emosi yang cukup baik orang tua akan mampu mengontrol reaksi emosional yang ditimbulkan akibat stres pengasuhan sehingga stres yang dialami orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember akibat kesulitan yang dialami dalam mengasuh ABK akan menurun.

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara regulasi emosi terhadap stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi terhadap stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember.

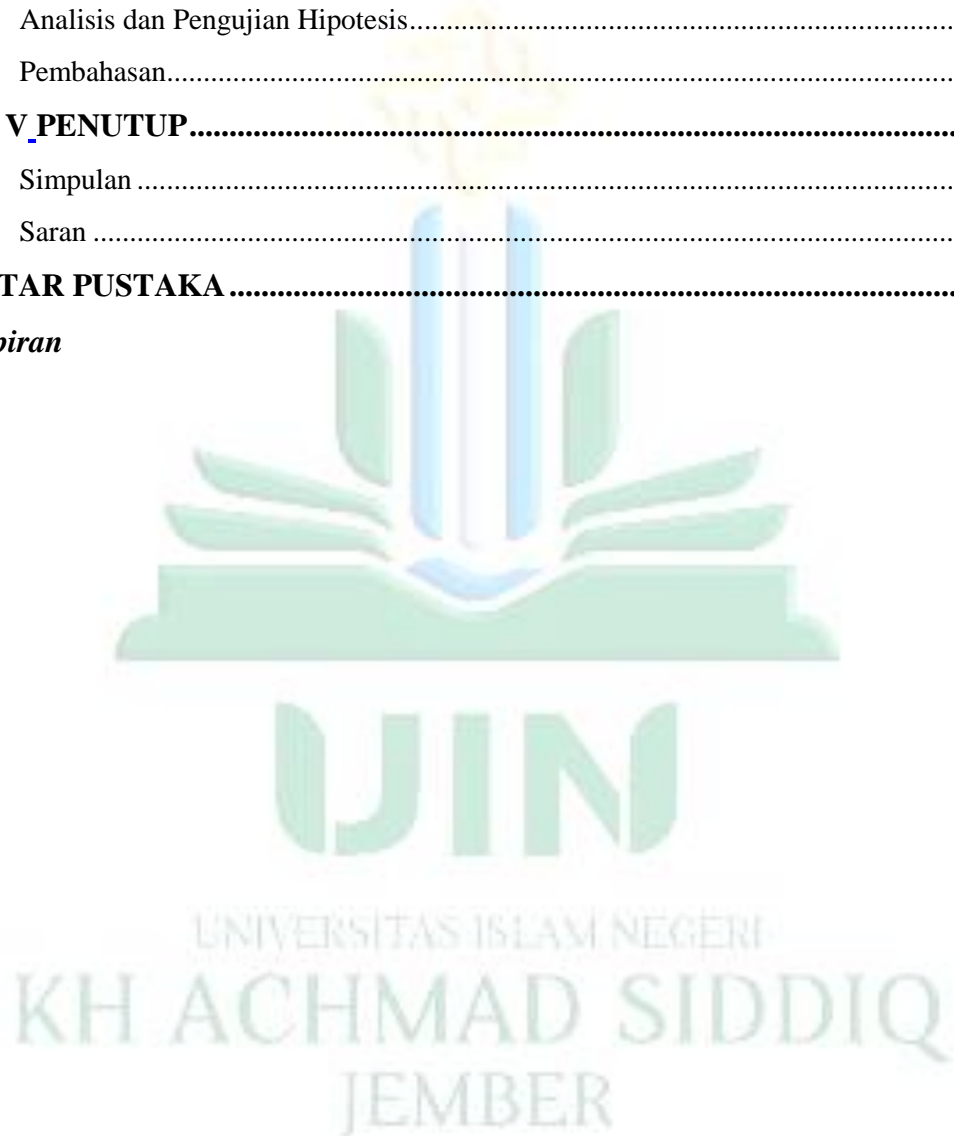
Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis korelasional. Teknik sampling yang digunakan menggunakan sampling total dengan sampel sebanyak 52 orang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket berupa kuesioner. Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala regulasi emosi dan stres pengasuhan. Skala tersebut telah melalui uji validitas dengan hasil keseluruhan aitem r hitung $>$ r tabel (r tabel = 0,361, α = 5%) dan telah melalui uji reliabilitas dengan hasil *Cronbach's Alpha* $>$ 0,60. Kemudian untuk teknik analisis data menggunakan uji asumsi klasik seperti uji normalitas dan uji linieritas. Sedangkan untuk uji hipotesis, diuji menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan yang kuat kearah negatif dengan stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember dengan nilai *pearson correlation* sebesar -0,703 yang artinya apabila regulasi emosi tinggi maka stres pengasuhan akan rendah, begitupun sebaliknya. Maka dapat disimpulkan hipotesis H_a dapat diterima dan H_0 ditolak yang artinya antara stres pengasuhan dan regulasi emosi pada orang tua ABK memiliki hubungan.

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO	iii
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	12
F. Definisi Operasional	15
G. Asumsi Penelitian	16
H. Hipotesis	17
I. Sistematika Penulisan	17
BAB II KAJIAN PUSTAKA	19
A. Penelitian Terdahulu	19
B. Kajian Teori	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	38

D. Analisis Data.....	43
BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS.....	52
A. Gambaran Obyek Penelitian	52
B. Penyajian Data	55
C. Analisis dan Pengujian Hipotesis.....	59
D. Pembahasan.....	62
BAB V PENUTUP.....	69
A. Simpulan	69
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
<i>Lampiran</i>	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	21
Tabel 3.1 Bobot Nilai Respon Angket/Kuesioner	39
Tabel 3.2 Blueprint regulasi emosi sebelum uji validitas	41
Tabel 3.3 Blueprint stres pengasuhan sebelum uji validitas	42
Tabel 3.4 Pedoman Uji Validitas	44
Tabel 3.5 Blueprint regulasi emosi setelah uji validitas	45
Tabel 3.6 Blueprint stres pengasuhan setelah uji validitas	46
Tabel 3.7 Pedoman Uji reliabilitas	47
Tabel 3.8 Hasil uji reliabilitas regulasi emosi	47
Tabel 3.9 Hasil uji reliabilitas stres pengasuhan	48
Tabel 3.10 Pedoman tingkat korelasi	50
Tabel 4.1 Karakteristik responden	55
Tabel 4.2 Karakteristik ABK	56
Tabel 4.3 Deskripsi Statistik regulasi emosi dan stres pengasuhan	57
Tabel 4.4 Rumus atau pedoman tingkat kategorisasi variabel	58
Tabel 4.5 Kategorisasi regulasi emosi	58
Tabel 4.6 Kategorisasi stres pengasuhan	59
Tabel 4.7 Hasil uji normalitas	60
Tabel 4.8 Hasil uji linieritas	61
Tabel 4.10 Hasil uji korelasi	62

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga yaitu unit terkecil dalam kehidupan yang meliputi ayah, ibu serta anak-anak yang mana ketiganya akan saling berhubungan dan berpengaruh terhadap satu sama lain yang akan membentuk interaksi sosial antar sesama anggota keluarga. Sebab keluarga menjadi lingkungan pertama bagi anak, maka keluarga memiliki tanggung jawab terhadap kesuksesan anak dalam menuntaskan tugas perkembangannya. Maka dari itu keluarga berperan dalam pembentukan kepribadian anak.² Setiap orang tua akan selalu mendambakan anak yang sehat dan tumbuh kembangnya baik. Baik itu secara fisik ataupun psikis. Akan tetapi terkadang kenyataan berbanding terbalik dengan apa yang diharapkan. Anak yang diharapkan justru tumbuh kembangnya abnormal dan tidak seperti anak-anak pada umumnya. Hal ini biasa disebut dengan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Meskipun demikian orang tua perlu untuk tetap memberikan perhatian, pengasuhan dan pendidikan yang terbaik kepada anak ABK sebab itu merupakan hak seorang anak. Serta orang tua perlu meyakini bahwa anak merupakan titipan dan amanah dari Allah yang harus dijaga serta meyakini bahwa Allah memiliki maksud yang mulia dengan menitipkan anak ABK kepada mereka agar senantiasa taat dan mengharapkan rahmat-Nya.³ Hal

² Ulfia, *Psikologi Keluarga* (Bogor : Ghalia Indonesia, 2016), 4-5.

³ Ulfia, 1.

tersebut sesuai dengan ayat Al-Qur'an surah Al-Munafiqun ayat 9 dan surah At Taghabun ayat 15

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخٰسِرُونَ

Artinya : “Wahai orang-orang beriman, janganlah harta bendamu dan anak-anakmu membuatmu lalai dari mengingat allah. Siapa yang berbuat demikian, mereka itulah orang-orang yang merugi.” (Al-Munafiqun [63]:9)⁴

إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ

Artinya : “Sesungguhnya Hartamu dan anak-anakmu hanyalah cobaan (bagimu) dan disisi Allah-lah pahala yang besar.” (At Taghabun [64] :15)⁵

ABK diartikan sebagai anak yang mempunyai keterbatasan di salah satu atau beberapa kapabilitas baik itu fisiknya ataupun psikologisnya yang mana anak-anak ini perlu ditangani secara khusus dikarenakan terdapat gangguan perkembangan serta adanya kelainan yang diderita seorang anak. Sejalan dengan pengertian tersebut, pengertian ABK menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) Republik Indonesia tahun 2013 mengartikan ABK sebagai anak yang menderita keterbatasan fisik, mental-intelektual, sosial ataupun emosional yang mana hal tersebut akan mempengaruhi proses tumbuh dan kembangnya yang pastinya berbeda dengan anak-anak lain

⁴ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahan* (Jakarta : Jabal,2010) 555.

⁵ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahan* (Jakarta : Jabal,2010) 557.

seusianya.⁶ Setiap tahun jumlah ABK terus bertambah. Berdasarkan data Kementerian Sosial Republik Indonesia (Kemensos RI) Tahun 2012 jumlah penyandang anak berkebutuhan khusus berkisar di angka 2,1 juta jiwa.⁷ Sedangkan pada data perolehan Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) pada tahun 2015 banyaknya anak berkebutuhan khusus sekitar 2.148.944 jiwa dengan rentan usia 2-18 tahun. Pada tahun 2018 jumlah data anak berkebutuhan khusus menurut data Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) yakni berkisar 3.220.942 jiwa dengan rentang usia 2-18 tahun.⁸ Kemudian pada tahun 2021, melalui data Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Kemendikbud) Republik Indonesia, jumlah anak berkebutuhan khusus sekitar 3,3% dari jumlah total penduduk di tahun yang sama, yang mana pada tahun 2021 jumlah penduduk sekitar 66,6 juta jiwa. Untuk itu, banyaknya ABK sekitar 2.197.833 jiwa dengan rentang usia 5-19 tahun.⁹

Menjadi orang tua ABK perlu untuk melakukan pengasuhan yang sesuai dengan kondisi anak untuk dapat memaksimalkan tumbuh kembangnya. Menjadi orang tua ABK merupakan hal yang cukup berat dan menantang sebab dalam

⁶ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan khusus* (Yogyakarta:Psikosain,2016), 2.

⁷ Nidaul Hasanah, Mulyati dan Tarma, "Hubungan Parentingself-Efficacy Dengan Subjective Well-Being Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus," *JKKP: Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan* 6, No.2 (2019) : 104.

⁸ Salsabila dan Maulana Rezi Ramadhan, "Komunikasi Orang Tua-Anak pada anak berkebutuhan khusus (Studi perbandingan komunikasi kelekatan orang tua asuh dan orang tua kandung)," *Medialog:Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, No. 2 (2021) : 73.

⁹ Pemerintah Wajib Penuhi Hak Pendidikan Inklusif Bagi Penyandang Disabilitas (diakses pada 18 Mei 2023, Pukul 13.45) <https://www.kemenkopmk.go.id/pemerintah-wajib-penuhi-hak-pendidikan-inklusif-bagi-penyandang-disabilitas>

melakukan proses pengasuhan, orang tua akan mengalami banyak kesulitan seperti kebingungan akan tumbuh kembang anak yang berbeda dengan anak seusianya, kesulitan mencari informasi tentang kondisi anak, kesulitan berbagi perhatian, serta adanya perasaan tertekan dan malu dengan kondisi anak.¹⁰

Hal yang sama terjadi pada klien di Klinik Psikologi Ekadya Jember. Klinik Psikologi Ekadya Jember merupakan salah satu pelopor lembaga independen dalam memberikan konsultasi dan konseling psikologi di Jember dimana klinik ini mulai berdiri sejak tahun 2016 yang didirikan oleh psikolog Ibu Enyke dimana beliau telah menjadi psikolog tetap di Poli Psikiatri RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso sejak tahun 2000. Klinik ini memiliki beberapa layanan diantaranya yaitu layanan tes psikologi (psikotes), layanan sebagai konsultan psikolog bagi sekolah, instansi maupun yayasan, serta layanan konsultasi (konseling) dan pemeriksaan (assessment). Dari hasil wawancara dengan psikolog didapatkan hasil bahwa masih ditemui orang tua yang mengalami kesulitan dalam proses pengasuhan anak seperti orang tua yang kesulitan untuk dapat memahami kemauan dan kebutuhan anak, kesulitan dalam memberikan pendidikan yang cocok, kesulitan dalam menjaga keseimbangan antara kehidupan keluarga, pekerjaan serta merawat anak ABK, serta kelelahan dalam

¹⁰ Putri Maysa dan Ummil Khairiyah, "Hardiness dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Berkebutuhan Khusus," *Jurnal RAP UNP* 10, No 1 (2019) : 89-90.

mengurus anak ABK sehingga kesulitan-kesulitan itu menimbulkan stres pada orang tua.¹¹

Stres selama pengasuhan biasa didefinisikan sebagai stres pengasuhan atau *parenting stress* yaitu rangkaian mekanisme yang menimbulkan respon baik secara psikologis maupun fisiologis yang tidak menyenangkan akibat dari adanya usaha untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan sebagai orang tua.¹² Kesukaran dalam pemenuhan hal tersebut pada orang tua menimbulkan stress pengasuhan yang berdampak pada tingkah laku, kebahagiaan dan penyesuaian diri pada anak. Orang tua yang tidak berkemampuan dalam pengelolaan stres pengasuhan akan menimbulkan tindakan kekerasan pada anak dimana hal ini akan berakibat negatif pada kepribadian anak.¹³ Stres pengasuhan memiliki 3 komponen yakni yang pertama stres pengasuhan yang berasal dari orang tua. Kedua stres pengasuhan yang berasal dari anak dan yang ketiga yaitu stres pengasuhan yang berasal dari hubungan orang tua dan anak.¹⁴

Stress pengasuhan yang dialami orang tua perlu untuk segera ditangani sebab hal tersebut akan berdampak pada proses pengasuhan. Apabila stres pengasuhan dibiarkan akan dapat memberikan masalah pada perilaku anak, Sebab stres tersebut dapat memancing reaksi emosional dalam diri orang tua

¹¹ Enyke, Psikolog di Klinik Psikologi Ekady Jember. diwawancari oleh penulis, Jember, 12 Mei 2023.

¹² Srifianti, "Hubungan Antara Parenting Stress Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (Middle Childhood) Di Jabodetabek ," *Jurnal Psikologi* 18, No.2 (2020) : 94.

¹³ Fathana Gina dan Yulia Fitriani, "Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja," *Jurnal Kajian Ilmiah* 22, No.1 (2022): 46.

¹⁴ Fathana dan Yulia, 47-18.

sehingga berdampak terhadap perilaku orang tua selama proses pengasuhan. Perolehan riset memperlihatkan bahwa kelelahan emosi yang dirasakan oleh orang tua berdampak pada menurunnya tingkat mengurus anak, orang tua menjadi tidak sabar dalam menghadapi anak, terjadi konflik dengan pasangan, merasa mudah lelah dalam mengurus anak ketika rewel, sehingga orang tua jadi suka memarahi bahkan memukul anak, kontrol emosi orang tua yang tidak stabil, mencemaskan banyak hal tentang anak, serta merasa lelah bekerja dan merasa kecewa dengan lingkungan eksternal.¹⁵ Dalam penelitian lain juga didapatkan 3 dari 4 orang tua masih belum mampu mengontrol emosinya. Nirmala dalam penelitiannya juga menyebutkan ragam reaksi emosional yang muncul saat memiliki anak ABK yakni kaget, menyangkal dan ketidakpercayaan, sedih, cemas, perasaan tidak menerima keadaannya, perasaan tidak berkapabilitas dan malu, perasaan marah dan bersalah serta berdosa terhadap kondisi anak.¹⁶ Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya, stres pengasuhan pada ibu yang mempunyai anak autisme menimbulkan empat reaksi yaitu reaksi fisiologis yang ditunjukkan dengan fisiknya yang mudah kelelahan, reaksi kognitif seperti merasakan kecemasan, reaksi emosional seperti adanya perasaan malu, kecewa, sedih dan takut serta adanya reaksi perilaku yang ditunjukkan dengan perilaku menangis,

¹⁵ Ayu Elva C, Ni Nyoman A.I.D, Ni Ketut J.A dan Trio Rosalina “Dinamika Kelelahan Emosi Orang Tua Yang Memiliki ABK Tunagrahita di SLB Kota Denpasar,” *Jurnal Psikologi Mandala* 5, No.1(2021):34.

¹⁶ Nidaul Hasanah, Mulyati dan Tarma, “Hubungan Parenting self-efficacy,” 104.

memukul bahkan mencubit anak.¹⁷ Hal yang sama juga terjadi pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember. Dari hasil wawancara dengan psikolog, reaksi emosional yang ditunjukkan oleh orang tua saat anak pertama kali di diagnosa sebagai anak ABK, orang tua akan merasa kaget, khawatir, cemas serta bingung. Ragam reaksi emosional serta kesulitan-kesulitan yang dialami oleh orang tua ABK membuat orang tua menjadi tidak sabar dalam menghadapi anak. Hal tersebut terkadang membuat orang tua hilang kontrol sehingga melakukan kekerasan terhadap anak seperti membentak dan mencubit anak.¹⁸

Orang tua dengan anak ABK memungkinkan mempunyai taraf stres yang lebih besar daripada ibu yang tidak mempunyai ABK. Dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada ibu yang mempunyai anak retardasi mental di SDLB BCD YPAC Kaliwates Jember didapatkan hasil 13 ibu mengalami stress ringan yang disebabkan karena upaya yang dilaksanakan tidak selaras dengan ekspektasinya, 12 ibu lainnya mengalami stres sedang yang diakibatkan karena adanya perasaan tidak berkemampuan untuk melaksanakan tanggung jawabnya sebagai orang tua dan sisanya yakni ada 9 ibu yang mengalami stress pengasuhan ditingkat berat.¹⁹ Penelitian lain juga menunjukkan hasil bahwa taraf stres orang tua yang mempunyai anak ABK di SLB ABC Kota Tasikmalaya yaitu normal 12 orang,

¹⁷ Nur Fitriyani H dan Ferra Puspito S, " Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis," *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 16, No.1 (2019) : 34.

¹⁸ Enyke, Psikolog Klinik Psikologi Ekadya Jember. Diwawancarai oleh penulis, Jember, 12 Mei 2023.

¹⁹ Noviyanti, Erti Ikhtiarini D dan Peni Perdani J, "Hubungan Spiritual dengan Stres Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental," *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 7, No.2 (2020) : 28.

stres ringan 23 orang, stres sedang 14 orang sedangkan stres berat 1 orang.²⁰ Penelitian lain yang dilakukan dengan melakukan tinjauan literature mengenai stres pengasuhan pada orang tua yang mengalami anak autisme yakni stres yang dialami mereka lebih tinggi dibandingkan dengan pengasuhan pada gangguan perkembangan lainnya.²¹

Berdasarkan hasil wawancara kepada 3 informan yang memiliki ABK saat melakukan konseling di Klinik Psikologi Ekadya Jember didapatkan bahwa ibu S akan merasakan stress dan lelah saat anaknya yang menyandang autis sedang mengalami tantrum. Sedangkan stres yang alami oleh suaminya yakni pak D lebih kepada beban finansial yang harus dipikirkan dalam membesarkan anak karena perlu adanya perawatan dan terapi yang harus dijalani oleh anak.²² Sedangkan stres yang diderita oleh ibu R yang mempunyai anak ADHD yaitu ia merasa kesulitan dalam mengarahkan atau berbicara dengan anak sebab sang anak terlalu hiperaktif dan susah konsentrasi sehingga perlu tenaga ekstra dalam mengarahkan anak.²³

Stres yang dialami oleh orang tua perlu diatasi sehingga reaksi-reaksi emosional yang ditimbulkan akibat stres tidak berdampak negatif. Hasil wawancara juga didapatkan bahwa informan S memilih untuk mendiamkan

²⁰ Eli Kurniasih, Dela Rifdah B dan Chita Widia , “Koping Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Slb Abc Kota Tasikmalaya,” *Jurnal Keperawatan Galung* 5, No.1 (2023) : 4.

²¹ Maulana Hanif I, Royke Tony K dan Mira Irmawati, “Literature Review: Stres Pengasuhan pada Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme,” *Jurnal Ilmu Psikologi* 14, No.1 (2023) : 162.

²² Orang Tua ABK, diwawancari oleh penulis, Jember, 10 Juni 2023.

²³ Orang Tua ABK, diwawancari oleh penulis, Jember 4 Juni 2023.

anaknyanya saat tantrum di kamar, hal itu ia lakukan untuk meredam emosinya jika terus-menerus berada didekat anak. Selain itu ibu S juga berusaha untuk memberikan waktu kepada dirinya sendiri dengan melakukan aktivitas yang ia sukai seperti merawat bunga-bunga. Sedangkan sang suami yakni D ia akan bertemu dengan teman-temannya dan juga akan melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga untuk meringankan stres yang dialaminya.²⁴ Tak jauh berbeda dengan informan sebelumnya, ibu R memilih untuk menyudahi kegiatan mendampingi belajar anaknya saat dirasa sudah lelah apabila anaknya sudah terlampaui aktif sehingga arahan yang dia berikan tidak didengarkan. Hal ini ia lakukan supaya emosinya tidak meluap apabila memaksakan anak untuk mendengarkan arahnya.²⁵

Dari hasil wawancara tersebut dapat dikatakan bahwa stres pengasuhan yang diderita oleh orang tua berhubungan dengan cara mereka mengelola emosinya. Orang tua perlu memiliki kemampuan untuk memahami, mengelola dan mengontrol emosi dalam dirinya. kemampuan tersebut diistilahkan dengan kemampuan meregulasi emosi. Regulasi emosi didefinisikan sebagai kemampuan untuk merasakan, mendalami, memelihara serta mampu untuk mengelola emosi sehingga akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.²⁶ Terdapat 2 strategi untuk dapat mengelola emosinya yakni dengan *cognitive*

²⁴ Orang Tua ABK, diwawancarai oleh penulis, Jember, 10 Juni 2023.

²⁵ Orang Tua ABK, diwawancarai oleh penulis, Jember 4 Juni 2023.

²⁶ Intan Puspitasari, Ega Asnastasia Maharani dan Ali Tarmuji, "Identifikasi Kemampuan Regulasi Emosi dalam Pengasuhan Anak Usia Dini di Yogyakarta," *Aulad: Jurnal on early childhood* 5, No.3 (2022) :394.

reappraisal dan *expressive suppression*. *cognitive reappraisal* yakni berkaitan dengan proses kognitif pada individu dimana ia perlu untuk memikirkan kembali sebelum memberikan respon emosi pada situasi tertentu. Sedangkan *expressive suppression* yaitu berkaitan dengan ekspresi yang mana dilakukan dengan menekan ekspresi yang berlebihan dalam kondisi emosional.²⁷ Merasakan emosi baik itu emosi positif ataupun negatif merupakan suatu hal yang wajar dirasakan oleh orang tua dalam proses pengasuhan. Namun, reaksi yang diberikan saat merasakan emosi tersebut perlu untuk dikelola dengan baik supaya tidak berdampak negatif terhadap pengasuhan.

Dari pemaparan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul ***“Hubungan Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember”***.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah berisikan permasalahan yang hendak ditelusuri jawabannya melalui penelitian.²⁸ Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan, maka rumusan permasalahan dalam riset ini yakni apakah ada hubungan regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember.

²⁷ Hasniar A. Radde, “Uji Validitas Konstrak Dari Emotion Regulation Quistionnarie Versi Bahasa Indonesia Dengan Menggunakan Comfirmatory,” *Jurnal Psikologi Karakter* 1, No.2 (2021) : 154.

²⁸ Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2022), 64.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian berisikan interpretasi mengenai arah yang dituju dalam menjalankan riset. Tujuan riset ini perlu merujuk pada rumusan masalah yang sudah ditetapkan.²⁹ Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan maka tujuan riset ini yaitu untuk mengidentifikasi hubungan regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian berisikan mengenai kontribusi apa yang akan diberikan sesudah riset berakhir. Manfaat riset terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis.³⁰ Pemaparan manfaat riset ini yakni:

1. Manfaat Teoritis

Perolehan riset ini diharapkan bisa berkontribusi untuk kemajuan ilmu psikologi dan dapat dijadikan tambahan referensi maupun bahan literasi mengenai regulasi emosi dan stres orang tua dalam proses pengasuhan ABK.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi peneliti

Riset ini bermanfaat sebagai suatu mekanisme pembelajaran dan menambahnya wawasan peneliti mengenai pembuatan karya tulis ilmiah.

²⁹ Tim Penyusun, 65.

³⁰ Tim Penyusun, 65.

b) Bagi Universitas

Perolehan riset ini diharapkan bisa berkontribusi serta dapat menambah literatur keilmuan bagi universitas terutama bagi program studi psikologi islam mengenai regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua.

c) Bagi Klinik Psikologi Ekadya

Hasil riset ini diharapkan bisa memberikan gambaran tentang regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus sehingga bisa dijadikan acuan untuk pembuatan program terapi mandiri pada orang tua saat dirumah.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian yaitu suatu atribut berupa objek yang memiliki variasi yang mana atribut tersebut telah ditetapkan oleh peneliti.³¹ Dalam riset ini, peneliti menerapkan 2 variabel penelitian, yakni:

a) Variabel Bebas (*independen*)

Variabel bebas yakni variabel yang mempengaruhi atau variabel yang menjadi penyebab perubahan pada variabel terikat.³² Variabel bebas dalam riset ini yaitu Regulasi Emosi.

b) Variabel Terikat (*dependen*)

³¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2016), 39.

³² Sugiyono, 39.

Variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat dari variabel bebas.³³ Variabel terikat dalam riset ini yakni stres pengasuhan.

2. Indikator Penelitian

Indikator penelitian merupakan berbagai indikator dalam variabel yang menjadi rujukan empiris yang mana dalam penelitian akan dijadikan sebagai dasar pembuatan item pertanyaan dalam angket maupun interview.³⁴ Sesuai dengan variabel yang telah ditetapkan, maka indikator penelitian pada riset ini yaitu :

a) Regulasi Emosi

Indikator regulasi emosi merujuk pada aspek-aspek regulasi emosi milik Gross yaitu :

1. Strategi pengaturan emosi, berupa kemampuan mengatasi masalah, kemampuan dalam mengurangi emosi negatif, serta kemampuan menenangkan diri dari emosi negatif dan positif.
2. Kemampuan tidak terpengaruhi emosi negatif, berupa kemampuan dalam bersikap, kemampuan dalam berpikir, dan kemampuan dalam bertindak.

³³ Sugiyono, 39.

³⁴ Tim Penyusun, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah, 65.

3. Mampu mengendalikan respon implusif, berupa kemampuan mengendalikan respon fisiologis, kemampuan mengendalikan tingkah laku, dan kemampuan mengendalikan suara.
4. Penerimaan terhadap respons emosi. Berupa kemampuan menerima emosi negatif, kemampuan mengakui emosi negatif, dan kemampuan merasakan emosi negatif.

b) Stres Pengasuhan

Indikator stres pengasuhan mengacu pada aspek-aspek milik Richard Abidin yang terdiri dari 3 bagian.

1. Stres yang disebabkan oleh keadaan orang tua meliputi depresi, pembatasan peran, rasa kompetensi, isolasi sosial, hubungan dengan pasangan, kesehatan orang tua.
2. Stres yang disebabkan oleh keadaan anak meliputi kemampuan anak dalam beradaptasi, menuntut, Suasana hati, dan gangguan yang dialami anak.
3. Stres yang disebabkan oleh hubungan orang tua dan anak meliputi keterikatan antara orang tua dan anak, penerimaan orang tua, penguatan orang tua

F. Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu makna yang diterapkan sebagai landasan pengukuran secara empiris terhadap variabel riset.³⁵ Adapun definisi operasional dalam riset ini yakni :

a) Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan serangkaian mekanisme pengaturan emosi yang bersifat otomatis atau terkontrol, disadari atau tidak disadari serta dapat diarahkan ke emosi negatif maupun positif.³⁶ Regulasi dapat tercapai apabila individu mampu untuk melakukan strategi pengaturan emosi, mampu tidak terpengaruh emosi negatif, mampu mengendalikan respon emosi serta mampu menerima akan respon emosi yang dialaminya.³⁷ Kemudian akan diukur menggunakan skala likert.

b) Stres Pengasuhan

Stres pengasuhan merupakan kondisi tertekan yang dirasakan oleh orang tua akibat adanya interaksi antara orang tua dan anak.³⁸ Stes pengasuhan dapat disebabkan dan dapat diukur dari kondisi orang tua, kondisi

³⁵ Tim Penyusun, 66.

³⁶ James J. Gross, *Handbook Of Emotion Regulation* (New York: The Guilford Press,2007),89.

³⁷ Triantoro Safaria, Nofrans E. S dan Diana P. A, *Namophobia : Riset Teori dan Pengukurannya* (Yogyakarta : UAD Press, 2022), 131-132.

³⁸ Nurussakinah Daulay, *Psikologi Pengasuhan Orang Tua Dari Anak-anak Dengan Gangguan Perkembangan Syaraf,edisi pertama* (Jakarta : Kencana, 2020), 153.

anak, atau kondisi hubungan orang tua dan anak.³⁹ kemudian akan diukur menggunakan skala likert.

G. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian atau yang seringkali dikatakan sebagai persepsi dasar yakni suatu titik tolak gagasan yang keabsahannya diterima oleh peneliti. Persepsi dasar perlu dirumuskan dengan jelas sebab berfungsi sebagai dasar pijakan bagi masalah yang hendak diteliti.⁴⁰ Asumsi penelitian ini didapatkan dari teori pada masing-masing variabel serta penelitian terdahulu yang dapat mendukung penelitian yang akan dilakukan. Penelitian ini menggunakan teori regulasi emosi oleh Gross yaitu regulasi emosi diartikan sebagai serangkaian mekanisme pengaturan emosi yang bersifat otomatis atau terkontrol, disadari atau tidak disadari. Sedangkan stres pengasuhan menggunakan teori Richard Abidin dimana stres pengasuhan diartikan sebagai kondisi tertekan yang diderita orang tua yang diakibatkan oleh adanya interaksi antara orang tua dan anak.

Penelitian terdahulu yang peneliti temukan yaitu penelitian dari Fathana Gina dan Yulia Fitriani dimana regulasi emosi memiliki kontribusi terhadap *Parenting Stress* pada ibu yang bekerja. Penelitian lain oleh Aprilia Kusuma, Diana Rusmawati dan Endang Kumala terhadap ibu dengan anak disabilitas intelektual mendapatkan hasil regulasi emosi memberikan kontribusi efektif pada stres pengasuhan. Penelitian Sri Fitriani pada orang tua yang mempunyai anak

³⁹ Nurussakinah Daulay, 156.

⁴⁰ Tim Penyusun, 66.

usia sekolah dasar didapatkan hasil adanya korelasi antara regulasi emosi dan *Parenting Stress*.

Berdasarkan teori dan penelitian terdahulu peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi terhadap stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember.

H. Hipotesis

Hipotesis yaitu dugaan yang sifatnya temporer dari jawaban atas rumusan persoalan riset yang telah dibentuk.⁴¹ Adapun hipotesis dalam riset ini yakni :

- H_0 : Tidak ada hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember
- H_a : Terdapat hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember

I. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam riset ini terdiri dari beberapa bagian yaitu :

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini berisikan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, asumsi penelitian, hipotesis dan sistematika penelitian

BAB II KAJIAN PUSTAKA

Pada bab dua ini berisikan mengenai riset terdahulu serta kajian teori yang akan digunakan.

⁴¹ Tim Penyusun, 66.

BAB III METODE PENELITIAN

Bab tiga akan berisikan mengenai metodologi riset seperti pendekatan dan jenis riset yang akan diterapkan, sampel dan populasi, serta teknik dan instrumen penelitian.

BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

Bab ini akan membahas mengenai pembahasan atau hasil riset penyajian bahan riset dan penganalisaan hasil pengujian hipotesis.

BAB V PENUTUP

Akhir dari bab pada penelitian ini akan berisikan ringkasan perolehan penelitian dan juga saran.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Untuk mengidentifikasi orisinalitas dalam riset yang akan diselenggarakan, maka harus disajikan beberapa perolehan kajian atau riset terdahulu. Beberapa penelitian terdahulu diantaranya :

1. Riset dari Salsa Atasya A dan Indri Utamu S, Jurnal 2023 yang bertujuan untuk mengidentifikasi seberapa erat korelasi antara Stress Parenting dengan Regulasi Emosi Ayah pada masa Pandemi Covid-19 yang berlokasi di Bandung, Jawa Barat. Hasil riset ini menunjukkan bahwa tidak ada keterkaitan antara kedua variabel tersebut dengan nilai koefisien korelasi yang didapatkan senilai $0,928 > 0,05$.⁴²
2. Riset dari Aprilia Kusuma P, Diana Rusmawati dan Endah Kumala D, Jurnal 2023 yang bertujuan untuk mengidentifikasi korelasi regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu dengan anak disabilitas intelektual. Hasil riset korelasi kedua variabel bersifat linier dan negatif yang artinya apabila regulasi emosi tinggi maka stres pengasuhan akan rendah, begitupun sebaliknya. Pada penelitian ini regulasi emosi memberikan kontribusi efektif

⁴² Salsa Atasya A dan Indri Utamu S, "Hubungan Stres Parenting Dengan Regulasi Emosi Ayah Pada Masa Pandemi Covid 19" *Bandung Conference Series : Psychology Science* 3, No.1 (2023) :350-358.

pada stres pengasuhan senilai 19,1% sementara 80,9% terdampak oleh faktor lain.⁴³

3. Riset dari Fathana Gina dan Yulia Fitriani, Jurnal 2022 yang bertujuan untuk meninjau kontribusi regulasi emosi terhadap parenting stres pada ibu bekerja. Hasil riset tersebut menunjukkan regulasi emosi berkapabilitas untuk berkontribusi terhadap parenting stres senilai 4,8% sementara 95,2% terdampak oleh faktor lain.⁴⁴
4. Riset dari Srifianti, Jurnal 2020 yang bertujuan untuk menganalisis hubungan parenting stress dengan strategi regulasi emosi orang tua yang mempunyai anak-anak usia sekolah dasar (Middle Childhood) di kawasan Jabodetabek. Perolehan uji statistik menghasilkan $-0,200$ dengan taraf signifikansi $0,01$ yang bermakna adanya korelasi negatif antara kedua variabel tersebut di Jabodetabek.⁴⁵
5. Riset dari Nur Fitriyani H dan Ferra Puspito S, Jurnal 2019 yang bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran parenting stres seorang ibu yang mempunyai anak autis. Perolehan riset menunjukkan bahwa respon stres yang muncul dalam mengasuh anak autis bervariasi seperti respon fisiologi berbentuk kondisi fisik yang mudah kelelahan, respon kognitif seperti

⁴³ Aprilia Kusuma P, Diana Rusmawati dan Endah Kumala D, "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Disabilitas Intelektual Di Kabupaten Blora," *Jurnal Emapi* 12, No.03 (Juni 2023) :246-250.

⁴⁴ Fathana Gina dan Yulia Fitriani, "Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja," *Jurnal Kajian Ilmiah* 22, No.1 (Januari 2022) :45-52.

⁴⁵ Sri Fitriani, "Hubungan Antara Parenting Stres Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia Sekolah (Middle Childhood) Di Jabodetabek," *Jurnal Psikologi:Media Ilmiah Psikologi* 18, No.2 (Desember,2020):93-99.

cemas, respon emosi berupa malu, kecewa, takut dan sedih serta respon tingkah laku berupa menangis, memukul dan mencubit anak. Keserupaan riset ini dengan riset yang akan diselenggarakan yaitu terletak pada pembahasannya mengenai variabel stres pengasuhan pada orang tua ABK. Ketidaksamaannya ada pada metode riset.⁴⁶

Tabel 2.1
Penelitian Terdahulu

NO	Nama, Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan	
				Terdahulu	Yang akan dilakukan
1.	Salsa Altasya A dan Indri Utamu S Bandung Conference Series: Psychology Science, Vol. 3 No. 1 (2023), Hal: 350-358	Hubungan Stress Parenting dengan Regulasi Emosi Ayah pada Masa Pandemi Covid-19	1. Penelitian Kuantitatif	1. Variabel bebas : stres parenting 2. Variabel terikat : regulasi emosi 3. Subjek. penelitian ini dikhususkan kepada orang tua laki-laki atau ayah 4. Lokasi Penelitian pada penelitian ini di	1. Variabel bebas : regulasi emosi 2. Variabel terikat : stres pengasuhan 3. Subjek penelitian: orang tua ABK 4. Lokasi penelitian : Klien Klinik Psikologi Ekadya Jember
2.	Aprilia Kusuma Putri, Diana	Hubungan Antara Regulasi Emosi	1. Penelitian kuantitatif 2. Variabel	1. Subjek. Lebih spesifik pada orang	1. Subjek. melibatkan orang tua baik ibu atau

⁴⁶ Nur Fitriyani H dan Ferra Puspito S, " Parenting Stres pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis," *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 16, No.1 (Juni, 2019):21-36.

	<p>Rusmawati dan Endah Kumala D</p> <p>Jurnal Empati, Vol.12, No 03, (Juni 2023), Hal : 246-250</p>	<p>Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Disabilitas Intelektual Di Kabupaten Blora</p>	<p>bebas, regulasi emosi</p> <p>3. Variabel terikat, Stres pengasuhan</p>	<p>tua perempuan atau ibu yang memiliki anak disabilitas intelektual.</p> <p>2. Lokasi. Kabupaten blora</p> <p>3. Pengambilan sampel. Purposive sampling</p> <p>4. Analisis data : regresi linear sederhana</p>	<p>ayah yang memiliki anak ABK dengan segala gangguan</p> <p>2. Lokasi lebih spesifik disatu tempat yakni di Klinik Psikologi Ekadya Jember</p> <p>3. Pengambilan sampel. Teknik sensus atau sampling total</p> <p>4. Analisis data : korelasi produk moment pearson</p>
3.	<p>Fathana Gina dan Yulia Fitriani</p> <p>Jurnal Kajian Ilmiah, Vol. 22 No. 1 (Januari 2022), Hal: 45 – 52</p>	<p>Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja</p>	<p>1. Variabel Bebas, Regulasi emosi</p> <p>2. Variabel Terikat, Parenting Stress/ Stres Pengasuhan</p> <p>3. Metode penelitian kuantitatif</p>	<p>1. Subjek. pada ibu yang sedang bekerja. Tidak terfokus pada ibu dari anak ABK</p> <p>2. Lokasi. Beberapa kota di Indonesia</p> <p>3. Analisis data. analisis</p>	<p>1. Subjek. berfokus pada orang tua ABK</p> <p>2. Lokasi. Lebih spesifik yaitu klien di klinik psikologi ekadya</p> <p>3. Analisis data. Korelasi produk moment person</p>

				regresi sederhana	
4.	Srifianti Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi , Vol.18 No. 2 (Desember, 2020), Hal: 93-99	Hubungan Antara Parenting Stres Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (Middle Childhood) di Jabodetabek	1. Metode penelitian kuantitatif	1. Variabel bebas. Parenting stres 2. Variabel terikat. Regulasi emosi 3. Subjek. Orang tua anak sekolah dasar 4. Lokasi. Kawasan Jabodetabek	1. Variabel bebas. Regulasi emosi 2. Variabel terikat. Stres pengasuhan 3. Subjek. Orang tua ABK 4. Lokasi. Klinik Psikologi Ekadya Jember
5.	Nur Fitriyani H dan Ferra Puspito S HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Vol. 16, No 1, (Juni 2019), Hal: 21-36	Parenting Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis	1. Variabel Parenting stres/ stres pengasuhan	1. Metode penelitian. kualitatif 2. Subjek. Spesifik pada ibu anak autis	1. Metode penelitian. Kuantitatif 2. Subjek penelitian. Orang tua anak ABK secara general

B. Kajian Teori

Kajian teori mengkaji mengenai teori yang akan menjadi landasan dalam menjalankan riset. Adapun kajian teori dalam riset ini yakni :

1. Regulasi Emosi

a. Pengertian Regulasi Emosi

Gross menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan serangkaian mekanisme yang mengatur emosi yang mana dalam mekanisme pengaturan emosi ini dapat bersifat otomatis atau terkontrol, disadari atau tidak disadari.⁴⁷ Lebih lanjut dijelaskan bahwa Regulasi emosi itu sendiri dapat diarahkan ke emosi positif maupun negatif dengan cara mengurangi, menambah atau sekedar mempertahankan emosi yang ada.⁴⁸

Thompson dalam Gross memaknai regulasi emosi sebagai serangkaian proses ekstrinsik dan instrinsik yang bertujuan untuk mengawasi, mengevaluasi dan memodifikasi respon emosional dalam diri seseorang.⁴⁹

Dari pengertian diatas bisa disimpulkan bahwa regulasi emosi yaitu tindakan yang dilaksanakan seseorang untuk bisa mengelola emosi yang berlebihan dalam dirinya dengan cara merasakan, mengevaluasi

⁴⁷ James J. Gross, *Handbook Of Emotion Regulation* (New York : The Guilford Press,2007), 89.

⁴⁸ James J, Gross, 251.

⁴⁹ James J, Gross, 251.

bahkan memodifikasi baik itu dengan cara mengurangi, meningkatkan atau mempertahankan reaksi emosional dalam dirinya.

b. Aspek – aspek regulasi emosi

Aspek – aspek regulasi mengacu pada teori milik Gross yang terdiri dari empat bagian, yaitu :⁵⁰

1. Strategi pengaturan emosi

Aspek ini merujuk pada rasa yakin seseorang untuk bisa menangani persoalan, memilih dan menemukan upaya untuk dapat mengurangi intensitas emosi negatif serta dapat mengembalikan suasana hati sehingga mampu untuk menenangkan diri setelah mengalami emosi negatif atau positif yang berlebihan.

2. Kemampuan tidak terpengaruhi emosi negatif

Merasakan emosi negatif yang berlebihan dapat menimbulkan perilaku agresif yang mana akan menyebabkan timbulnya masalah kedepannya. Oleh karena itu, kemampuan ini berkaitan dengan kapabilitas seseorang untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif serta mampu bersikap, bergagasan dan bertindak dengan tenang.

3. Mampu mengendalikan respons implusif

Aspek ini berkaitan dengan kapabilitas seseorang dalam mengendalikan reaksi emosi yang akan ditunjukkan seperti respons

⁵⁰Triantoro Safaria, Nofrans E.S dan Diana P.A, *Nomophobia : Riset Teori dan Pengukurannya* (Yogyakarta : UAD Press, 2022), 131-132.

fisiologis, perilaku serta nada suara sehingga seseorang tidak dapat merasakan emosi yang berlebihan dan mampu dalam memperlihatkan respon emosi yang tepat.

4. Penerimaan terhadap respons emosi

Aspek ini berkenaan dengan kapabilitas individu dalam penerimaan situasinya yang dapat menyebabkan emosi negatif, mampu untuk mengakui emosi negatif serta mampu untuk tidak malu untuk mengakui dan merasakan emosi negatif.

c. Proses regulasi emosi

Gross mengemukakan ada lima kelompok proses regulasi emosi, yaitu :⁵¹

1. Pemilihan Situasi (*Situation Selection*) yaitu mengambil tindakan dalam memilih keadaan yang bisa memunculkan atau mengurangi emosi yang sedang dirasakannya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pemilihan situasi ini berfokus pada bagaimana kita mampu menghindari orang, tempat atau aktivitas yang dapat menimbulkan emosi dalam diri kita.
2. Modifikasi Situasi (*Situation Modification*) yaitu kemampuan individu untuk bisa mengubah situasi sehingga mampu untuk mengurangi emosi yang dirasakannya. Setelah individu mampu memilih situasi maka selanjutnya individu dapat menyesuaikan atau

⁵¹ James J, Gross, *Handbook Of Emotion Regulation*, 11.

mengubah situasi untuk mengurangi emosi yang berlebihan dari dalam dirinya.

3. Penyebaran Perhatian (*Attention Deployment*) yaitu kemampuan individu untuk bisa mengalihkan fokus mereka terhadap sesuatu yang dapat menimbulkan atau memperbesar emosi yang dirasakannya sehingga mampu untuk mengontrol emosi dalam diri.
4. Perubahan Kognitif (*Cognitive Change*) Yaitu kemampuan seseorang untuk bisa merubah pola pikirnya atau merubah penilaian kita terhadap situasi yang ada sehingga dapat mengurangi pengaruh negatif dari emosi yang sedang dirasakannya.
5. Modulasi respon (*Response Modulation*) Yaitu kemampuan individu untuk bisa merubah respon emosional yang berlebihan dalam dirinya. Saat emosi terlanjur muncul maka cara meregulasinya dengan modulasi respon yakni berupaya untuk berubah respon yang akan ditampilkan.

d. Strategi regulasi emosi

Strategi regulasi emosi bisa dilaksanakan dengan 2 cara, yakni:⁵²

1. *Antecedent-focused*

Antecedent-focused atau juga bisa disebut dengan bentuk strategi *cognitive reappraisal* yaitu strategi regulasi emosi berkaitan

⁵² Fathana Gina dan Yulia Fitriani, "Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja", 48-49.

dengan proses kognitif pada individu dimana ia perlu untuk memikirkan kembali sebelum memberikan respon emosi pada situasi tertentu. Adanya penilaian kembali secara kognitif (*cognitive reappraisal*) mendorong individu untuk mampu berfikir secara positif sehingga mampu membuat individu merasa tenang dalam semua situasi, khususnya situasi yang dapat menimbulkan emosi negatif. *Cognitive reappraisal* mencakup aspek pemilihan situasi, modifikasi situasi, penyebaran afeksi, dan transformasi kognitif.

2. *Response-focused*

Sedangkan strategi yang kedua atau juga bisa disebut dengan *expressive suppression* yaitu berkaitan dengan ekspresi dimana individu berusaha untuk mengontrol dan menekan ekspresi yang berlebihan yang muncul saat emosi sedang terjadi. Aspek yang masuk kedalam *expressive suppression* yaitu modulasi respon.

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi

Beberapa faktor yang bisa berpengaruh pada regulasi emosi

yakni :⁵³

1. Usia

Usia individu mempengaruhi regulasi emosi dimana

Semakin bertambahnya usia maka semakin baik pula kapabilitas

⁵³ Sinta Wahidayanti, "Regulasi Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar," 57-70.

mereka dalam mengatur emosi sehingga mampu mengontrol ekspresi emosi.

2. Jenis Kelamin

Regulasi emosi juga dipengaruhi oleh jenis kelamin dimana perempuan biasanya lebih sering menunjukkan sisi feminimnya seperti lebih sering mengespresikan emosi sedih, takut dan cemas. Hal ini berbanding terbalik dengan laki-laki yang sering mengespresikan emosi marah dan bangga .

3. Religiusitas

Saat sedang merasakan emosi, orang dengan tingkat religiusitasnya tinggi akan berusaha untuk tidak terlalu menunjukkan emosinya secara berlebihan. Orang dengan religiusitas yang tinggi biasanya akan memilih untuk berdoa agar tetap tenang ketika mengalami emosi negatif.

4. Budaya

Norma – norma dan kepercayaan yang ada dalam suatu kelompok masyarakat memiliki pengaruh terhadap bagaimana individu menilai, menerima, dan menampilkan suatu respon emosi dalam dirinya.

5. Tujuan

Orang tua yang memiliki tujuan untuk melakukan regulasi emosi akan berusaha untuk menekan, menerima, memahami serta mampu untuk merepson emosi yang berlebihan dalam dirinya

6. Frekuensi

Faktor lain yang mempengaruhi regulasi emosi adalah frekuensi. Individu yang sering melakukan regulasi emosi maka ia akan mudah menyesuaikan emosi dengan situasi yang sedang terjadi.

7. Kemampuan

Kemampuan yang dimaksud yaitu kemampuan dalam meregulasi emosinya. Individu yang suka bersosialisasi dan selalu optimis cenderung mampu dalam meregulasi emosinya sebab mereka akan melakukan banyak cara untuk meregulasi emosinya seperti bercerita dengan pasangan atau jalan-jalan.

Rini dan Weny dalam penelitiannya membagi faktor-faktor yang berpengaruh pada regulasi emosi menjadi dua bagian yakni ada faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri seseorang berupa kapabilitasnya dalam mengawasi dan mengelola pikiran, emosi serta perilakunya. Sementara faktor

eksternal dipengaruhi oleh kebutuhan dukungan anak, dukungan dari sosial, serta penghasilan orang tua.⁵⁴

2. Stres Pengasuhan

a. Pengertian Stres Pengasuhan

Terdapat beberapa pengertian stres pengasuhan yang dikutip oleh Daulay dalam bukunya diantaranya yaitu pengertian stres pengasuhan menurut Richard Abidin salah satu pencetus stres pengasuhan, dimana ia mendefinisikan stres pengasuhan sebagai kondisi tertekan yang diderita orang tua yang diakibatkan oleh adanya interaksi antara orang tua dan anak. Sementara menurut Deater-Decker stres pengasuhan didefinisikan sebagai serangkaian mekanisme yang menimbulkan respon psikologis dan fisiologis yang disebabkan karena adanya penyesuaian dan tuntutan sebagai orang tua.⁵⁵

Dari pengertian stres pengasuhan diatas bisa diambil kesimpulan bahwa stres pengasuhan yaitu keadaan tertekan yang dirasakan oleh orang tua yang bisa memunculkan respon psikologis maupun fisiologis yang disebabkan karena adanya penyesuaian dan tuntutan sebagai orang tua dalam mengasuh anak, dimana stres pengasuhan terjadi karena adanya interaksi antara orang tua dan anak.

⁵⁴ Rini Budi S & Weny Savitry S.P, "Regulasi Diri Orang Tua Dalam Pengasuhan Anak Autism Spectrum Disorder di Masa Pandemi," *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan*, Vol. 16, No. 1, (April 2023), 7.

⁵⁵ Nurussakinah Daulay, *Psikologi Pengasuhan Bagi Orang Tua Dari Anak-Anak Dengan Gangguan Perkembangan Syaraf edisi pertama* (Jakarta : Kencana2020), 153.

b. Aspek – Aspek Stres Pengasuhan

Richard Abidin dalam Deater-Deckard yang dikutip oleh Daulay mengemukakan Aspek-aspek stres pengasuhan terdiri dari tiga aspek yaitu aspek orang tua, aspek anak dan aspek relasi orang tua dan anak. Lebih lanjut Deater menjelaskan bahwa teori PCR ini terjadi dua arah dimana kondisi atau perilaku orang tua mempengaruhi anak, dan begitupun sebaliknya kondisi atau perilaku anak akan mempengaruhi orang tua.⁵⁶

Aspek-aspek stres pengasuhan menurut Abidin yaitu :⁵⁷

1. Stres pengasuhan yang muncul dari orang tua
 - a. Depresi, yakni keadaan orang tua yang mudah terkena depresi seperti adanya perasaan beresalahan dan kecewa terhadap anak.
 - b. Pembatasan peran, yaitu dimana orang tua merasa memiliki keterbatasan karena perannya sebagai orang tua yang harus mengurus anak.
 - c. Rasa kompetensi, yaitu orang tua merasa kurang kompeten atau merasa kurang memiliki kemampuan dalam mengurus anak.
 - d. Isolasi sosial, keadaan orang tua yang merasa tidak didukung oleh keadaan sekitar.

⁵⁶ Nurussakinah Daulay, 156.

⁵⁷ Nurussakinah Daulay, 160.

- e. Hubungan dengan pasangan, yaitu keadaan dimana hubungan dengan pasangan kurang harmonis atau sering terjadi konflik dengan pasangan.
 - f. Kesehatan orang tua, yaitu berhubungan dengan kesehatan orang tua dimana orang tua dengan kesehatan yang buruk dapat menurunkan efektivitas dalam proses pengasuhan sehingga menimbulkan stres pengasuhan
2. Stres pengasuhan yang ditimbulkan karena perilaku anak.
 - a. Kemampuan beradaptasi, yaitu ketidakmampuan anak dalam melakukan adaptasi serta kurang mampu dalam penyesuaian diri dengan lingkungannya.
 - b. Menutup, yaitu keadaan anak yang banyak menutup atau butuh perhatian lebih dari orang tua seperti anak yang kurang mandiri dan memiliki hambatan perkembangan.
 - c. Suasana hati, yaitu perubahan suasana hati anak yang susah dipahami orang tua.
 - d. Gangguan, yaitu keadaan anak yang sulit diatur atau anak sering memperlihatkan perilaku yang berlebihan dan susah diberi perintah.
 3. Stres pengasuhan yang ditimbulkan karena adanya interaksi orangtua dan anak.

- a. Keterikatan, yaitu kurangnya kedekatan secara emosional antara orang tua dan anak.
 - b. Penerimaan, yaitu keadaan orang tua yang tidak berkapabilitas menerima keadaan anaknya.
 - c. Penguatan orang tua, yaitu tidak adanya perasaan nyaman saat orang tua berinteraksi dengan anak.
- g. Faktor – faktor stres pengasuhan

Faktor-faktor stres pengasuhan dibagi ke dalam dua faktor meliputi faktor internal dan faktor eksternal :⁵⁸

1. Faktor internal

Faktor internal mencakup faktor personal atau individu dan faktor demografi. Faktor personal mencakup adanya perasaan sedih dan kecewa dengan kondisi anak, kesehatan mental, kompetensi pengasuhan, efikasi diri, harga diri, masalah kesehatan fisik, dan memiliki pemikiran negatif. Sedangkan faktor demografi meliputi umur, gender, status pernikahan, status sosial ekonomi, tingkatan edukasi, pendapatan, jumlah anak, usia dan jenis kelamin anak, jenis gangguan anak.

Sedangkan menurut Lestari faktor individu meliputi orang tua dan anak. Untuk ranah orang tua faktor stres pengasuhan bisa disebabkan karena kesehatan fisik orang tua seperti sakit yang

⁵⁸ Nurussakinah Daulay, 158-159.

berkepanjangan. Selain masalah kesehatan fisik, stres pengasuhan yang bersumber dari orang tua juga dikarenakan keberadaan masalah pada kesehatan mental dan emosi yang buruk. Kemudian pada ranah anak, stres pengasuhan bisa disebabkan karena masalah perilaku anak seperti anak yang suka membangkang dan dudar diatur. Masalah lain juga bisa terjadi karena adanya masalah pada kesehatan anak. Anak yang mengalami sakit biasanya akan menyita waktu dan perhatian orang tua. Hal ini juga berlaku pada anak ABK. Memiliki anak yang perlu penanganan khusus akan membuat orang tua merasa sukar dalam membagi waktu antara bekerja dan mengurus keluarga dan keharusan menjaga dan mengurus anak yang sedang sakit.⁵⁹

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal meliputi karakteristik anak seperti perilaku bermasalah anak. Faktor keluarga meliputi orang tua yang sering berkonflik dan saling menyalahkan atas kondisi anak, rendahnya kerjasama antara keluarga dan sekolah, rendahnya dukungan yang diterima. Selanjutnya yang terkahir ada lingkungan atau masyarakat seperti orang tua mendapatkan stigma negatif dari masyarakat dan sering mendapat teguran dari orang lain akibat perilaku anak.

⁵⁹ Sri Iestari, Psikologi Keluarga, 43-44.

Sedangkan menurut Lestari faktor keluarga meliputi masalah keuangan seperti penghasilan keluarga rendah dan tidak sebanding dengan kebutuhan keluarga, Faktor Struktur keluarga seperti sedikit banyak anggota keluarga, faktor pengasuhan seperti pengasuhan dilakukan sendiri tanpa keterlibatan pembantu atau pasangan, faktor konflik baik itu antara pasangan maupun konflik dengan anak.⁶⁰

Stres pengasuhan yang dialami orang tua sangat perlu untuk dikelola sebab stres pengasuhan akan memicu orang tua untuk melakukan kekerasan terhadap anak yang mana hal tersebut akan berdampak terhadap perilaku dan pembentukan kepribadian anak. Walaupun tidak sampai melakukan kekerasan fisik terhadap anak, stres pengasuhan yang tidak ditangani akan membuat relasi orang tua dan anak renggang yang mana akan berakibat pada anak yang akhirnya tidak menemukan rujukan saat sedang mengalami suatu masalah.⁶¹

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

⁶⁰ Sri lestari, 44.

⁶¹ Sri lestari ,44-45.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang diterapkan dalam riset ini yaitu riset kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional. Riset kuantitatif yaitu riset yang pengumpulan datanya berbentuk angka-angka yang kemudian akan diolah dengan metode analisis statistik.⁶²

Sedangkan pendekatan korelasional diterapkan untuk mengidentifikasi relasi timbal balik antar variabel atau untuk mengidentifikasi seberapa jauh variabel-variabel yang diterapkan berkaitan.⁶³ Pada riset ini pendekatan korelasional diterapkan untuk mengidentifikasi korelasi variabel regulasi emosi sebagai variabel bebas dan stres pengasuhan sebagai variabel terikat.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi diartikan sebagai keseluruhan atau sekumpulan subjek atau obyek yang memiliki ciri atau karakteristik sama dan beda dari sekumpulan atau kelompok lain yang sudah ditetapkan oleh peneliti yang mana nantinya akan terkena generalisasi perolehan riset.⁶⁴ Adapun populasi dalam

⁶² Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017),5.

⁶³ Saufuddin Azwar, 7.

⁶⁴ Saifuddin Azwar, 109.

penelitian ini yaitu pasien atau klien berupa orang tua yang mempunyai anak ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember.

2. Sampel dan Teknik pengambilan sampel

Sampel diambil dari populasi yang telah ditetapkan, terlepas dari apakah sampel tersebut merepresentasikan karakteristik populasi secara keseluruhan atau tidak. Bisa disebut juga sampel adalah bagian dari populasi.⁶⁵ Teknik pengambilan sampel menerapkan teknik sensus atau sampling total yakni teknik pengambilan sampel yang mana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Teknik ini biasanya digunakan untuk populasi dengan jumlah dibawah 100.⁶⁶ Sampel yang digunakan dalam penelitian yaitu klien (orang tua) Klinik Psikologi Klinik Ekadya yang memiliki anak ABK yang berjumlah 52 orang.

C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Tujuan utama dalam riset yaitu mendapat data. Maka langkah pertama untuk mendapatkan data yaitu dengan mengetahui teknik pengumpulan data sehingga data yang didapatkan selaras dengan standar yang sudah ditetapkan.⁶⁷ Dalam riset ini data yang diterapkan yaitu data primer, yakni data yang didapatkan dari tangan pertama atau data yang

⁶⁵ Saifuddin Azwar, 112.

⁶⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung : Alfabeta,2020),134.

⁶⁷ Sugiyono, 296.

peneliti peroleh dari subjek atau responden langsung.⁶⁸ Dalam riset data dihimpun dengan teknik berikut:

a. Kuesioner

Teknik kuesioner digunakan dengan menyajikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan secara tertulis kepada responden.⁶⁹ Kuesioner dalam riset ini akan diberikan kepada responden secara online. Penilaian dalam kuesioner tersebut menerapkan model skala likert. Skala likert diaplikasikan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok mengenai kejadian atau gejala sosial.⁷⁰

Tabel 3.1
Bobot Nilai Respon Angket/Kuesioner

Pernyataan	Skor Pilihan Responden			
	SS	S	TS	STS
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Pada tabel diatas peneliti menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban yakni Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak setuju (ST),Sangat tidak setuju (STJ).

⁶⁸ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*,132.

⁶⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung : Alfabeta,2020),

⁷⁰ Sugiyono, 146.

b. Wawancara

Wawancara dapat diartikan sebagai proses pertemuan dua orang untuk mendapatkan informasi dan bertukar ide melalui tanya jawab mengenai suatu topik. Wawancara dalam penelitian dapat dilakukan sebagai teknik pengumpulan data guna melakukan studi pendahuluan untuk mendapatkan permasalahan yang harus diteliti atau bisa juga untuk mendapatkan informasi lebih mendalam terhadap responden.⁷¹

Pada penelitian ini wawancara telah dilakukan sebelum penelitian guna mendapatkan informasi mengenai fenomena yang akan diteliti. Wawancara dilakukan kepada Ibu Enyke Rosyita Diana selaku psikolog dan kepada 3 orang informan seorang klien sekaligus orang tua yang memiliki ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember, dimana dari hasil wawancara diketahui mengenai kesulitan-kesulitan yang dialami orang tua serta penyebab stres pada orang tua.

2. Instrumen Penelitian

Selanjutnya penggunaan alat ukur pada riset ini menerapkan skala regulasi emosi dan skala stres pengasuhan:

a. Skala regulasi emosi

Riset ini menggunakan skala regulasi emosi menurut aspek-aspek regulasi emosi milik Gross dimana akan ada empat aspek yaitu strategi pengaturan emosi, kemampuan tidak terpengaruhi

⁷¹ Sugiyono,304.

emosi negatif, mampu mengendalikan respons impulsif dan penerimaan terhadap respons emosi.

Tabel 3.2

***Blueprint* Regulasi Emosi Sebelum Uji Validitas**

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Strategi pengaturan regulasi emosi	kemampuan mengatasi masalah	1,7, 13	4,10, 16	6
	kemampuan dalam mengurangi emosi negatif	2,8, 14	5, 11,17	6
	kemampuan menenangkan diri dari emosi negatif dan positif	3,9,15	6,12,18	6
Kemampuan tidak terpengaruhi emosi negatif	kemampuan dalam bersikap	19,25,31	22,28,34	6
	kemampuan dalam berfikir	20,26,32	23,29,35	6
	kemampuan dalam bertindak	21,27,33	24,30,36	6
Kemampuan mengendalikan respon emosi	kemampuan mengendalikan respon fisiologis	37,43,49	40,46,52	6
	kemampuan mengenalkan tingkah laku	38,44,50	41,47,53	6
	kemampuan mengendalikan nada suara	39,45,51	42,48,54	6
Penerimaan terhadap respons emosi	kemampuan menerima emosi negatif	55,61,67	58,64,70	6
	kemampuan mengakui emosi negatif	56,62,68	59,65,71	6
	kemampuan merasakan emosi negatif	57,63,69	60,66,72	6
Jumlah		36	36	72

Dari tabel diatas, terdapat 12 indikator dari 4 aspek regulasi emosi, dimana setiap indikator terdapat 3 pernyataan favorable dan 3 pernyataan unfavorable, sehingga total pernyataan sebanyak 72 aitem pernyataan yang akan disebarakan.

b. Skala stres pengasuhan

Penelitian ini menggunakan skala stres pengasuhan berdasarkan aspek-aspek stres pengasuhan milik Richard Abidin yang terdiri dari aspek orang tua, aspek anak dan aspek hubungan orang tua dan anak.

Tabel 3.3
Blueprint Stres Pengasuhan Sebelum Uji Validitas

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Orang tua	Depresi	1,13,25	7,19,31	6
	Pembatasan Peran	2,14,26	8,20,32	6
	Rasa kompetensi	3,15,27	9,21,33	6
	Isolasi sosial	4,16,28	10,22,34	6
	Hubungan dengan pasangan	5,17,28	11,23,35	6
	Kesehatan orang tua	6,18,30	12,24,36	6
Anak	Kemampuan beradaptasi	37,45,53	41,49,57	6
	Sikap menuntut	38,46,54	42,50,58	6
	Suasana hati	39,47,55	43,52,59	6
	Gangguan	40,48,56	44,52,60	6
Hubungan orang tua dan anak	Keterikatan	61,67,73	64,70,76	6
	Penerimaan	62,68,74	65,71,77	6
	Penguatan orang tua	63,69,75	66, 72,78	6
Jumlah		39	39	78

Dari tabel diatas, terdapat 13 indikator yang diambil dari 3 aspek stres pengasuhan, dimana setiap indikator terdapat 3 pernyataan favorable dan 3 pernyataan unfavorable, sehingga total pernyataan sebanyak 78 aitem pernyataan yang akan disebarakan.

D. Analisis Data

Analisis data merupakan aktivitas yang dilaksanakan sesudah mendapatkan data dari seluruh responden dimana pada analisis data ini akan dilakukan pengelompokan data menurut variabel, mentabulasi data, melaksanakan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, menguji hipotesis serta penyajian data. Analisis data yang diterapkan dalam riset ini yaitu analisis deskriptif, yakni bentuk penganalisaan data yang diterapkan untuk menganalisis hasil data yang sudah terhimpun yang dipaparkan dalam bentuk tabel, grafik, diagram lingkaran, presentase serta perhitungan seperti modus, median dan mean. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan data sampel sebagaimana adanya tanpa menarik kesimpulan atau generalisasi.⁷² Teknik analisis data yang akan digunakan yaitu uji instrumen seperti uji validitas dan reliabilitas serta uji asumsi klasik seperti uji normalitas dan linieritas. Kemudian untuk uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Person Product Moment* dengan bantuan aplikasi SPSS 24.0 *For windows*.

⁷² Sugiono, Noerdjanah, dan Afrianti Wahyu, "Uji Validitas dan Realibilitas Alat Ukur SG Posture Evaluation," *Jurnal Keterapian Fisik* 5, No.1 (2020) : 206.

1. Uji instrumen

Sebelum alat ukur atau skala diujikan pada sampel, maka akan dilaksanakan pengujian uji coba. Uji coba pada alat ukur ini diselenggarakan kepada 30 orang responden yang punya karakteristik yang sama dengan sampel riset, yakni orang tua yang mempunyai ABK. Adapun hasil uji coba alat ukur atau skala yaitu:

a. Uji Validitas

Uji validitas dilaksanakan untuk mengidentifikasi apakah instrumen pengukuran atau skala tersebut mampu untuk mengukur pengetahuan responden atau tidak.

Tabel 3.4
Pedoman Uji Validitas

Nilai Signifikansi	Keterangan
$r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$	Valid
$r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$	Tidak Valif

Uji validitas akan dilakukan dengan bantuan SPSS 24.0 *for Windows* dengan menggunakan pedoman yang terdapat pada tabel 3.4 diatas.⁷³ Penentuan r tabel disesuaikan dengan jumlah responden, dimana untuk uji instrument peneliti menggunakan 30 responden, sehingga diketahui nilai r tabel dari 30 responden yaitu 0,361 dengan taraf signifikansi 0,05.

⁷³ Rezha Nur Amalia, Ragil Setia D dan Eva Annisa, "Pengaruh Jumlah Responden Terhadap Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Kuesioner Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi," *Generics: Journal Of Research in Pharmacy* 2, No.1 (2022) : 12.

Tabel 3.5
Blueprint Regulasi Emosi Setelah Uji Validitas

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Strategi pengaturan regulasi emosi	kemampuan mengatasi masalah	7, 13	10, 16	4
	kemampuan dalam mengurangi emosi negatif	8, 14	5, 11,17	5
	kemampuan menenangkan diri dari emosi negatif dan positif	15	18	2
Kemampuan tidak terpengaruhi emosi negatif	kemampuan dalam bersikap	19,25,31	22,28,34	6
	kemampuan dalam berfikir	20,26,32	23,29,35	6
	kemampuan dalam bertindak	27	36	2
Kemampuan mengendalikan respon emosi	kemampuan mengendalikan respon fisiologis	37,43,49	40,46,52	6
	kemampuan mengenalkan tingkah laku	38,44	41,47,53	5
	kemampuan mengendalikan nada suara	51	54	2
Penerimaan terhadap respons emosi	kemampuan menerima emosi negatif	61,67	64,70	4
	kemampuan mengakui emosi negatif	56	59,65	3
	kemampuan merasakan emosi negatif	69	72	2
Jumlah		22	25	47

Tabel diatas merupakan hasil dari uji validitas dimana pada skala regulasi emosi terdapat 47 aitem yang valid dari 72 aitem pernyataan yang telah disediakan.

Tabel 3.6
Blueprint Stres Pengasuhan Setelah Uji Validitas

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Orang tua	Depresi	1,13	7,19,	4
	Pembatasan Peran	2, 26	32	3
	Rasa kompetensi	15,27	33	3
	Isolasi sosial	4,16	10,22	4
	Hubungan dengan pasangan	5,17,29	23	4
	Kesehatan orang tua	6,18,30	24,36	5
Anak	Kemampuan beradaptasi	37,45,53	41,57	5
	Sikap menuntut	38,46,54	42,58	5
	Suasana hati	39,47,55	43,52,59	6
	Gangguan	40,48	44,52	4
Hubungan orang tua dan anak	Keterikatan	61,67,73	64,70,76	6
	Penerimaan	62,68,74	65	4
	Penguatan orang tua	75	78	2
Jumlah		32	23	55

Tabel diatas merupaka hasil dari uji validitas dimana pada skala stres pengasuhan terdapat 55 aitem yang valid dari 78 aitem pernyataan yang telah disediakan.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas diterapkan untuk mengidentifikasi seberapa jauh alat ukur tersebut dapat diandalkan dan untuk mengetahui sejauh mana alat ukur tersebut bersifat konsisten sehingga dapat digunakan dalam

penelitian berikutnya. Uji reliabilitas akan dilakukan dengan cara uji *Cronbach Alpha* dengan bantuan SPSS 24.0 for Windows. Dasar pengambil keputusan yaitu : ⁷⁴

Tabel 3.7
Pedoman Uji Reliabilitas

Nilai Signifikansi	Keterangan
<i>Cronbach Alpha</i> > 0,70	Reliabel
<i>Cronbach Alpha</i> < 0,70	Tidak Reliabel

Tabel diatas menjelaskan bahwa apabila nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,70 maka skala regulasi emosi dan stres pengasuhan bersifat reliabel. Begitupun sebaliknya, apabila nilai *Cronbach Alpha* kurang dari 0,70 maka skala regulasi emosi dan stres pengasuhan tidak reliabel. Berikut hasil uji reliabilitas variabel regulasi emosi dan stres pengasuhan :

Tabel 3.8
Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Emosi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of items
0,970	47

Tabel diatas merupakan hasil uji reliabilitas skala regulasi emosi. Terlihat bahwa nilai *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai 0,970 dimana

⁷⁴ Ghozali, Imam. "Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25," (Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro, 2018),249

nilai tersebut $> 0,70$ sehingga uji reliabilitas pada skala regulasi emosi dapat diterima atau skala bersifat reliabel.

Tabel 3.9
Hasil Uji Reliabilitas Stres Pengasuhan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of items
0,977	55

Tabel diatas menunjukkan perolehan uji reliabilitas skala stres pengasuhan. Terlihat bahwa nilai *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai 0,977 dimana nilai tersebut lebih besar dari 0,70 sehingga uji reliabilitas pada skala stres pengasuhan dapat diterima atau skala bersifat konsisten atau reliabel.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji normalitas

Uji normalitas diterapkan untuk mengidentifikasi apakah data residual bersumber dari populasi yang tersebar normal atau tidak. Peneliti menggunakan uji normalitas berupa uji *Kolmogorov Smirnov* dengan melihat nilai signifikansi sebagai berikut:⁷⁵

1. Nilai signifikansi < 0.05 maka distribusi dikatakan tidak normal
2. Nilai signifikansi > 0.05 maka distribusi dapat dikatakan normal.

⁷⁵ Desilia Anadita, "Hubungan antara dukungan sosial dengan stress akademik pada siswa yang mengikuti pembelajaran daring," *Borobudur Psychology Review* 01, Vol.01 (2021), 41.

b. Uji linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengidentifikasi apakah antar variabel memiliki korelasi yang linear atau tidak. Dalam penelitian ini uji linearitas diterapkan untuk mengidentifikasi apakah variable regulasi emosi sifatnya linear atau tidak dengan variabel stres pengasuhan. Untuk mengidentifikasi apakah kedua variabel tersebut linear atau tidak maka perlu melihat nilai signifikansi sebagai berikut:⁷⁶

1. Nilai signifikansi < 0.05 maka variabel penelitian tidak dikatakan linear
2. Nilai signifikansi > 0.05 maka variabel penelitian dikatakan linear

c. Uji hipotesis

setelah dilaksanakan uji normalitas dan uji linearitas, maka selanjutnya akan dilaksanakan uji hipotesis guna meninjau hubungan antar variabel. Uji hipotesis dilakukan menerapkan teknik korelasi *pearson product moment* dengan bantuan SPSS 24.0 *for windows* dengan ketentuan :⁷⁷

1. Apabila $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak.
2. Apabila $r \text{ hitung} \leq r \text{ tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

⁷⁶ Desilia Andita, 41.

⁷⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Penerbit Alfabeta Bandung, 2016),249.

Selanjutnya, tanda pada output hasil korelasi memiliki interpretasi tentang arah hubungan antar variabel yaitu :⁷⁸

1. Tanda positif diartikan sebagai adanya hubungan searah antara variabel, yang artinya apabila variabel X tinggi maka diikuti dengan tingginya variabel Y, Begitupun sebaliknya.
2. Tanda negatif diartikan sebagai adanya hubungan tidak searah atau berbanding terbalik, yang artinya apabila variabel X rendah maka variabel Y tinggi, begitupun sebaliknya.

Kemudian untuk melihat kekuatan hubungan antar variabel bisa ditinjau pada tabel berikut :⁷⁹

Tabel 3.10
Pedoman Tingkat Korelasi

Nilai Pearson Correlation	Keterangan
0,00 – 0,20	Tidak memiliki korelasi
0,21 – 0,40	Korelasi tingkat lemah
0,41 – 0,60	Korelasi tingkat sedang
0,61 – 0,80	Korelasi tingkat kuat
0,81 – 1,00	Korelasi tingkat sempurna

Tabel diatas menjelaskan bahwa apabila nilai *Pearson Correlation* berada diantara 0,00 sampai 0,20 maka hubungan antara variabel X dan Y tidak memiliki korelasi. Apabila nilainya 0,21 sampai 0,40 maka

⁷⁸ Rusydi Ananda dan Muhammad Fadhli, *Statistik Pendidikan : Teori dan Praktik Dalam Pendidikan* (Medan: CV Widya Puspita, 2018), 200.

⁷⁹ Darwita Manalu *et. al.*, “Pengaruh Kinerja Guru Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Di Kelas V Muatan Pelajaran IPS SD Santo Thomas 2 Meda” *PENDAS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, Vol.8, No.1, Juni 2023, 3690,

hubungannya berada pada tingkat lemah. Apabila nilainya 0,41 sampai 0,60 maka hubungannya berada pada tingkat sedang. Apabila nilainya berada pada 0,61 sampai 0,80 maka hubungannya berada pada tingkat korelasi yang kuat. Kemudian yang terakhir apabila nilainya berada diantara 0,81 sampai 0,100 maka hubungan antara variabel X dan Y bersifat korelasi sempurna.



BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Obyek Penelitian

1. Profil Singkat Klinik dan Konsultan Psikologi Ekadya

Nama Lembaga	: Klinik dan Konsultan Psikologi Ekadya
Alamat	: Diponegoro Land Cluster B-12, Jalan Diponegoro, Krajan I, Glagahwero, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember, 68193
Pendiri	: Enyke Rosyita Diana, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Tahun Berdiri	: 2016
Telepon	: 0813-3587-3191
Email	: qnyke@yahoo.com
Website	: ekadyapsikologi.com

Klinik dan Konsultan Psikologi yaitu lembaga independen yang bergerak dalam bidang pelayan psikologi. Lembaga ini di dirikan oleh Enyke Rosyita Diana selaku psikolog dan juga pimpinan yang telah berdiri sejak tahun 2016.

Ibu Enyke sendiri merupakan psikolog tetap di Poli Psikiatri RSU dr. H. Koesnadi Bondowoso sejak tahun 2000 dan juga di Dinas Perlindungan Anak dan Perempuan Kabupaten Bondowoso sejak tahun 2016. Selain itu, beliau juga aktif menjadi pemateri/ narasumber diberbagai

seminar hingga menjadi konsultan tetap di beberapa sekolah. Melalui kegiatan-kegiatan tersebut mulai berdatangan orang-orang yang hendak melakukan janji temu untuk melakukan konseling atau hanya sekedar berkonsultasi dengan beliau. Setiap bulannya permintaan untuk melakukan konseling dan konsultasi semakin meningkat sehingga bu Enyke memutuskan untuk mendirikan klinik dan konsultan pribadi pada tahun 2016 dengan nama Klinik dan Konsultan Psikologi Ekadya

2. Jenis Layanan

Pelayanan yang tersedia di lembaga ini terbagi atas 3 bidang yaitu :

a. Bidang Pendidikan

Pelayan pada bidang pendidikan terdiri atas asesmen dan psikotes pendidikan, konsultan lembaga pendidikan dan seminar ataupun workshop. Asesmen merupakan proses pemeriksaan secara psikologis dengan tujuan untuk mendapatkan informasi sehingga psikolog dan guru dapat mengetahui jika ada siswa yang mengalami gangguan psikologis sedangkan psikotes bertujuan untuk mengidentifikasi potensi serta bakat minat siswa sehingga bisa menentukan pendidikan yang tepat.

b. Bidang Klinis

Pelayan di bidang klinis terdiri atas asesmen pemeriksaan mental serta konseling dan psikoterapi. Konseling dan psikoterapi merupakan salah satu bentuk intervensi psikologi yang bertujuan untuk mempermudah individu dalam menuntaskan masalah yang dihadapinya, baik itu

permasalahan pada diri sendiri, masalah dengan pasangan, keluarga, teman atau bahkan pada lingkungan.

c. Perusahaan

Pelayanan di bidang perusahaan meliputi asesmen karyawan di berbagai posisi. Asesmen karyawan dilakukan dengan melaksanakan psikotes pada karyawan baik untuk seleksi calon karyawan maupun untuk promosi jabatan. Hal ini bertujuan untuk menggali informasi mengenai kemampuan, kepribadian serta potensi pada karyawan. Hal ini sangat berguna untuk meningkatkan kinerja perusahaan dengan memilih karyawan dengan potensi yang sesuai dengan bidang atau jabatan yang ditempati.

3. Visi dan Misi

a. Visi

Menjadi lembaga psikologi legal, profesional dan tuntas dalam melayani masyarakat dalam mewujudkan masyarakat sehat secara jasmani maupun rohani

b. Misi

- 1) Membantu memberikan gambaran kepada sekolah ataupun orang tua mengenai potensi anak, perkembangan psikologis dan keadaan kesehatan mentalnya, agar pihak sekolah ataupun orang tua dapat memberikan penanganan dan pemetaan potensi secara tepat.

- 2) Membantu klien dalam menemukan potensi diri dan meningkatkan kualitas hidup melalui konseling, psikoterapi dan seminar.
- 3) Membantu perusahaan dalam menemukan potensi calon karyawan sesuai dengan jabatan.

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Responden

Data yang dihasilkan merupakan hasil dari sebaran angket penelitian. Angket penelitian disebarkan kepada orang tua yang mempunyai ABK yang pernah atau sedang melakukan konseling di klinik psikologi ekadya Jember. Pengambilan data diselenggarakan secara online atau daring lewat google form. Adapun data karakteristik responden dalam riset ini yakni sebagai berikut :

Tabel 4.1
Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki – Laki	13	25%
Perempuan	39	75%
Total	52	100%
Usia	Frekuensi	Presentase
20 – 30 Tahun	18	34,6%
31 – 40 Tahun	25	48,1%
41 – 50 Tahun	7	13,5%
51 – 60 Tahun	2	3,8%
Total	52	100%
Pendidikan	Frekuensi	Presentase
SD	2	3,8%
SMA	27	51,9%
Kuliah (S1/S2/S3)	23	44,2%
Total	52	100%

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
Ibu Rumah Tangga	28	53,8%
Pegawai Negeri (ASN)	3	5,8%
Wirausaha	7	13,5%
Guru	2	3,8%
Karyawan	12	23,1%
Total	52	100%

Dapat dilihat dari tabel 4.1 diatas terdapat 52 responden pada penelitian ini. Responden di dominasi oleh perempuan atau ibu sebanyak 39 orang responden atau sekitar 75%. Berdasarkan sebaran usia responden di dominasi dengan rentan usia 31-40 tahun sekitar 48,1%. Kemudian untuk tingkat pendidikan terakhir di dominasi oleh orang tua dengan tingkat pendidikan terakhir SMA sekitar 51,9%. Selanjutnya untuk pekerjaan orang tua di dominasi oleh ibu rumah tangga sekitar 53,8%.

Tabel 4.2
Karakteristik ABK

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki – Laki	29	55.8%
Perempuan	23	44.2%
Total	52	100%
Usia	Frekuensi	Presentase
2 Tahun	2	3.8%
3 Tahun	3	5.8%
4 Tahun	5	9.6%
5 Tahun	12	23.1%
6 Tahun	7	13.5%
7 Tahun	12	23.1%
8 Tahun	7	13.5%
9 Tahun	2	3.8%
10 Tahun	2	3.8%
Total	52	100%

Jenis ABK	Frekuensi	Presentase
ADHD	13	25.0%
Autis	25	48.1%
Down Sindrom	4	7.7%
Slow Learner	2	3.8%
Tunagrahita	6	11.5%
Speech Delay	2	3.8%
Total	52	100%
Lama Terapi	Frekuensi	Presentase
< 6 Bulan	11	21.2%
6 – 12 Bulan	27	51.9%
> 1 Tahun	14	26.9%
Total	52	100%

Kemudian untuk data anak ABK dari 52 responden tersebut yaitu untuk jenis ABK, anak Autis 25 anak, ADHD 13 anak, Down Sindrom 4 anak, Slow Learner 2 anak, Tunagrahita 6 anak dan Speech Delay 2 anak dengan rentan usia 2 – 10 Tahun.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

Perolehan data dari sebaran angket yang telah dibagikan akan disajikan dalam bentuk tabulasi data, angka statistic dan juga tabel.

a) Deskripsi Statistik

Tabel 4.3

Deskripsi Statistik Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan

<i>Descriptive Statistics</i>						
	N	Range	Min	Mas	Mean	Std. Deviation
Regulasi emosi		54	106	160	135.44	10.864
Stres Pengasuhan	52	52	92	144	127.04	11.549
Valid N (listwise)	52					

Berdasarkan tabel *Descriptive Statistics* diatas nilai rata-rata untuk skala regulasi emosi yaitu 135.44 dengan standar deviasi 10.864. sedangkan untuk skala stres pengasuhan didapatkan rata-rata 127.04 dengan standar deviasi 11.549.

b) Deskripsi Kategorisasi data

Setelah di ketahui nilai rata-rata dan standar deviasi dari setiap variabel maka selanjutnya data yang telah ada akan di kelompokkan untuk melihat tinggi, sedang dan rendah dari tiap variabel. Pengelompokan dilakukan dengan menerapkan rumus atau pedoman sebagai berikut :

Tabel 4.4

Rumus atau Pedoman Tingkat Kategorisasi Variabel

Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD < X$

Keterangan :

M : Mean

SD :Standar Deviasi

Dari rumus atau pedoman tersebut, di ketahui hasil sebagai berikut :

Tabel 4.5

Kategorisasi Regulasi Emosi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	7	13.5	13.5	13.5
Sedang	37	71.2	71.2	84.6
Tinggi	8	15.4	15.4	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Pada tabel diatas bisa diidentifikasi bahwa ada 7 orang tua yang memiliki regulasi emosi rendah dengan persentase 13.5%. 37 orang tua memiliki tingkat regulasi emosi sedang dengan persentase 71.2 % dan sisanya yakni 8 orang tua mempunyai tingkat regulasi emosi yang tinggi dengan persentase 15.4%.

Tabel 4.6
Kategorisasi Stres Pengasuhan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	9	17.3	17.3	17.3
Sedang	35	67.3	67.3	84.6
Tinggi	8	15.4	15.4	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Sedangkan untuk stres pengasuhan, diketahui bahwa terdapat 9 orang tua yang mengalami stres pengasuhan rendah dengan persentase 17.3%. 35 orang tua menderita stres pengasuhan tingkat sedang dengan persentase 67.3% dan sisanya 8 orang tua mengalami tingkat stres pengasuhan tinggi dengan persentase 15.4%

C. Analisis dan Pengujian Hipotesis

1. Uji Normalitas

Sebelum melakukan uji korelasi maka perlu untuk dilakukan pengujian normalitas guna mengidentifikasi apakah data berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang dilaksanakan pada riset ini menerapkan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan

bantuan SPSS 24.0 *for Windows*. Selanjutnya untuk mengidentifikasi apakah data terdistribusi normal atau tidak maka perlu untuk melihat pedoman uji normalitas di bawa ini.

Tabel 4.7
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
	Unstandardized Residual	
N	52	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.21896996
Most Extreme Differences	Absolute	.111
	Positive	.111
	Negative	-.097
Test Statistic	.111	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.154^c	

Untuk hasil uji normalitasnya dapat dilihat pada taraf signifikansinya menunjukkan hasil 0.154 dimana nilai tersebut > 0.05 . Maka bisa disimpulkan bahwa skala regulasi emosi dan stres pengasuhan terdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengidentifikasi apakah antar variabel bersifat linier atau tidak. Dengan kata lain uji linieritas diterapkan untuk melihat apakah terdapat hubungan antar variabel, yang mana pada riset ini menggunakan variabel regulasi emosi dan stres pengasuhan. Perolehan uji linieritas yang dilaksanakan pada riset ini bisa ditinjau pada tabel *Annova* yang telah dilakukan dengan bantuan SPSS 24.0 *for windows*. Dalam

mengidentifikasi apakah variabel bersifat linier atau tidak maka perlu melihat pedoman uji linieritas dibawah ini :

Tabel 4.8
Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Stres Pengasuhan* Regulasi Emosi	Between Groups	(Combined)	5666.306	30	188.877	3.493	.002
		Linarity	3356.798	1	3356.798	62.074	.000
		Deviation from Linierity	2309.508	29	79.638	1.473	.181
	Within Groups		1135.617	21	54.077		
	Total		6801.923	51			

Berdasarkan hasil uji linieritas yang bisa di lihat pada tabel 4.9, untuk taraf signifikansi *Deviation from Linierity* menunjukkan hasil 0.181 dimana nilai tersebut >0.05 . Maka bisa disimpulkan bahwa regulasi emosi dan stres pengasuhan bersifat linier.

3. Uji Hipotesis

Setelah dilaksanakan uji normalitas dan uji linieritas maka kemudian dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya. Dalam menjalankan uji hipotesis, peneliti menggunakan *Product Moment Pearson* dengan bantuan SPSS 24.0 *for Windows*, dimana didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.9
Hasil Uji Linieritas

Correlations			
		X	Y
X	Pearson Correlation	1	-,703**
	Sig. (2-tailed)	.52	.000
	N		52
Y	Pearson Correlation	-,703**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	52
	N	52	

Dari perolehan uji hipotesis atau uji korelasi menggunakan *product moment pearson correlation* pada tabel 4.13 menunjukkan nilai signifikansi 0,000 dimana nilai tersebut kurang dari 0,05. Maka bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya. Oleh karena itu, hipotesis H_a diterima dan H_0 ditolak. Selanjutnya untuk melihat tingkat korelasinya, dapat dilihat pada nilai *pearson correlation* dimana menunjukkan nilai -0,703, yang artinya hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan memiliki tingkat hubungan yang kuat dengan arah negatif yang artinya apabila regulasi emosi tinggi maka stres pengasuhan pada orang tua akan rendah. Begitupun sebaliknya, apabila regulasi emosi rendah maka stres pengasuhan pada orang tua akan tinggi.

D. Pembahasan

Pada tabel 4.1 mengenai karakteristik responden menunjukkan bahwa penelitian ini didominasi oleh responden perempuan atau seorang ibu sebanyak

39 orang dan laki-laki atau ayah sebanyak 13 orang. Sedangkan untuk rentan usia paling banyak di dominasi oleh orang tua dengan umur 31-40 tahun. Kemudian untuk tingkat pendidikan terakhir responden paling banyak berada pada tingkat SMA dan sebagian besar responden didominasi oleh ibu rumah tangga.

Selanjutnya mengenai data anak ABK dari para responden di penelitian ini didapatkan hasil 25 anak autis, 13 anak ADHD, 4 anak *down syndrome*, 2 anak *slow learner*, 6 anak *speech delay* dengan rentan usia 2-10 tahun. Sedangkan untuk lama terapi atau konseling yang dilakukan di Klinik Psikologi Ekadya Jember didapatkan hasil dengan rentan waktu 3 bulan sampai yang paling lama 3 tahun. Autis merupakan gangguan yang terjadi pada area kognitif, komunikasi, emosi, perilaku sosial seperti ketidakmampuan anak dalam berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya.⁸⁰ ADHD diartikan sebagai gangguan yang terjadi pada kurangnya pemusatan perhatian oleh anak, serta adanya perilaku impulsivitas dan hiperaktivitas.⁸¹ Anak dengan gangguan *slow Learner* merupakan anak dengan gangguan lambat belajar dimana biasanya IQ-nya lebih rendah dari anak pada umumnya yakni antara 70-90 sehingga anak menjadi lambat dalam proses pembelajaran dan prestasi belajar rendah (dibawah rata-rata anak pada umumnya). selain gangguan pada kemampuan akademiknya,

⁸⁰ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan khusus* (Yogyakarta:Psikosain,2016 ,27.

⁸¹ Dinie Ratri Desiningrum,47.

terdapat gangguan lain seperti kemampuan koordinasi dimana anak kesulitan menggunakan alat tulis, berolahraga dan mengenakan pakaian.⁸²

Selanjutnya untuk hasil uji korelasi menggunakan *pearson product moment* menghasilkan nilai $-0,703$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Perolehan ini menunjukkan bahwa regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember memiliki hubungan yang kuat. Dari hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan pada riset ini bisa diterima yakni H_a diterima dan H_0 ditolak.

Terdapat korelasi antara regulasi emosi dan stres pengasuhan ini selaras dengan perolehan riset dari Aprilia Kusuma P.dkk, tentang hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak disabilitas intelektual di Kabupaten Blora⁸³ serta penelitian yang dilakukan oleh Fathana Gina dan Yulia Fitriani tentang regulasi emosi dan *parenting stres* pada ibu bekerja⁸⁴ dimana apabila tingkat regulasi emosi tinggi maka stres pengasuhan rendah. Sebaliknya, apabila regulasi emosi rendah maka stres pengasuhan tinggi. Namun riset ini tidak selaras dengan riset dari Salsa dan Indri yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara stres parenting dan regulasi emosi pada seorang

⁸² Dinie Ratri Desiningrum,12.

⁸³ Aprilia Kusuma P.dkk “Hubungan Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Disabilitas Intelektual di Kabupaten Blora,” *Jurnal Empati* 12. No.3 (2023) : 249.

⁸⁴ Fathana Gini dan Yulia Fitriani “Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja,” *Jurnal Psikologi* 18, No.2 (2020) : 51.

ayah, yang artinya semakin tinggi stres pengasuhan yang dialami ayah maka semakin tinggi pula tingkat regulasi emosi ayah.⁸⁵

Pada penelitian ini regulasi emosi berkontribusi efektif 70,3% terhadap stres pengasuhan sementara 29,7% lainnya di pengaruhi oleh faktor lain. Beberapa faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan meliputi faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, status pernikahan, status sosial ekonomi, tingkat pendidikan, jumlah anak, usia dan jenis kelamin anak serta jenis gangguan yang di alami oleh anak. Faktor personal meliputi perasaan sedih dan kecewa akan kondisi anak, masalah kesehatan mental dan kesehatan fisik pada orang tua, kompetensi pengasuhan, harga diri dan efikasi diri.⁸⁶ Hal tersebut selaras dengan perolehan riset dari Puspa Rahayu yang mengenai faktor-faktor yang berpengaruh pada stres pengasuhan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial, efikasi diri dan resiliensi terhadap stres pengasuhan pada orang tua ABK dengan besaran pengaruh 20,7%.⁸⁷

Faktor lain yang berpengaruh pada stres pengasuhan berupa usia orang tua. Hal tersebut selaras dengan perolehan riset dari Faizah.dkk, dimana hasil penelitiannya mengatakan bahwa ada hubungan yang negatif antara usia orang tua dengan stres pengasuhan orang tua yang mempunyai anak gangguan

⁸⁵ Salsa Altasya Andinie dan Indri Utami Sumaryanti “Hubungan Stress Parenting Dengan Regulasi Emosi Ayah Pada Masa Pandemi Covid-19” *Bandung Conference Series : Psychology Science* 3, No.1 (2023) : 357.

⁸⁶ Nurussakinah Daulay, *Psikologi Pengasuhan Bagi Orang Tua Dari Anak-Anak Dengan Gangguan Perkembangan Syaraf*, Edisi Pertama (Jakarta: Kencana, 2020). 158.

⁸⁷ Puspa Rahayu U.R “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus” *Jurnal Of Education Research* 5, No.1 (2024) :299.

spektrum *autisme*, maknanya semakin rendah usia orang tua maka akan semakin tinggi tingkat stres pengasuhan yang dialami orang tua.⁸⁸ Hal tersebut selaras dengan perolehan riset ini dimana 25 orang tua berusia 31-40 tahun, 18 orang tua berusia 20-30 tahun, 7 orang tua berusia 41-50 tahun dan 2 orang tua berusia sekitar 51-60 tahun.

Faktor lainnya yaitu pendidikan orang tua. Pada riset yang dilaksanakan oleh Rezky Amalia Basir,dkk, Mengatakan bahwa terdapat pengaruh antara pendidikan terhadap stres pengasuhan orang tua anak usia sekolah dasar dimana semakin meningkat tingkat pendidikan seorang ibu maka akan meningkatkan kesiapan menjadi orang tua sehingga ibu yang mempunyai pendidikan tinggi akan lebih siap menghadapi berbagai persoalan dalam proses pengasuhan.⁸⁹ Hal ini selaras dengan perolehan riset ini dimana responden didominasi oleh orang tua dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 27 orang, pada tingkat perguruan tinggi sebanyak 23 orang dan pada tingkat SD sebanyak 2 orang.

Sedangkan faktor pada anak yang dapat menimbulkan stres pengasuhan yaitu terkait usia anak dan jenis gangguan yang dialami anak. Pada faktor usia anak, hal ini selaras dengan perolehan riset dari Yersi dan Agustin bahwa orang tua yang mempunyai anak dengan usia lebih muda cenderung menderita stres pengasuhan yang lebih tinggi sebab anak dengan usia lebih tua dapat melakukan

⁸⁸ Faizah Attamimi Nuha, Dkk “Hubungan Antara Karakteristik Orang Tua Dengan Stress Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Gangguan Spektrum Autisme” *Jurnal Psikologi Malahayati* 2, No. 2, (2020) : 42.

⁸⁹ Rezky Amalia Basir, dkk “Faktor Internal Stres Pengasuhan Ibu Dengan Anak Usia Sekolah Dasar Pada Masa Pandemi Covid 19” *Ibnu Sina : Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara* 22, N0.1 (2023) : 95-96.

perawatan secara mandiri sehingga meminimalkan orang tua ikut terlibat terhadap kebutuhan anak. Lebih lanjut diungkapkan bahwa salah satu penyebab stres orang tua yaitu pada saat orang tua mengetahui keadaan anak yang tidak sama dengan anak pada umumnya. Stres pada orang tua biasanya terjadi seminggu setelah anak didiagnosis, kemudian mulai menurun setelah satu tahun meskipun stres yang dialami tidak pernah hilang.⁹⁰ Riset ini selaras dengan perolehan riset ini dimana responden memiliki anak dengan usia rendah yaitu berusia 2-10 tahun.

Kemudian pada penelitian *literature review* yang dilakukan oleh Maulana Hanif, dkk, menunjukkan hasil bahwa orang tua yang memiliki anak dengan gangguan spectrum *autisme* menderita stres pengasuhan lebih tinggi daripada dengan anak dengan gangguan perkembangan lainnya maupun dengan perkembangan anak normal.⁹¹ Riset tersebut selaras dengan perolehan riset ini dimana responden didominasi oleh orang tua yang punya anak autis sebanyak 25 anak. Perilaku anak autis dapat dibagi kedalam dua hal, yaitu perilaku berlebihan (Eksesif) dan perilaku berkekurangan (defisit). Adapun perilaku berlebihan pada anak autis berupa anak menjadi hiperaktif, tantrum seperti menjerit, menggigit, mencakar, memukul serta mendorong. Sedangkan perilaku berkekurangan berupa anak mengalami gangguan bicara, emosi tidak tepat seperti tertawa tanpa sebab,

⁹⁰ Yersi Ahzani dan Nur Agustin “Stres Pengasuhan Orang Tua Dari Anak Dengan Diabetes Mellitus Tipe 1 di Era Pandemi Covid-19” *Jurnal Of Telenursing* 3, No.1 (2021) :187-188.

⁹¹ Maulana Hanif I, Royke Tony K dan Mira Irmawati “Literature Review : Stres Pengasuhan Pada Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme” *Jurnal Ilmu Psikologi* 14, No.1 (2023) : 162.

menangis tanpa sebab serta kurangnya perilaku sosial.⁹² perilaku – perilaku tersebutlah yang dapat menimbulkan stres pengasuhan pada orang tua.



⁹² Dinie Ratri Desiningrum, Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus, 28.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember didapatkan hasil uji *korelasi Pearson Product Moment* dengan nilai $-0,703$ dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Perolehan ini menginterpretasikan bahwa ada korelasi yang kuat dengan arah negatif antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua ABK di Klinik Psikologi Ekadya Jember. Dimana apabila regulasi emosi tinggi maka stres pengasuhan akan rendah. Begitupun sebaliknya, apabila regulasi emosi rendah maka stres pengasuhan akan tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis H_a dalam riset ini diterima dan H_0 di tolak.

B. Saran

1. Bagi Orang Tua ABK

Diharapkan bagi orang tua yang memiliki stres pengasuhan yang tinggi untuk bisa meningkatkan kapabilitas meregulasi emosi dalam dirinya seperti memikirkan kembali sebelum memberikan respon atas emosi yang dirasakannya, belajar untuk tidak terpengaruh emosi negatif, serta belajar untuk mengendalikan respon yang impulsif sehingga emosi yang muncul akibat tekanan dan kesulitan dalam proses pengasuhan yang mengakibatkan stres dapat dihadapi dengan baik. Disamping itu, orang tua juga diharapkan

untuk tetap berbau dengan lingkungan sekitar dan tetap menjaga kesehatan fisik dan mentalnya untuk mencegah timbulnya stres yang semakin tinggi.

2. Bagi Klinik Psikologi Ekadya Jember

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua ABK, sehingga diharapkan lembaga membuat program sosialisasi regulasi emosi sehingga regulasi emosi orang tua meningkat dan bisa menurunkan stres pengasuhan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Riset ini diselenggarakan dengan mendistribusikan kuesioner kepada responden secara online sehingga keterbatasan yang dialami adalah lamanya proses pengumpulan data dan kurangnya observasi secara langsung kepada responden. Maka dari itu, diharapkan bagi peneliti selanjutnya, untuk bisa melaksanakan riset secara kualitatif untuk memperdalam mengenai regulasi emosi dan stres pengasuhan yang diderita orang tua sehingga hasil yang didapatkan lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahzani, Yersi dan Nur Agustin “Stres Pengasuhan Orang Tua Dari Anak Dengan Diabetes Mellitus Tipe 1 di Era Pandemi Covid-19” *Jurnal Of Telenursing* 3, No.1.2021.
- Amalia, Rezha Nur, Ragil Setia D dan Eva Annisa, “Pengaruh Jumlah Responden Terhadap Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Kuesioner Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi,” *Generics: Journal Of Research in Pharmacy* 2, No.1 (2022) : 12.
- Anadita, Desilia, “Hubungan antara dukungan sosial dengan stress akademik pada siswa yang mengikuti pembelajaran daring,” *Borobudur Psychology Review* 1, No. 1, 2021.
- Andini, Salsa Altasya dan Indri Utami S, “Hubungan Stres Parenting dengan Regulasi Emosi Ayah pada Masa Pandemi Covid 19,” *Bandung Conference Series: Psychology Science* 3, No.1, 2023.
- Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Basir, Rezky Amalia, Dkk, “Faktor Internal Stres Pengasuhan Ibu Dengan Anak Usia Sekolah Dasar Pada Masa Pandemi Covid 19” *Ibnu Sina : Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas islam Sumatera Utara* 22, N0.1, 2023.
- Cristiani,Ayu Elva, Ni Nyoman A.I.D, Ni Ketut J.A dan Trio Rosalina “Dinamika Kelelahan Emosi Orang Tua Yang Memiliki ABK Tunagrahita di SLB Kota Denpasar,” *Jurnal Psikologi Mandala* 5, No.1, 2021.
- Daulay, Nurussakinah, *Psikologi Pengasuhan Bagi Orang Tua Dari Anak-Anak Dengan Gangguan Perkembangan Syaraf edisi pertama*. Jakarta : Kencana, 2020.
- Desiningrum,Dinie Ratri. *Psikologi Anak Berkebutuhan khusus*. Yogyakarta : Psikosain, 2016
- Gina, Fathana dan Yulia Fitriani, “Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja,” *Jurnal Kajian Ilmiah* 22, No.1, 2022.

- Gross, James J., *Handbook Of Emotion Regulation*. New York : The Guilford Press,2007.
- Hasanah,Nidaul, Mulyati dan Tarma, “Hubungan Parentingself-Efficacy Dengan Subjective Well-Being Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus,” *JKKP: Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan* 6, No.2, 2019.
- Hasniar A. Radde, “Uji Validitas Konstrak Dari Emotion Regulation Quistionnarie Versi Bahasa Indonesia Dengan Menggunakan Comfirmatory,” *Jurnal Psikologi Karakter* 1, No.2, 2021.
- Ibrahim,Maulana Hanif, Royke Tony K dan Mira Irmawati, “Literature Review: Stres Pengasuhan pada Anak dengan Gangguan Spektrum Autisme,” *Jurnal Ilmu Psikologi* 14, No.1, 2023.
- Kurniasih,Eli, Dela Rifdah B dan Chita Widia, “Koping Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di Slb Abc Kota Tasikmalaya,” *Jurnal Keperawatan Galung* 5, No.1, 2023.
- Kusuma , Aprilia P.dkk, “Hubungan Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Disabilitas Intelektual di Kabupaten Blora,” *Jurnal Empati* 12, No.3, 2023
- Masyito, Dewi, “Hubungan Dukungan Sosial Suami dan RegulasiEmosi Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu Bekerja Di Desa Sutojayan Kota Pasuruan Yang Memiliki Anak Sekolah Dasar Belajar Daring Selama Masa Pandemi,” Skripsi : UIN Maulan Malik Ibrahim Malang, 2021.
- Maysa, Putri dan Ummil Khairiyah, “Hardiness dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Berkebutuhan Khusus,” *Jurnal RAP UNP* 10, No 1, 2019.
- Noviyanti, Erti Ikhtiarini D dan Peni Perdani J, “Hubungan Spiritual dengan Stres Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental,” *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 7, No.2, 2020.
- Nuha, Faizah Attamimi, Asri Mutiara P dan Nia Triswanti “Hubungan Antara Karakteristik Orang Tua Dengan Stress Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Gangguan Spektrum Autisme” *Jurnal Psikologi Malahayati* 2, No. 2, 2020.

- Nur Fitriyani H dan Ferra Puspito S, “ Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis,” *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 16, No.1, 2019.
- Pemerintah Wajib Penuhi Hak Pendidikan Inklusif Bagi Penyandang Disabilitas (diakses pada 18 Mei 2023, Pukul 13.45)
<https://www.kemendiknas.go.id/pemerintah-wajib-penuhi-hak-pendidikan-inklusif-bagi-penyandang-disabilitas>
- Puspitasari, Intan Ega, Asnastasia Maharani dan Ali Tarmuji, “Identifikasi Kemampuan Regulasi Emosi dalam Pengasuhan Anak Usia Dini di Yogyakarta,” *Aulad: Jurnal on early childhood* 5, No.3, 2022.
- Rahman, Puspa Rahayu Utami, “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus” *Jurnal Of Education Research* 5, No.1, 2024
- Salsabila dan Maulana Rezi Ramadhan, “Komunikasi Orang Tua-Anak pada anak berkebutuhan khusus (Studi perbandingan komunikasi kelekatan orang tua asuh dan orang tua kandung),” *Medialog: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, No. 2, 2021.
- Setyowati, Rini Budi dan Weny Savitry S.P, “Regulasi Diri Orang Tua Dalam Pengasuhan Anak Autism Spectrum Disorder di Masa Pandemi,” *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan* 16, No. 1, 2023.
- Srifianti, “Hubungan Antara Parenting Stress Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (Middle Childhood) Di Jabodetabek ,” *Jurnal Psikologi* 18, No.2, 2020.
- Sugiono, Noerdjanah, dan Afrianti Wahyu, “Uji Validitas dan Realibilitas Alat Ukur SG Posture Evaluation,” *Jurnal Keterampilan Fisik* 5, No.1, 2020
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta, 2016.
- Tim Penyusun, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2022.
- Ulfa. *Psikologi Keluarga*. Bogor : Ghalia Indonesia, 2016

Wahidayanti, Sinta, "Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar," *Jurnal Psikologi MANDALA* 4, No. 1, 2020.



LAMPIRAN - LAMPIRAN



Lampiran

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RiFatul Khasanah
NIM : D20195050
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Dakwah
Institusi : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan nada klain dari pihak lain, maka saya bersedia untuk di proses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Jember, 14 Maret 2024
menyatakan



METERAI
TEMPEL

A12E0AKX833444108

RiFatul Khasanah
D20195050

Lampiran

Kuesioner Skala Regulasi Emosi

Identitas Orang Tua

Nama / Inisial :
Jenis Kelamin :
Usia :
Pekerjaan :
Pendidikan orang tua :

Identitas Anak ABK

Jenis Gangguan :
Jenis kelamin :
Usia :
Lama Terapi / konseling :

Petunjuk Pengisian

1. Identitas dan jawaban anda akan direkam dan dijaga kerahasiannya
2. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat
3. Tidak ada pernyataan yang benar dan salah
4. Pilihlah jawaban yang paling menggambarkan diri anda
5. Beri tanda (v) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan anda
6. Jawaban terdiri atas :

SS : Sangat Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

NO	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	saya percaya diri dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan pengasuhan ABK				
2.	Saya memilih diam saat sedang kesal maupun marah				
3.	saya mempunyai teknik untuk dapat menenangkan diri saya saat merasakan ,marah, sedih atau senang yang berlebihan seperti duduk dengan tenang dan mengatur pernafasan				
4.	saya sering merasa kesulitan mencari solusi dalam menghadapi masalah pengasuhan ABK				
5.	saat saya merasakan marah, saya cenderung kesulitan dalam mengendalikannya				

6.	saya sering terbawa emosi saat menghadapi situasi sulit				
7.	saya tau langkah-langkah yang perlu diambil saat saya mengalami kesulitan dalam mengasuh anak ABK				
8.	saat sedang marah, kesal atau sedih saya biasanya akan melakukan pekerjaan yang saya sukai				
9.	saya cenderung menyerah dan putus asa dalam mencari solusi saat menghadapi masalah pengasuhan ABK				
10.	saya mudah terbawa emosi negatif seperti sering menangis saat sedang sedih				
11.	saya sering merasa sulit untuk meredakan emosi negatif dalam diri saya				
12.	saya mampu untuk tetap menunjukkan sikap baik terhadap orang lain saat saya sedang merasakan emosi negatif akibat mengasuh ABK				
13.	saya mampu untuk tetap berfikir jernih disitua yang sulit dan banyak tekanan dalam mengasuh ABK				
14.	saya mampu untuk tetap bersikap tenang dan bijaksana disitua sulit seperti menghadapi anak ABK yang tantrum				
15.	saya cenderung menunjukkan sikap buruk saat sedang merasakan tertekan, marah, dan kesal				
16.	saat berada disitua yang sulit dan penuh tekana saya kesusahan untuk berfikri jernih				
17.	saat sedang merasakan emosi negatif saya cenderung bertindak buruk seperti melempar barang atau berbicara kasar				
18.	saya cenderung mampu untuk tetap bersikap positif saat sedang stres menghadapi ABK				
19.	saya selalu mampu menemukan solusi dari setiap masalah pengasuhan ABK yang saya hadapi				
20.	saat menghadapi masalah saya kesulitan untuk tetap bersikap positif				
21.	saya selalu kesulitan menemukan solusi dari setiap masalah yang saya hadapi				
22.	saya mampu untuk tetap bersikap tenang disitua yang sulit dan banyak tekanan dalam mengasuh ABK				
23.	saya selalu mampu mengambil keputusan yang rasional disitua yang banyak tekanan				
24.	saya kesusahan untuk bersikap tenang distua yang sulit dan penuh tekanan				
25.	saya sering terbawa emosi dalam mengambil				

	keputusan				
26.	saya mengetahui tanda-tanda fisik ditubuh saya saat merasakan emosi seperti jantung yang berdebar cepat atau berkeringat berlebihan				
27.	saya cenderung mampu untuk tetap bersikap tenang dan jarang meluapkan emosi secara berlebihan ketika mengasuh ABK				
28.	saya mampu untuk berbicara secara lembut meskipun sedang marah, kesal dan jengkel				
29.	saya tidak mengetahui tanda-tanda fisik yang ditimbulkan akibat emosi yang saya rasakan				
30.	saya sering kali meluapkan emosi dengan bertidak buruk seperti marah-maraha, mecubit atau memukul anak, dan melempar barang				
31.	saya cenderung berbicara dengan nada tinggi dan keras saat marah dan kesal				
32.	saya mampu untuk mengendalikan detak jantung dan pernafasan saya saat merasakan emosi yang kuat				
33.	saya memiliki pengendalian diri yang cukup baik dan mampu menghentikan tindakan yang mungkin dapat merugikan diri saya dan orang lain				
34.	saya kesulitan mengontrol denyut jantung dan pernafasan saat merasakan emosi yang kuat				
35.	saya tidak mampu menghentikan tindakan buruk saya saat merasakan emosi negatif seperti saat merasa marah dan tertekan				
36.	saya bisa mengendalikan gejala fisik seperti gemetar dan berkeringan saat merasakan emosi yang kuat				
37.	saya kesulitan menenangkan diri dan sulit mengendalikan reaksi fisik saat merasakan emosi yang cukup kuat				
38.	saya kesulitan menahan ekspresi wajah dan tubuh saat merasakan emosi yang cukup kuat				
39.	saat sedang merasakan emosi negatif saya akan merasakannya dan tidak menekannya				
40.	saat sedang merasakan emosi negatif saya akan mengakuinya dengan jujur				
41.	saya mampu untuk memahami dan menghargai setiap emosi negatif yang saya rasakan				
42.	saya merasa terjebak saat merasakan emosi negatif dan kesulitan mengatasinya				
43.	saya tidak mau mengakui saat merasakan emosi negatif				

44.	saya sering terbawa emosi negatif				
45.	saya selalu mampu untuk belajar dari emosi negatif yang saya alami				
46.	saat merasakan emosi negatif saya cenderung menyalahkan diri sendiri				
47.	saya kesulitan untuk mengartikan emosi negatif yang saya rasakan				



Lampiran

Kuesioner Skala Stres Pengasuhan

Identitas Orang Tua

Nama / Inisial :
Jenis Kelamin :
Usia :
Pekerjaan :
Pendidikan orang tua :

Identitas Anak ABK

Jenis Gangguan :
Jenis kelamin :
Usia :
Lama Terapi / konseling :

Petunjuk Pengisian

1. Identitas dan jawaban anda akan direkam dan dijaga kerahasiannya
2. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat
3. Tidak ada pernyataan yang benar dan salah
4. Pilihlah jawaban yang paling menggambarkan diri anda
5. Beri tanda (v) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan anda

6. Jawaban terdiri atas :

SS : Sangat Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

NO	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	saya marah ketika anak ABK saya tidak mau menuruti perintah saya				
2.	saya merasa terbebani dengan tugas dan tanggung jawab sebagai orang tua dari anak ABK				
3.	saya merasa frustrasi dan stres karena merasa tidak memiliki pengetahuan yang cukup dalam mengasuh anak ABK				
4.	saya stres karena merasa kesepian dan dikucilkan dari lingkungan saya				
5.	saya dan pasangan merasa tidak mampu dalam mengasuh anak ABK				
6.	saya dalam kondisi fisik yang buruk baik fisik dan mental saya				

7.	saya merasa bahagia dalam mengasuh anak ABK				
8.	saya mampu untuk tetap melakukan hal yang saya sukai sambil mengurus anak ABK				
9.	saya cukup kompeten dalam mengatasi kesulitan dalam mengasuh anak ABK				
10.	saya merasa mendapat dukungan dari keluarga, teman dan lingkungan sekitar				
11.	saya dan pasangan mampu untuk berkomunikasi dalam menyelesaikan konflik				
12.	saya merasa sehat dan bahagia secara mental				
13.	saya merasa cemas akan masa depan anak saya yang ABK				
14.	saya stres karena kesulitan untuk melakukan kegiatan yang saya sukai				
15.	saya kurang kompeten mengatasi kesulitan dalam mengasuh anak ABK				
16.	saya kesulitan untuk terlibat dalam kegiatan dan acara sosial				
17.	saya dan pasangan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan konflik dalam mengasuh anak ABK				
18.	saya mudah sakit sejak memiliki anak ABK				
19.	saya optimis tentang masa depan anak saya yang ABK				
20.	saya berusaha untuk tetap berpartisipasi dalam kegiatan dan acara sosial				
21.	saya tidak pernah merasa lelah dan capek dalam mengurus ABK				
22.	saya kurang mendapatkan dukungan emosional dari pasangan saya				
23.	sejak sering lelah dalam mengurus anak ABK				
24.	saya merasa khawatir dan terbebani karena anak saya susah beradaptasi dilingkungan sekitar				
25.	saya merasa stress ketika anak ABK saya sering menuntut keinginannya untuk dipenuhi				
26.	saya merasa kesal ketika saya kesulitan memahami suasana hati anak ABK saya				
27.	saya marah ketika anak ABK saya tidak mau menuruti perintah saya				
28.	saya tidak merasa terganggu sebab anak ABK saya mudah beradaptasi dilingkungan baru				
29.	saya tidak merasa stress sebab anak ABK saya tidak pernah menuntut				
30.	saya tidak pernah marah karena suasana hati anak				

	ABK saya cenderung stabil				
31.	saya tidak pernah marah saat anak saya tidak mau menuruti perintah saya				
32.	saya merasa sedih dan cemas karena anak saya butuh waktu lama untuk mampu berinteraksi dan bergaul dengan teman-temannya				
33.	saya frustrasi dan merasa kesulitan karena anak ABK saya tidak bisa mandiri dan selalu harus dibantu dalam melakukan kegiatan sehari-hari				
34.	saya kesal dan frustrasi ketika emosi anak ABK saya susah di kontrol				
35.	saya kesal ketika anak ABK saya susah untuk diarahkan ketika belajar atau beraktivitas				
36.	anak ABK saya tidak kesulitan dalam mengikuti perubahan atau situasi yang baru				
37.	saya tidak merasa frustrasi karena saya merasa anak saya jarang meminta sesuatu yang sulit untuk dipenuhi				
38.	saya tidak merasa terganggu sebab anak ABK saya mudah mengontrol emosinya				
39.	saya tetap sabar dan tidak pernah kesal mengarahkan anak ABK saya dalam belajar atau beraktivitas				
40.	saya merasa stres dan tertekan ketika melihat anak ABK saya kesulitan dalam menyesuaikan diri di lingkungan baru				
41.	saya merasa frustrasi saat anak saya meminta sesuatu yang sulit untuk saya penuhi				
42.	Saya stress ketika anak ABK saya berperilaku buruk saat suasana hatinya sedang buruk				
43.	saya tidak merasa stres sebab anak saya tetap bersikap baik saat suasana hatinya buruk				
44.	saya merasa kurang dekat dan kurang memiliki ikatan emosional dengan anak ABK saya				
45.	saya merasa kecewa dan sedih dengan kondisi anak ABK saya yang berbeda dari anak-anak pada umumnya				
46.	saya kecewa ketika anak saya tidak mengerti apa yang saya ucapkan				
47.	saya merasa dekat dan memiliki hubungan emosional yang cukup kuat dengan anak saya				
48.	saya mampu menerima kondisi anak saya yang ABK				
49.	saya tidak terganggu meskipun anak saya tidak mengerti apa yang saya ucapkan				

50.	saya merasa tidak nyaman jika berdekatan dengan anak ABK saya				
51.	saya stres ketika kesulitan memberikan dukungan dan fasilitas dalam mengasuh anak ABK				
52.	saya merasa nyaman berada di dekat anak ABK saya				
53.	saya sering merasa lelah dan stres jika terlalu sering berinteraksi dengan anak saya				
54.	saya merasa putus asa karena lambatnya perkembangan anak ABK saya				
55.	saya tidak terlalu mengkhawatirkan keadaan anak saya				



Lampiran

Hasil Uji Validitas Skala Regulasi Emosi

HASIL UJI VALIDITAS REGULASI EMOSI			
ITEM	R HITUNG	R TABEL	KETERANGAN
1	0,013	0,361	TIDAK VALID
2	-0,114	0,361	TIDAK VALID
3	0,008	0,361	TIDAK VALID
4	0,125	0,361	TIDAK VALID
5	0,508	0,361	VALID
6	0,319	0,361	TIDAK VALID
7	0,424	0,361	VALID
8	0,454	0,361	VALID
9	-0,650	0,361	TIDAK VALID
10	0,612	0,361	VALID
11	0,645	0,361	VALID
12	-0,501	0,361	TIDAK VALID
13	0,742	0,361	VALID
14	0,570	0,361	VALID
15	0,706	0,361	VALID
16	0,685	0,361	VALID
17	0,649	0,361	VALID
18	0,856	0,361	VALID
19	0,563	0,361	VALID
20	0,893	0,361	VALID
21	-0,575	0,361	TIDAK VALID
22	0,476	0,361	VALID
23	0,712	0,361	VALID
24	-0,517	0,361	TIDAK VALID
25	0,514	0,361	VALID
26	0,781	0,361	VALID
27	0,678	0,361	VALID
28	0,787	0,361	VALID
29	0,864	0,361	VALID
30	-0,575	0,361	TIDAK VALID
31	0,767	0,361	VALID
32	0,511	0,361	VALID
33	-0,676	0,361	TIDAK VALID
34	0,787	0,361	VALID
35	0,742	0,361	VALID
36	0,683	0,361	VALID
37	0,634	0,361	VALID

38	0,763	0,361	VALID
39	-0,473	0,361	TIDAK VALID
40	0,556	0,361	VALID
41	0,618	0,361	VALID
42	-0,660	0,361	TIDAK VALID
43	0,589	0,361	VALID
44	0,666	0,361	VALID
45	-0,468	0,361	TIDAK VALID
46	0,622	0,361	VALID
47	0,705	0,361	VALID
48	-0,630	0,361	TIDAK VALID
49	0,587	0,361	VALID
50	-0,416	0,361	TIDAK VALID
51	0,497	0,361	VALID
52	0,452	0,361	VALID
53	0,636	0,361	VALID
54	0,540	0,361	VALID
55	-0,332	0,361	TIDAK VALID
56	0,660	0,361	VALID
57	0,413	0,361	TIDAK VALID
58	-0,438	0,361	TIDAK VALID
59	0,889	0,361	VALID
60	-0,645	0,361	TIDAK VALID
61	0,636	0,361	VALID
62	0,097	0,361	TIDAK VALID
63	-0,484	0,361	TIDAK VALID
64	0,776	0,361	VALID
65	0,705	0,361	VALID
66	-0,781	0,361	TIDAK VALID
67	0,733	0,361	VALID
68	0,275	0,361	TIDAK VALID
69	0,546	0,361	VALID
70	0,776	0,361	TIDAK VALID
71	-0,088	0,361	TIDAK VALID
72	0,719	0,361	VALID

Lampiran

Hasil Uji Validitas Skala Stres Pengasuhan

HASIL UJI VALIDITAS STRES PENGASUHAN			
ITEM	R HITUNG	R TABEL	KETERANGAN
1	0,553	0,361	VALID
2	0,692	0,361	VALID
3	-0,258	0,361	TIDAK VALID
4	0,647	0,361	VALID
5	0,598	0,361	VALID
6	0,524	0,361	VALID
7	0,684	0,361	VALID
8	0,326	0,361	TIDAK VALID
9	0,167	0,361	TIDAK VALID
10	0,889	0,361	VALID
11	0,331	0,361	TIDAK VALID
12	-0,529	0,361	TIDAK VALID
13	0,599	0,361	VALID
14	-0,222	0,361	TIDAK VALID
15	0,773	0,361	VALID
16	0,744	0,361	VALID
17	0,766	0,361	VALID
18	0,670	0,361	VALID
19	0,645	0,361	VALID
20	0,235	0,361	TIDAK VALID
21	-0,200	0,361	TIDAK VALID
22	0,565	0,361	VALID
23	0,778	0,361	VALID
24	0,755	0,361	VALID
25	0,151	0,361	TIDAK VALID
26	0,781	0,361	VALID
27	0,692	0,361	VALID
28	0,159	0,361	TIDAK VALID
29	0,773	0,361	VALID
30	0,912	0,361	VALID
31	0,103	0,361	TIDAK VALID
32	0,613	0,361	VALID
33	0,705	0,361	VALID
34	0,244	0,361	TIDAK VALID
35	-0,212	0,361	TIDAK VALID
36 ;	0,703	0,361	VALID
37	0,753	0,361	VALID

38	0,879	0,361	VALID
39	0,802	0,361	VALID
40	0,646	0,361	VALID
41	0,692	0,361	VALID
42	0,743	0,361	VALID
43	0,499	0,361	VALID
44	0,549	0,361	VALID
45	0,574	0,361	VALID
46	0,601	0,361	VALID
47	0,588	0,361	VALID
48	0,650	0,361	VALID
49	0,116	0,361	TIDAK VALID
50	0,235	0,361	TIDAK VALID
51	0,574	0,361	VALID
52	0,585	0,361	VALID
53	0,773	0,361	VALID
54	0,662	0,361	VALID
55	0,503	0,361	VALID
56	-0,505	0,361	TIDAK VALID
57	0,621	0,361	VALID
58	0,661	0,361	VALID
59	0,641	0,361	VALID
60	-0,821	0,361	TIDAK VALID
61	0,798	0,361	VALID
62	0,480	0,361	VALID
63	-0,585	0,361	TIDAK VALID
64	0,645	0,361	VALID
65	0,632	0,361	VALID
66	-0,562	0,361	TIDAK VALID
67	0,729	0,361	VALID
68	0,765	0,361	VALID
69	-0,666	0,361	TIDAK VALID
70	0,588	0,361	VALID
71	0,081	0,361	TIDAK VALID
72	-0,636	0,361	TIDAK VALID
73	0,785	0,361	VALID
74	0,847	0,361	VALID
75	0,577	0,361	VALID
76	0,765	0,361	VALID
77	0,203	0,361	TIDAK VALID
78	0,390	0,361	VALID

Lampiran

Matriks Penelitian

Judul	Variabel	Aspek	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Hipotesis
<p>Hubungan Regulasi Emosi Dan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Di Klinik Psikologi Ekadya Jember</p>	<p>Regulasi Emosi</p>	<p>Strategi pengaturan emosi</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan mengatasi masalah 2. Kemampuan dalam mengurangi emosi negatif 3. Kemampuan memenangkan diri dari emosi negatif dan positif 	<p>Angket / Kuesioner</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. pendekatan penelitian menggunakan kuantitatif 2. teknik pengambilan sampel yakni sampling total yaitu menggunakan seluruh populasi 	<p>H₀ : Tidak ada hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember</p> <p>H_a : Ada hubungan antara regulasi emosi dan stres</p>
		<p>Kemampuan tidak terpengaruhi emosi negatif</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. kemampuan dalam bersikap 2. kemampuan dalam berfikir 3. kemampuan dalam bertindak 			
		<p>Kemampuan dalam mengendalikan respon emosi</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. kemampuan mengendalikan respon fisiologis 2. kemampuan mengendalikan tingkah laku 3. kemampuan mengendalikan nada suara 			
		<p>Penerimaan terhadap</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. kemampuan menerima emosi negatif 2. kemampuan mengakui emosi 			

		respon emosi	negatif 3. kemampuan merasakan emosi negatif			
	Stres Pengasuhan	Stres yang ditimbulkan oleh orang tua	1. Depresi 2. Pembatasan Peran 3. Rasa Kompensi 4. Isolasi Sosial 5. Hubungan dengan pasangan 6. Kesehatan Orang tua			pengasuhan pada orang tua anak berkebutuhan khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember
		Stes yang ditimbulkan Karena perilaku anak	1. Kemampuan anak dalam beradaptasi 2. Anak suka menuntut 3. Suasana hati anak 4. Gangguan yang di alami anak			
		Stres yang ditimbulkan karena interkasi orang tua dan anak	1. Keterikatan orang tua dan anak 2. Penerimaan orang tua terhadap keadaan anak 3. Penguatan orang tua			

Lampiran

Tabulasi Data Ordina Regulasi Emosi

REGULASI EMOSI																																																					
NO	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35	X36	X37	X38	X39	X40	X41	X42	X43	X44	X45	X46	X47	TOTAL					
1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	4	4	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	130
2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	3	4	2	3	2	4	3	2	3	4	3	2	2	4	3	2	2	3	2	4	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	127	
3	2	3	2	1	4	3	4	2	2	4	4	1	4	1	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	1	4	1	3	4	3	1	4	3	4	1	3	4	3	3	1	4	3	4	4	4	3	4	140				
4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	120				
5	4	2	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	130					
6	2	3	2	3	4	3	4	2	2	4	4	3	4	3	2	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	1	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	156			
7	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	154				
8	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	134				
9	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	2	3	136				
10	2	3	2	1	4	3	4	2	2	4	4	1	4	1	2	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	1	4	1	3	4	3	2	4	3	4	2	3	4	3	3	1	4	3	4	4	3	4	142				
11	2	2	2	3	1	2	4	4	4	1	1	1	4	1	1	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	2	2	4	2	4	130				
12	2	3	2	4	2	3	2	3	4	2	2	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	2	3	4	2	2	3	4	3	4	2	3	145				
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	140			
14	2	4	2	3	4	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	2	2	4	2	2	3	2	2	4	3	2	4	3	2	4	4	3	2	2	4	2	4	139			
15	2	3	2	1	4	3	4	2	2	4	4	1	4	1	2	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	2	3	4	3	2	4	3	2	4	3	4	2	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	145		
16	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	4	2	2	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	3	3	2	2	3	3	136			
17	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	2	4	3	2	2	2	4	3	3	2	1	1	4	1	1	1	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	137			
18	2	3	2	1	4	3	4	2	2	4	4	1	4	1	2	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	150			
19	4	2	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	4	4	2	4	4	3	2	4	2	3	2	4	3	2	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	131			
20	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	135		
21	2	3	2	1	4	3	4	2	2	4	4	2	4	2	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	2	3	4	3	2	4	3	4	2	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	147		
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	136		
23	2	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	2	4	4	3	2	2	4	3	2	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	4	2	4	128		
24	4	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	3	4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	3	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	138		
25	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	125		
26	2	2	2	3	1	2	4	4	4	2	2	2	4	2	2	3	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	3	3	4	2	4	2	2	3	2	4	4	2	4	4	3	3	4	2	2	4	2	4	134			
27	4	2	3	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	128		
28	3	1	3	3	2	2	2	3	3	1	2	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	2	3	3	4	3	4	131			
29	3	1	3	4	3	3	3	1	4	3	3	2	4	2	2	2	2	2	3	1	3	3	4	1	3	2	3	2	2	4	3	2	4	3	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	4	3	3	4	125			
30	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	135	
31	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	4	3	2	2	3	2	4	2	4	2	3	2	2	4	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	137		
32	4	2	3	4	2	3	4	2	4	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	146		
33	4	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	2	4	3	2	2	4	3	3	4	2	2	4	2	4	142			
34	2	3	2	4	2	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	4	3	1	2	3	4	128			
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	138		
36	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	4	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	130			
37	1	1	3	4	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	3	2	4	2	3	2	4	2	3	2	4	2	3	3	2	4	2	3	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	4	3	125			
38	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2																

Lampiran

Tabulasi Data Interval Regulasi Emosi

REGULASI EMOSI

Succesive Interval																																																
X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	X31	X32	X33	X34	X35	X36	X37	X38	X39	X40	X41	X42	X43	X44	X45	X46	X47	TOTAL	X
3,35	2,83	4,11	2,56	3,30	1,00	3,15	3,23	3,28	3,30	3,56	4,08	1,00	4,22	3,09	2,34	4,39	4,59	1,00	2,93	2,39	3,22	1,00	4,11	1,00	2,07	3,12	3,10	1,00	2,19	1,00	3,30	2,17	2,46	2,19	3,20	2,64	2,64	3,30	3,13	3,10	2,56	2,58	2,75	2,17	1,00	1,00	125,70	
2,25	1,80	4,11	2,56	2,21	1,00	2,17	2,16	3,28	2,21	2,45	4,08	2,36	4,22	3,09	2,34	2,17	4,59	2,41	2,93	2,39	4,59	2,37	2,98	1,00	4,38	3,12	2,13	1,00	2,19	1,00	4,61	3,31	2,46	2,19	3,20	2,64	2,64	3,30	3,13	3,10	2,56	2,58	2,75	2,17	1,00	1,00	124,18	
2,25	2,83	2,64	1,00	4,49	2,50	4,27	2,16	2,22	4,49	4,71	1,00	3,75	1,00	3,09	2,34	4,39	3,25	3,81	4,91	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	1,00	4,46	1,00	2,44	3,62	2,49	1,00	4,58	3,87	3,58	1,00	4,11	3,91	3,30	3,13	1,00	3,86	4,01	3,88	3,37	2,47	2,60	143,92	
3,35	2,83	4,11	2,56	4,49	1,00	3,15	3,23	3,28	4,49	2,45	1,91	2,36	1,95	3,09	2,34	1,00	2,06	2,41	2,93	2,39	2,02	2,37	2,98	1,00	2,07	3,12	2,13	1,00	2,19	1,00	2,12	3,31	2,46	2,19	2,04	2,64	2,64	3,30	2,02	3,10	3,56	2,58	2,75	2,17	1,00	1,00	115,13	
4,49	1,80	4,11	2,56	2,21	2,50	4,27	2,16	3,28	2,21	2,45	1,91	2,36	1,95	3,09	2,34	3,18	2,06	2,41	2,93	2,39	2,02	2,37	2,98	2,46	2,07	3,12	3,10	2,44	2,19	2,49	2,12	3,31	3,87	3,58	2,04	4,11	2,64	3,30	3,13	3,10	3,86	4,01	3,88	2,17	2,47	1,00	129,09	
2,25	2,83	2,64	2,56	4,49	2,50	4,27	2,16	2,22	4,49	4,71	2,86	3,75	2,95	3,09	1,00	4,39	3,25	3,81	4,91	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	1,00	4,46	4,17	2,44	3,62	2,49	3,30	4,58	3,87	3,58	3,20	4,11	3,91	4,59	4,42	3,10	3,86	4,01	3,88	3,37	2,47	2,60	160,28	
3,35	2,83	4,11	2,56	3,30	2,50	3,15	3,23	4,50	3,30	3,56	1,91	3,75	1,95	4,53	3,73	4,39	4,59	3,81	4,09	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	3,14	3,12	3,10	2,44	2,19	2,49	2,12	3,31	3,87	3,58	2,04	4,11	3,91	3,30	3,13	1,87	3,86	4,01	3,88	3,37	2,47	2,60	159,45	
3,35	4,22	2,64	2,56	3,30	2,50	3,15	4,42	3,28	3,30	3,56	2,86	2,36	2,95	3,09	2,34	3,18	3,25	2,41	2,93	2,39	3,22	3,37	2,98	2,46	3,14	1,96	3,10	2,44	2,19	2,49	3,30	2,17	3,87	2,19	3,20	4,11	2,64	3,30	2,02	3,10	2,56	4,01	1,00	2,17	2,47	1,00	133,50	
3,35	4,22	2,64	2,56	3,30	1,00	3,15	4,42	3,28	4,49	4,71	2,86	2,36	2,95	3,09	2,34	3,18	3,25	2,41	2,93	2,39	3,22	2,37	2,98	1,00	3,14	1,96	4,17	2,44	3,62	1,00	3,30	3,31	2,46	2,19	3,20	2,64	2,64	4,59	2,02	3,10	2,56	2,58	3,88	2,17	1,00	1,00	133,41	
2,25	2,83	2,64	1,00	4,49	2,50	4,27	2,16	2,22	4,49	4,71	1,00	3,75	1,00	3,09	2,34	4,39	3,25	3,81	4,91	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	1,00	4,46	1,00	2,44	3,62	2,49	2,12	4,58	3,87	3,58	2,04	4,11	3,91	3,30	3,13	1,00	3,86	4,01	3,88	3,37	2,47	2,60	146,08	
2,25	1,80	2,64	2,56	1,00	1,00	4,27	4,42	4,50	1,00	1,00	1,00	3,75	1,00	1,00	3,73	4,39	2,06	3,81	2,93	3,83	3,22	3,75	2,98	1,00	3,14	3,12	4,17	1,00	3,62	1,00	2,12	3,31	2,46	3,58	4,56	2,64	3,91	4,59	3,13	3,10	3,86	2,58	1,92	3,37	1,00	2,60	128,51	
2,25	2,83	2,64	3,92	2,21	2,50	2,17	3,23	4,50	2,21	2,45	2,86	2,36	2,95	4,53	3,73	2,17	3,25	2,41	4,09	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	3,14	4,46	4,17	2,44	3,62	2,49	3,30	4,58	3,87	3,58	3,20	4,11	3,91	2,14	2,02	3,10	3,86	4,01	3,88	1,00	2,47	2,60	147,94	
3,35	2,83	4,11	2,56	3,30	2,50	3,15	3,23	3,28	3,30	3,56	2,86	2,36	2,95	3,09	3,73	3,18	4,59	2,41	2,93	2,39	3,22	2,37	2,98	2,46	3,14	3,12	3,10	2,44	2,19	2,49	3,30	3,31	3,87	2,19	3,20	4,11	2,64	3,30	3,13	3,10	2,56	4,01	2,75	2,17	2,47	1,00	140,26	
2,25	4,22	2,64	2,56	4,49	1,00	4,27	3,23	4,50	3,30	3,56	2,86	1,00	2,95	4,53	3,73	3,18	3,25	3,81	4,09	3,83	3,22	1,00	4,11	1,00	3,14	4,46	2,13	1,00	3,62	1,00	3,30	2,17	2,46	3,58	3,20	2,64	2,64	2,14	4,42	4,86	2,56	2,58	1,92	3,37	1,00	2,60	139,40	
2,25	2,83	2,64	1,00	4,49	2,50	4,27	2,16	2,22	4,49	4,71	1,00	3,75	1,00	3,09	2,34	4,39	3,25	3,81	4,91	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	2,07	4,46	2,13	2,44	3,62	2,49	2,12	4,58	3,87	3,58	2,04	4,11	3,91	3,30	3,13	1,87	3,86	4,01	3,88	3,37	2,47	2,60	149,15	
3,35	2,83	2,64	2,56	2,21	2,50	3,15	3,23	3,28	2,21	4,71	2,86	1,00	2,95	3,09	2,34	4,39	3,25	1,00	2,93	2,39	4,59	1,00	2,98	3,93	3,14	3,12	2,13	2,44	2,19	4,06	3,30	4,58	3,87	2,19	4,56	4,11	3,91	2,14	4,87	2,56	4,01	1,92	1,00	2,47	1,00	136,34		
3,35	2,83	4,11	3,92	3,30	4,10	3,15	3,23	4,50	3,30	3,56	2,86	2,36	2,95	3,09	2,34	3,18	3,25	2,41	2,93	3,83	3,22	2,37	2,98	3,93	2,07	1,96	2,13	3,87	2,19	2,49	3,30	3,31	3,87	1,00	1,00	1,00	3,30	4,13	3,10	3,86	5,61	3,88	2,17	4,00	2,60	139,49		
2,25	2,83	2,64	1,00	4,49	2,50	4,27	2,16	2,22	4,49	4,71	1,00	3,75	1,00	3,09	1,00	4,39	3,25	3,81	4,91	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	2,07	4,46	3,10	2,44	3,62	2,49	3,30	4,58	3,87	3,58	3,20	4,11	3,91	4,59	4,42	3,10	3,86	4,01	3,88	3,37	2,47	2,60	154,92	
4,49	1,80	4,11	3,92	3,30	2,50	2,17	2,16	2,22	3,30	3,56	1,91	2,36	1,95	3,09	3,73	4,39	2,06	2,41	2,93	3,83	3,22	3,75	2,98	2,46	2,07	4,46	3,10	2,44	3,62	2,49	2,12	2,17	2,46	1,00	2,04	2,64	1,76	3,30	3,13	3,10	3,86	4,01	2,75	2,17	2,47	2,60	131,79	
3,35	2,83	4,11	3,92	3,30	1,00	3,15	3,23	4,50	3,30	4,71	2,86	1,00	1,95	3,09	3,73	4,39	3,25	2,41	4,91	2,39	4,59	2,37	2,98	1,00	3,14	3,12	3,10	1,00	1,00	3,30	3,31	2,46	2,19	3,20	2,64	2,64	2,14	2,02	3,10	3,86	2,58	2,75	2,17	1,00	2,60	132,63		
2,25	2,83	2,64	1,00	4,49	2,50	4,27	2,16	2,22	4,49	4,71	1,91	3,75	1,95	3,09	2,34	4,39	3,25	3,81	4,91	3,83	3,22	3,75	4,86	2,46	2,07	4,46	2,13	2,44	3,62	2,49	2,12	4,58	3,87	3,58	2,04	4,11	3,91	3,30	3,13	1,87	3,86	4,01	3,88	3,37	2,47	2,60	151,01	
3,35	2,83	4,11	2,56	3,30	2,50	3,15	3,23	3,28	3,30	3,56	2,86	2,36	2,95	3,09	2,34	3,18	3,25	2,41	2,93	2,39	3,22	2,37	2,98	2,46	3,14	3,12	3,10	2,44	2,19	2,49	3,30	3,31	3,87	2,19	3,20	4,11	2,64	2,14	3,13	3,10	2,56	4,01	2,75	1,00	2,47	1,00	135,19	
2,25	2,83	4,11	3,92	3,30	1,00	2,17	3,23	4,50	3,30	3,56	4,08	2,36	4,22	3,09	3,73	3,18	4,59	2,41	2,93	3,83	4,59	2,37	2,98	1,00	4,38	3,12	2,13	1,00	3,62	1,00	3,30	3,31	2,46	1,00	2,04	2,64	1,00	1,00	1,00	2,58	2,75	3,37	1,00	2,60	128,16			
4,49	4,22	2,64	3,92	2,21	1,00	4,27	4,42	4,50	2,21	2,45	4,08	2,36	4,22	3,09	3,73	4,39	4,59	2,41	2,93	3,83	4,59	2,37	2,98	1,00	4,38	3,12	2,13	1,00	3,62	1,00	4,61	3,31	2,46	3,58	4,56	2,64	1,76	2,14	2,02	1,87	1,69	2,58	2,75	1,00	1,00	2,60	138,74	
3,35	2,83	4,11	2,56	4,49	1,00	3,15	3,23	4,28	4,49	2,45	1,91	2,36	1,95	3,09	2,34	4,39	2,06	2,41	2,93	2,39	2,02	2,37	2,98	1,00	2,07	4,46	2,13	1,00	3,62	1,00	2,12	3,31	2,46	2,19	2,04	2,64	2,64	3,30	2,02	3,10	2,56	2,58	2,75	2,17	1,00	1,00	121,31	
2,25	1,80	2,64	2,56	1,00	1,00	4,27	4,42	4,50	2,21	2,45	1,91	3,75	1,95	3,09	2,34	4,39	2,06	3,81	2,93	3,83	2,02	3,75	2,98	1,00	3,14	3,12	4,17	1,00	3,62	1,00	2,12	3,31	2,46	3,58	4,56	2,64	3,91	4,59	3,13	3,10	3,86	2,58	1,92	3,37	1,00	2,60	133,73	
4,49	1,80	4,11	2,56	2,21	2,50	4,27	2,16	3,28	2,21	2,45	1,91	2,36	1,95	3,09	2,34	3,18	2,06	2,41	2,93	2,39	2,02	2,37	2,98	2,46	2,07	3,12	3,10	2,44	2,19	2,49	2,12	3,31	3,87	2,19	2,04	4,11	2,64	3,30	3,13	3,10								

Lampiran

Tabulasi Data Interval Stres Pengasuhan

STRES PENGASUHAN																																																										
Successive Interval																																																										
Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Y27	Y28	Y29	Y30	Y31	Y32	Y33	Y34	Y35	Y36	Y37	Y38	Y39	Y40	Y41	Y42	Y43	Y44	Y45	Y46	Y47	Y48	Y49	Y50	Y51	Y52	Y53	Y54	Y55	TOTAL	Y		
2,66	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,63	2,96	3,00	2,19	2,26	2,25	3,28	3,40	2,14	3,08	3,19	1,00	3,21	2,05	3,07	3,63	1,00	2,07	3,25	4,43	2,54	3,10	3,25	3,49	1,00	2,05	3,14	2,16	2,27	2,19	1,00	1,00	2,25	2,04	2,18	2,31	3,34	3,39	2,22	2,26	2,45	2,25	3,03	3,09	2,24	3,26	2,37	129,60		
3,68	1,99	2,09	1,00	3,01	3,72	1,00	2,33	2,63	2,96	3,00	3,22	4,11	2,25	2,18	1,00	3,03	4,09	1,00	3,43	3,21	2,86	4,06	3,63	2,08	2,07	3,25	2,31	2,54	1,00	3,25	3,49	2,10	2,05	4,00	3,24	3,26	1,00	2,93	3,41	2,25	3,09	3,24	1,00	3,34	1,00	3,31	1,00	1,00	1,00	3,03	1,00	1,00	3,26	1,00	136,99			
3,68	1,99	2,09	1,00	3,01	3,72	1,00	2,33	2,63	2,96	3,00	3,22	4,11	2,25	2,18	2,27	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	4,06	3,63	2,08	2,07	4,15	2,31	2,54	1,00	3,25	3,49	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,93	3,41	2,25	3,09	3,24	1,00	3,34	1,00	3,31	1,00	1,00	1,00	3,03	1,00	1,00	3,26	1,00	115,39		
3,68	2,90	3,15	3,14	3,01	3,72	2,16	1,00	2,63	3,90	1,00	2,19	2,26	2,25	2,18	2,27	2,14	2,15	2,09	3,43	4,20	2,86	4,06	4,65	2,08	1,00	4,15	1,00	2,54	2,12	3,25	4,56	2,10	1,00	4,00	1,00	4,17	2,19	2,93	4,37	2,25	2,04	1,00	2,31	4,42	2,21	1,00	1,00	1,00	2,25	4,24	2,09	2,24	4,42	1,00	142,95			
2,66	2,90	3,15	2,20	3,01	3,72	3,13	3,62	2,63	2,96	3,00	3,22	3,20	3,50	3,28	3,40	3,03	1,00	2,09	2,19	1,00	1,00	2,51	1,00	2,07	3,25	1,00	4,08	3,10	1,00	2,34	1,00	2,05	1,00	2,16	2,27	2,19	1,94	2,34	1,00	1,00	2,18	2,31	1,00	1,00	2,22	1,00	2,45	2,25	3,03	3,09	2,24	1,00	2,37	123,04				
3,68	1,99	2,09	1,00	3,01	3,72	1,00	2,00	2,63	1,00	1,00	1,00	4,11	2,25	2,18	1,00	1,00	4,09	1,00	1,00	1,00	4,06	4,65	3,09	2,07	4,15	1,00	2,54	1,00	1,00	4,56	3,06	2,05	4,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	4,37	3,42	2,04	1,00	1,00	1,00	2,21	1,00	1,00	3,90	1,00	1,00	1,00	1,00	3,63	110,54			
1,95	1,99	2,09	1,00	2,00	2,02	1,00	1,00	2,63	1,00	1,00	2,19	2,26	2,25	2,18	2,27	2,14	2,05	3,19	3,43	2,23	1,00	2,19	2,51	1,00	2,07	2,36	1,00	2,54	3,10	3,25	3,49	1,00	3,03	2,26	1,00	2,27	1,00	2,27	1,00	2,93	3,41	2,25	3,09	1,00	3,47	2,25	3,39	1,00	3,47	2,45	2,25	2,04	1,00	3,16	2,18	2,37	107,93	
1,95	1,99	2,09	1,00	3,14	3,01	2,02	1,00	3,62	2,63	2,12	3,98	2,19	2,26	1,00	1,00	3,40	3,03	2,15	1,00	2,19	2,23	2,86	2,19	3,63	2,08	3,06	2,36	3,41	2,54	1,00	3,25	3,49	2,10	3,03	2,26	1,00	2,27	1,00	2,93	3,41	2,25	3,09	1,00	3,47	2,25	3,39	1,00	3,47	2,45	3,22	2,04	1,00	3,16	2,18	2,37	130,13		
1,95	1,99	2,09	1,00	3,14	3,01	2,02	1,00	3,62	2,63	2,12	3,98	2,19	2,26	1,00	1,00	3,40	3,03	2,15	1,00	1,00	2,23	2,86	2,19	3,63	2,08	1,00	2,36	3,41	2,54	1,00	3,25	3,49	2,10	1,00	2,26	1,00	2,27	1,00	2,93	3,41	2,25	3,09	1,00	3,47	2,25	3,39	1,00	3,47	2,45	3,22	2,04	1,00	3,16	2,18	2,37	124,86		
1,95	2,90	3,15	2,20	1,00	2,02	1,00	2,33	2,63	2,12	2,13	2,19	2,26	3,50	3,28	2,27	1,00	2,15	1,00	1,00	2,23	1,00	2,19	2,51	1,00	2,07	2,36	2,31	2,54	1,00	3,25	2,34	1,00	3,03	2,26	3,24	2,27	1,00	2,93	2,34	1,00	1,00	1,00	1,00	2,25	2,21	1,00	1,00	2,45	1,00	2,04	1,00	1,00	2,18	2,37	107,44			
1,95	1,00	2,09	2,20	2,11	1,00	4,39	2,33	4,20	2,96	3,00	3,22	3,20	3,50	3,28	1,00	2,14	2,15	4,71	1,00	3,21	2,86	2,19	3,63	2,08	4,27	2,36	2,31	2,54	4,31	1,99	3,49	1,00	4,27	2,26	4,62	1,00	4,50	1,94	3,41	1,00	3,09	2,18	1,00	2,25	1,00	2,22	2,26	2,45	1,00	1,00	4,50	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	136,62	
3,68	4,24	4,49	2,20	2,11	2,02	3,13	2,33	4,20	1,00	2,13	2,19	2,26	2,25	4,66	2,27	2,14	2,15	3,19	1,00	4,20	1,00	4,06	3,63	4,40	3,06	4,15	2,31	2,54	3,10	3,25	3,49	4,27	3,03	1,00	1,00	2,27	1,00	1,00	1,00	2,25	2,04	2,18	3,47	3,34	3,39	4,49	2,26	3,90	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	142,24
1,95	1,00	2,09	1,00	1,00	2,02	1,00	1,00	2,63	2,12	1,00	2,19	2,26	2,25	2,18	2,27	1,00	2,15	3,19	3,43	3,21	1,00	3,07	2,51	3,09	3,06	2,36	1,00	2,54	3,10	3,25	2,34	1,00	3,03	2,26	1,00	2,27	1,00	1,94	2,34	3,42	2,04	1,00	2,31	2,25	2,21	3,31	3,47	2,45	2,25	3,03	3,09	1,00	2,18	2,37	119,47			
2,66	1,99	2,09	1,00	1,00	2,76	2,16	3,62	4,20	2,12	2,13	2,19	3,20	2,25	2,18	1,00	1,00	3,08	3,19	2,19	2,23	1,00	3,07	2,51	2,08	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	2,34	2,10	3,03	3,14	2,16	2,27	3,24	2,93	3,34	2,25	2,04	2,18	1,00	2,25	2,21	2,22	3,47	2,45	1,00	2,04	3,09	1,00	2,18	4,80	102,62			
2,66	2,90	3,15	1,00	1,00	2,02	2,16	1,00	2,63	1,00	1,00	1,00	2,26	3,50	1,00	1,00	1,00	3,08	2,09	2,19	2,23	1,00	3,07	2,51	1,00	1,00	3,25	2,31	1,00	2,12	1,99	1,00	2,20	2,05	2,26	2,16	1,00	2,19	2,93	2,34	1,00	3,09	1,00	2,31	2,25	2,21	2,22	1,00	3,90	1,00	2,04	1,00	2,24	3,26	3,63	109,29			
2,66	2,90	3,15	2,20	3,01	2,00	1,00	1,00	2,63	2,12	3,00	3,22	3,20	3,50	3,28	3,40	3,03	3,08	2,09	2,19	2,23	2,86	3,07	3,63	3,09	1,00	3,25	3,41	4,08	2,12	3,25	3,49	3,06	1,00	3,14	2,16	2,27	1,00	1,94	3,34	2,25	1,00	1,00	2,25	3,39	2,22	2,26	2,45	2,25	4,09	2,24	4,12	1,00	2,37	127,01				
1,95	1,99	2,09	2,20	1,00	2,02	2,16	1,00	4,20	2,96	1,00	3,22	2,26	2,25	2,18	2,27	1,00	2,15	3,19	2,19	3,21	1,00	2,19	2,51	1,00	2,07	2,36	1,00	4,08	3,10	3,25	2,34	1,00	2,05	2,26	2,16	3,26	3,24	2,93	2,34	1,00	1,00	2,18	1,00	3,34	2,21	2,22	2,26	2,45	1,00	3,03	3,09	1,00	3,26	2,37	122,02			
3,68	1,99	2,09	2,20	1,00	2,76	2,16	3,62	2,96	1,00	3,22	3,20	2,25	1,00	1,00	1,00	3,08	1,00	3,43	3,21	1,00	3,07	3,63	1,00	2,07	4,15	1,00	1,00	1,00	1,00	3,25	3,49	1,00	2,05	3,14	3,24	3,26	1,00	2,00	2,93	3,41	1,00	4,42	3,24	1,00	1,00	3,34	2,21	3,31	3,47	2,45	2,25	1,00	1,00	3,26	1,00	119,13		
3,68	1,99	2,09	2,20	1,00	3,72	2,16	2,33	2,63	2,96	3,00	1,00	4,11	1,00	3,28	3,40	1,00	4,09	2,09	3,43	3,21	1,00	4,06	2,51	2,08	3,06	4,15	2,31	2,54	2,12	1,99	2,34	2,10	1,00	4,00	3,24	3,26	2,19	1,94	2,34	2,25	2,04	1,00	1,00	2,25	2,21	2,22	2,26	2,45	1,00	1,00	2,09	3,16	3,26	2,37	133,17			
1,95	2,90	3,15	2,20	1,00	2,02	2,16	2,33	2,63	2,96	2,13	3,22	2,26	3,50	3,28	2,27	1,00	2,15	2,09	2,19	3,21	1,00	2,19	2,51	1,00	3,06	2,36	2,31	2,54	2,12	1,99	2,34	1,00	3,03	2,26	2,16	3,26	2,19	1,94	2,34	1,00	1,00	2,18	2,31	3,34	3,39	2,22	2,26	3,90	2,25	3,03	2,09	2,24	3,26	3,63	130,27			
1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,13	2,33	2,63	3,90	3,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	3,19	2,19	2,23	1,00	2,19	2,51	2,08	3,06	2,36	1,00	2,54	1,00	3,25	2,34	2,10	3,03	2,26	2,16	4,17	3,24	2,93	2,34	1,00	3,09	2,18	1,00	1,00	3,39	2,22	2,26	3,90	2,25	2,04	3,09	1,00	1,00	3,26	3,63	114,18		
2,66	2,90	3,15	2,20	1,00	2,76	2,16	3,62	2,96	1,00	3,22	2,26	2,25	2,18	2,27	1,00	3,08	2,09	2,19	2,23	1,00	3,07	2,51	3,09	1,00	3,25	2,31	2,54	2,12	1,99	2,34	3,06	1,00	3,14	3,24	2,27	2,19	1,94	2,34	2,25	2,04	2,18	2,31	3,34	3,39	3,31	1,00	2,45	2,25	2,04	2,09	1,00	2,18	2,37	123,69				
3,68	2,90	3,15	4,16	1,00	3,72	3,13	2,33	2,63	2,12	2,13	2,19	2,26	3,50	3,28	4,58	2,14	4,09	3,19	2,19	2,23	1,00	1,00	1,00	3,09	3,06	2,36	2,31	2,54	3,10	1,00	2,34	3,06	3,03	4,00	2,16	2,27	3,24	4,32	2																			

Lampiran

DISTRIBUSI NILAI r_{tabel} SIGNIFIKANSI 5% dan 1%

N	The Level of Significance		N	The Level of Significance	
	5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	38	0.320	0.413
4	0.950	0.990	39	0.316	0.408
5	0.878	0.959	40	0.312	0.403
6	0.811	0.917	41	0.308	0.398
7	0.754	0.874	42	0.304	0.393
8	0.707	0.834	43	0.301	0.389
9	0.666	0.798	44	0.297	0.384
10	0.632	0.765	45	0.294	0.380
11	0.602	0.735	46	0.291	0.376
12	0.576	0.708	47	0.288	0.372
13	0.553	0.684	48	0.284	0.368
14	0.532	0.661	49	0.281	0.364
15	0.514	0.641	50	0.279	0.361
16	0.497	0.623	55	0.266	0.345
17	0.482	0.606	60	0.254	0.330
18	0.468	0.590	65	0.244	0.317
19	0.456	0.575	70	0.235	0.306
20	0.444	0.561	75	0.227	0.296
21	0.433	0.549	80	0.220	0.286
22	0.432	0.537	85	0.213	0.278
23	0.413	0.526	90	0.207	0.267
24	0.404	0.515	95	0.202	0.263
25	0.396	0.505	100	0.195	0.256
26	0.388	0.496	125	0.176	0.230
27	0.381	0.487	150	0.159	0.210
28	0.374	0.478	175	0.148	0.194
29	0.367	0.470	200	0.138	0.181
30	0.361	0.463	300	0.113	0.148
31	0.355	0.456	400	0.098	0.128
32	0.349	0.449	500	0.088	0.115
33	0.344	0.442	600	0.080	0.105
34	0.339	0.436	700	0.074	0.097
35	0.334	0.430	800	0.070	0.091
36	0.329	0.424	900	0.065	0.086
37	0.325	0.418	1000	0.062	0.081

Lampiran

Hasil Uji Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
REGULASI EMOSI	52	54	106	160	135.44	10.864
STRES PENGASUHAN	52	52	92	144	127.04	11.549
Valid N (listwise)	52					

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		52
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.21896996
Most Extreme Differences	Absolute	.111
	Positive	.111
	Negative	-.097
Test Statistic		.111
Asymp. Sig. (2-tailed)		.154 ^c

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.

KH ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Hasil Uji Linieritas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
STRES PENGASUHAN * REGULASI EMOSI	Between Groups	(Combined)	5666.306	30	188.877	3.493	.002
		Linearity	3356.798	1	3356.798	62.074	.000
		Deviation from Linearity	2309.508	29	79.638	1.473	.181
	Within Groups	1135.617	21	54.077			
Total			6801.923	51			

Hasil Uji Hipotesis

		REGULASI EMOSI	STRES PENGASUHAN
REGULASI EMOSI	Pearson Correlation	1	-.703**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	52	52
STRES PENGASUHAN	Pearson Correlation	-.703**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	52	52

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Lampiran

Data Responden

Nama	Jenis Kelamin	Usia	Pekerjaan	Pendidikan Terakhir
LW	Perempuan	44	Ibu rumah tangga	SMA/K
AWP	Perempuan	35	Ibu rumah tangga	Perguruan Tinggi
SF	Perempuan	27	Ibu rumah tangga	SMA/K
N	Perempuan	33	Ibu rumah tangga	Perguruan Tinggi
YR	Laki-Laki	48	ASN	Perguruan Tinggi
D	Perempuan	32	Pegawai Swasta	SMA/K
U	Perempuan	40	Wirausaha	Perguruan Tinggi
MHDR	Laki-Laki	27	Pegawai Swasta	Perguruan Tinggi
MR	Laki-Laki	27	Pegawai Swasta	Perguruan Tinggi
R	Perempuan	25	Ibu rumah tangga	SMA/K
UK	Perempuan	68	Petani	SD
Z	Perempuan	30	Ibu rumah tangga	SMA/K
T	Laki-Laki	30	pegawai	Perguruan Tinggi
PNA	Perempuan	43	Ibu rumah tangga	SMA/K
BA	Perempuan	23	Karyawan	Perguruan Tinggi
U	Perempuan	34	Ibu rumah tangga	SMA/K
YRN	Perempuan	37	Ibu rumah tangga	SMA/K
AM	Perempuan	33	ibu rumah tangga	Perguruan Tinggi
AR	Perempuan	30	Ibu Rumah Tangga	SMA/K
FS	Perempuan	39	Ibu rumah tangga	SMA/K
DWA	Perempuan	35	guru	Perguruan Tinggi
AG	Perempuan	40	Wirausaha	Perguruan Tinggi
A	Perempuan	35	Ibu rumah tangga	SMA/K
VN	Perempuan	37	Berniaga	SMA/K
NS	Perempuan	27	Ibu rumah tangga	SMA/K
SKA	Perempuan	33	Ibu rumah tangga	Perguruan Tinggi
SK	Laki-Laki	48	ASN	Perguruan Tinggi
ES	Perempuan	32	Swasta	SMA/K
IR	Perempuan	40	Karyawan	Perguruan Tinggi
IKRM	Laki-Laki	27	Karyawan	Perguruan Tinggi
ER	Laki-Laki	27	Pegawai	Perguruan Tinggi
S	Perempuan	25	Ibu rumah tangga	SMA/K
MT	Perempuan	68	Petani	SD
N	Perempuan	30	Ibu rumahtangga	SMA/K
MA	Laki-Laki	30	pegawai	Perguruan Tinggi
RN	Perempuan	43	Ibu rumah tangga	SMA/K
W	Perempuan	23	Karyawan	Perguruan Tinggi
L	Perempuan	34	Ibu rumah tangga	SMA/K
NS	Perempuan	37	Ibu rumah tangga	SMA/K
LK	Perempuan	33	ibu rumah tangga	SMA/K
SK	Perempuan	30	Ibu Rumah Tangga	SMA/K
NF	Perempuan	39	Ibu rumah tangga	SMA/K
A	Laki-Laki	35	guru	Perguruan Tinggi
RD	Laki-Laki	40	Wirausaha	Perguruan Tinggi
L	Perempuan	35	Ibu rumah tangga	SMA/K
AV	Laki-Laki	37	Berniaga / wirausaha	SMA/K
I	Perempuan	44	Ibu rumah tangga	SMA/K
DN	Perempuan	35	Ibu rumah tangga	Perguruan Tinggi
SN	Perempuan	27	Ibu rumah tangga	SMA/K
IRW	Laki-Laki	48	ASN	Perguruan Tinggi
MK	Perempuan	33	Ibu rumah tangga	Perguruan Tinggi
PM	Laki-Laki	27	Pegawai	SMA/K

Lampiran

Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136 Telp. 0331-487550
email : fakultasdakwah@uinsidq.ac.id website : <http://idakwah.uinsidq.ac.id/>

Nomor : B. 476 /Un.22/6.a/PP.00.9/ // /2023 28 November 2023
Lampiran : -
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Enyke Rosyita Diana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : RIF'ATUL KHASANAH

NIM : D20195050

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Psikologi Islam

Semester : IX (sembilan)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama \pm 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Hubungan Regulasi Emosi Dan Stress Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Di Klinik Psikologi Ekadya Jember"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.


Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik



Lampiran

Surat Selesai Penelitian



**Klinik & Konsultan Psikologi
"Ekadya"**
Diponegoro Land Cluster B-12 Kalisat - Jember Kode Pos 68193
Phone/WhatsApp: 0813 3587 3193 e-Mail: qqk@ekadya.com
Website: www.EkadyaPsikologi.com

SURAT KETERANGAN
Nomor :48/1.2/Ekadya/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :



Nama : Enyke Rosyita Diana, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Jabatan : Pimpinan Klinik Psikologi Ekadya
Alamat : Diponegoro Land Cluster B-12, Kalisat, Jember

Menerangkan dengan sebenarnya, bahwa :

Nama : Rifatul Khasanah
NIM : D20195050
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus di Klinik Psikologi Ekadya Jember

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian di Klinik Psikologi Ekadya Jember pada tanggal 11 Januari 2023 – 11 Februari 2024.
Demikian surat keterangan ini kami buat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 11 Februari 2024
Pimpinan Klinik Psikologi Ekadya



(ENYKE ROSYITA DIANA, S.Psi., M.Psi., Psikolog)

Lampiran

BIODATA PENULIS



Nama : Rif'atul Khasanah
NIM : D20195050
Tempat Tanggal Lahir : Lumajang, 10 Oktober 2000
Alamat : Dusun Wetan Sepuran, Desa Wonorejo, Kecamatan
Kedungjajang, Kabupaten Lumajang.
Fakultas : Dakwah
Prodi : Psikologi Islam
Email : Rif.atulkhasanah00@gmail.com

Riwayat Pendidikan : 1. MI Syarifuddin
2. MTs Syarifuddin
3. MA Syarifuddin
4. UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

