

**GAMBARAN REGULASI EMOSI IBU SELAMA MENDAMPINGI ANAK  
SEKOLAH DARING DI KOTA MAKASSAR**



**OLEH:**

**AYU DWI RAMADHANI**

**4516091059**

**SKRIPSI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

**2021**



**GAMBARAN REGULASI EMOSI IBU SELAMA MENDAMPINGI ANAK  
SEKOLAH DARING DI KOTA MAKASSAR**

**SKRIPSI**

**iajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar Sebagai  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

**Oleh :**

**AYU DWI RAMADHANI**

**4516091059**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR  
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

GAMBARAN REGULASI EMOSI IBU SELAMA MENDAMPINGI ANAK  
SEKOLAH DARING DI KOTA MAKASSAR

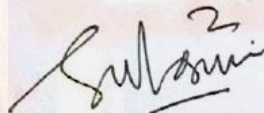
Disusun oleh:

AYU DWI RAMADHANI  
NIM 4516091059

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi  
Pada Maret 2021

Menyetujui:

Pembimbing I



Sulasmi Sudirman, S.Psi., M.A  
NIDN: 0911078501


Pembimbing II



Hasniar A. Radde, S.Psi., M.Si  
NIDN: 0920077901

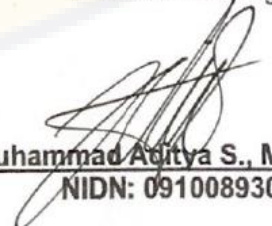
Mengetahui:

Dekan  
Fakultas Psikologi,

Musawwir, S.Psi., M.Pd  
NIDN: 092728501

Ketua Program Studi  
Fakultas Psikologi

Andi Muhammad Aditya S., M.Psi Psikolog  
NIDN: 0910089302

**HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN**  
**GAMBARAN REGULASI EMOSI IBU SELAMA MENDAMPINGI ANAK**  
**SEKOLAH DARING DI KOTA MAKASSAR**

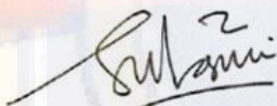
Disusun oleh:

**AYU DWI RAMADHANI**  
**NIM 4516091059**

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji  
Ujian Hasil Penelitian Pada fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

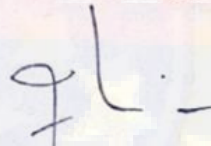
Pada Maret 2021

Pembimbing I



Sulasmi Sudirman, S.Psi., M.A  
NIDN: 0911078501

Pembimbing II



Hasniar A. Radde, S.Psi., M.Si  
NIDN: 0920077901

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar



Musawwir, S.Psi., M.Pd  
NIDN: 0927128501

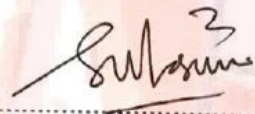
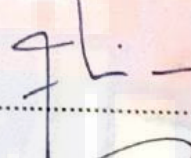
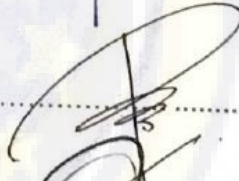
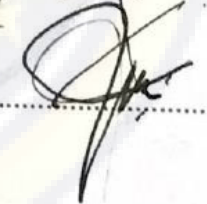
## HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata satu (S1) Psikologi terhadap atas nama:

Nama : Ayu Dwi Ramadhani  
NIM : 4516091059  
Program Studi : Psikologi  
Judul : Gambaran Regulasi Emosi Ibu Selama  
Mendampingi Anak Sekolah Daring di Kota  
Makassar

### Tim Penguji

### Tanda Tangan

1. Sulasmi Sudirman, S.Psi., M.A  
()
2. Hasniar A. Radde, S.Psi., M.A  
()
3. Musawwir, S.Psi., M.Pd  
()
4. Minarni, S.Psi., M.A  
()

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Bosowa Makassar



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Gambaran Regulasi Emosi Pada Ibu Selama Pendampingan Anak Sekolah Daring di Kota Makassar" beserta seluruh isinya adalah benar merupakan karya saya sendiri, bukan hasil plagiatisme. Saya siap menanggung resiko atau sanksi apabila didapatkan adanya perbuatan tercela yang melanggar etika keilmuan dalam karya saya, termasuk adanya klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi saya ini.

Makassar, Maret 2021



*Ayu Dwi Ramadhani*  
Ayu Dwi Ramadhani

## **PERSEMBAHAN**

Segala puju bagi Allah SWT dan baginda Rasulullah atas rahmat dan kasih sayangnya. Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua Orang Tua ku, Saudaraku, Keluarga Besarku, Sahabatku-Sahabatku, pasanganku yang selalu memberikan dukungan dan semangat, dan orang-orang yang membantu saya selama menyelesaikan skripsi ini.

UNIVERSITAS **Ayu Dwi Ramadhani**

**BOSOWA**

## MOTTO

Jangan gunakan kefasihan bicaramu (mendebat) dihadapan ibumu yang dahulu mengajarimu berbicara.

(Ali bin Abi Thalib)

Jika kau tidak suka sesuatu, ubahlah. Jika tidak bisa, maka ubahlah cara pandangmu tentangnya.

(Maya Angelou)

UNIVERSITAS

Ayu Dwi Ramadhani

**BOSOWA**



## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kami kemudahanserta salam semoga terlimpah curahkan kepada baginda tercinta kita yaitu Nabi Muhammad SAW yang kita nanti-nantikan syafa'atnya di akhirat nanti.

Penulisan skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat penyelesaian tugas akhir untuk jenjang pendidikan sarjana strata 1 (S1). Adapun judul penelitian yang diajukan yaitu "Gambaran Regulasi Emosi pada Orang Tua Selama Pendampingan Anak Sekolah Daring di Kota Makassar". Peneliti

menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Selain itu, tentunya peneliti tidak dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tanpa bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam lembaran ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT atas segala nikmat yang telah diberikan kepada peneliti berupa kesehatan, kelancaran, dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi
2. Kepada kedua orang tua peneliti yaitu Drs.Amrin M.Si dan drg.Faridawati, M.M.Kes yang sangat berjasa dalam hidup peneliti yang senantiasa memberikan dukungan doa yang tiada hentinya serta kasih dan sayang kepada peneliti.
3. Kepada saudaraku tercinta kakak Indy dan adek tercinta Aan yang selalu menghibur dan menemani peneliti mejalani masa-masa sulit selama peneliti menempuh pendidikan Psikologi.

4. Dosen Penasehat Akademik Bapak Andi Budhy Rahmat, M.Psi, Psikolog yang selalu memberikan saran dan masukan kepada peneliti sejak semester 1 hingga sekarang.
5. Ibu Sulasmi Sudirman, S.Psi., M.A selaku pembimbing I dan Bapak Andi Budhy Rahmat, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing II, dan Ibu Hasniar A Radde, S.Psi., M.Si selaku pengganti pembimbing II Terima kasih untuk kemurahan hatinya atas ilmu, waktu, dukungan, serta bimbingannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi. Terima kasih juga atas nasihat dan juga dorongan yang tiada hentinya saat peneliti berada pada titik terendah dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd dan Ibu Minarni, S.Psi., M.A selaku dewan penguji yang telah memberikan masukan, saran, serta komentar terkait penelitian ini.
7. Ibu Hasniar A Radde, S.Psi., M.Si atas waktu, ilmu, saran, serta masukan yang diberikan kepada peneliti hingga dapat menyelesaikan skala penelitian.
8. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa yang telah memberikan ilmu serta pembelajaran yang tentunya sangat berharga selama peneliti menjadi mahasiswi Psikologi.
9. Seluruh staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Bosowa yang telah membantu pengurusan administrasi peneliti selama peneliti menjadi mahasiswi Psikologi.
10. Kepada Arul yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi selama peneliti mengerjakan hingga selesai skripsi ini. Peneliti ingin mengucapkan terimakasih dan memberikan semangat agar dapat

menyelesaikan gelar sarjananya, semoga sehat selalu dan dapat membanggakan kedua orang tua serta orang-orang terdekat.

11. Sahabat-sahabatku Vira Yuniar, Astiwi Safitri, Andi Satriyani, Dita Mawardah, dan Choirunnisa Yuli Savitri sebagai bagian penting dalam prosesku. Terima kasih atas dukungan, kebaikan, serta pengalaman-pengalam berharga yang kalian berikan untukku selama menjadi mahasiswi Psikologi. Selamat yang sudah menggapai gelar S.Psi, dan semangat yang masih berjuang untuk menggapai gelar S.Psi. Semoga kita semua sukses dengan jalan dan tujuan kita masing-masing namun tetap berdampingan.
12. Aghie Aulia, Ethy Amitha, Firda Amalia selaku sahabat sekaligus saudara yang telah menemani proses penting kehidupanku. Terima kasih atas dukungan, canda tawa dikala peneliti merasa lelah dengan tugas kuliah dan juga skripsi. Selalu berdampingan baik dalam suka maupun duka. Semoga kita semua bisa sukses dan membahagiakan orang-orang sekitar.
13. Para sahabatku Dizes Brigita Oriza, Chikal Annisa, Aprilya, Annisa Anugerahwati, Bella Eka, Rahmayani, Rezky Nur Amalya, Nhurul Ramland, Andi Tria, Cintia Pratiwi, Astin Azizah, Divya Andini, Zalsa Faradilla, Andi Anugerah Ayu, Shalsa Nabila, St. Khikara Dema, Michael Hokley, Bill Al Muraj Terima kasih atas dukungan, canda tawa dikala peneliti merasa lelah dengan tugas kuliah dan juga skripsi.
14. Gita dan Chikal terimakasih atas waktu yang sangat berharga selama peneliti menempuh pendidikan S1 Psikologi, menemani, membantu, canda dan tawa selama berada diperantauan hal tersebut tidak akan pernah saya lupakan susah dan senang.

15. Kepada teman-teman kelas B dan Psysixtion 16. Terima kasih atas suka duka, perjuangan, dan kerjasamanya selama peneliti menjadi mahasiswa Psikologi. Semoga sukses selalu dan senantiasa dipermudah urusannya oleh Allah SWT.
16. Kepada Bunda-bunda responden penelitian, terima kasih telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi skala penelitian. Semoga kebaikan dan kesehatan selalu menyertai Bunda-bunda.
17. Kepada teman-teman dan semua pihak terlibat yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan dan ketulusan hatinya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Semoga sehat selalu dan senantiasa dipermudah urusannya oleh Allah SWT.

Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, dengan segala kekurangan yang ada peneliti memohon maaf yang sebesar-besarnya. Saran dan kritik terkait penelitian ini sangat dibutuhkan sebagai evaluasi untuk penulisan selanjutnya menjadi lebih baik.

**Peneliti**

**Ayu Dwi Ramadhani**

## ABSTRAK

### GAMBARAN REGULASI EMOSI IBU SELAMA MENDAMPINGI ANAK SEKOLAH DARING DI KOTA MAKASSAR

AYU DWI RAMADHANI

4516091059

FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR

[Ayudwiramadhani98@gmail.com](mailto:Ayudwiramadhani98@gmail.com)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi Ibu selama mendampingi Anak Sekolah daring di Kota Makassar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik non-probability sampling dengan jumlah sampel sebanyak 406 Ibu. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif. Nilai reliabilitas pada skala regulasi emosi sebesar 0,742. Hasil analisis deskriptif berdasarkan demografi pada kategori usia 20-30 tahun sebesar 37%, usia 31-40 tahun sebesar 48%, usia 41-50 tahun sebesar 14% dan usia 51 tahun sebesar 1%. Kategori suku Bugis sebesar 45%, suku Makassar sebesar 22%, kemudian pada suku Toraja sebesar 6% dan untuk suku lainnya sebesar 28%. Kemudian pada kategori pekerjaan pada Ibu rumah tangga sebesar 33%, pekerjaan PNS sebesar 37%, pada ibu yang bekerja wirausaha sebesar 24% dan Ibu yang memiliki pekerjaan lainnya sebesar 6%. Selanjutnya pada kategori jumlah Anak sekolah daring yang memiliki anak satu sebanyak 80%, yang memiliki anak dua sebanyak 17%, dan yang memiliki anak tiga sebanyak 3%. Pada kategori tingkat kelas Anak yaitu tingkat kelas 1-2 sebesar 24%, tingkat kelas 3-4 sebesar 33%, kemudian pada tingkat kelas 5-6 sebesar 33%, dan Ibu yang memiliki lebih dari 1 Anak sebanyak 10%. Kategori berdasarkan usia Anak 6-8 tahun sebesar 39%, usia 9-12 tahun sebesar 50%, usia anak diatas 13 tahun sebesar 0%, dan Ibu yang memiliki anak 2-3 sebesar 10%. Hasil analisis regulasi emosi *cognitive reappraisal* berdasarkan demografi empirik usia 20-30 dan 31-40 sebesar 3% berada pada kategori sangat tinggi, kategori tinggi usia 31-40 tahun sebesar 10%, kategori sedang usia 41-50 tahun sebesar 20%, kategori rendah usia 31-40 tahun sebesar 11% dan kategori sangat rendah usia 31-40 tahun sebesar 4%. Regulasi emosi berdasarkan suku Bugis sangat tinggi sebesar 3%, kategori tinggi suku Bugis sebesar 9%, kategori sedang yaitu pada suku lainnya sebesar 13%, kemudian kategori rendah yaitu pada suku Makassar sebesar 4% dan sangat rendah pada suku Toraja 0%. Demografi berdasarkan pekerjaan sangat tinggi pada Ibu rumah tangga sebesar 2%, tinggi pada PNS sebesar 8%, kategori sedang pada PNS sebesar 16%, kategori rendah pada Ibu rumah tangga sebesar 7%, dan pada kategori sangat rendah pada Ibu rumah tangga sebesar 2%. Demografi berdasarkan jumlah Anak sekolah daring pada kategori sangat tinggi satu anak sebesar 5%. Kategori tinggi satu Anak 19%. Kategori sedang anak satu sebesar 8%. Kategori rendah jumlah anak satu sebesar 17%, dan kategori sangat rendah dengan jumlah anak 4%. Kemudian demografi berdasarkan tingkat kelas anak sangat tinggi pada kelas 3-4 sebesar 8%, kategori tinggi pada kelas 3-4 sebesar 8%. Kemudian kategori sedang kelas 3-4

sebesar 16%. Kategori rendah pada kelas 5-6 sebesar 7%, dan kategori sangat rendah pada kelas 5-6 sebesar 2%. Demografi berdasarkan usia anak sangat tinggi usia 9-12 tahun sebesar 3%, kategori tinggi usia 9-12 tahun sebesar 11%, kategori sedang usia 9-12 tahun 24%, kemudian kategori rendah usia 9-12 tahun sebesar 10% dan kategori sangat rendah usia 9-12 tahun sebesar 4%. Hasil analisis regulasi emosi *expressive suppression* berdasarkan demografi empirik berdasarkan usia sangat tinggi 31-40 tahun sebesar 4%, kategori tinggi 31-40 tahun sebesar 11%, kemudian kategori sedang 31-40 tahun sebesar 19%, kategori rendah usia 31-40 tahun sebesar 10% dan kategori sangat rendah usia 31-40 tahun sebesar 3%. Demografi berdasarkan suku sangat tinggi pada suku Bugis sebesar 4%, kategori tinggi suku Bugis sebesar 10%, kategori sedang suku Bugis sebesar 17%. Kemudian kategori rendah pada suku Bugis sebesar 11%, kategori sangat rendah suku Bugis sebesar 3%. Demografi berdasarkan pekerjaan sangat tinggi pada Ibu rumah tangga sebesar 3%, kategori tinggi pada Ibu rumah tangga sebesar 7%, kemudian kategori sedang pada PNS sebesar 17%, selanjutnya kategori rendah pada PNS sebesar 8% dan kategori sangat rendah pada Ibu rumah tangga sebesar 3%. Demografi berdasarkan jumlah anak sekolah daring sangat tinggi yaitu jumlah anak satu sebesar 6%, kategori tinggi jumlah anak satu sebesar 15%, kategori sedang jumlah anak satu sebesar 36%, kemudian kategori rendah jumlah anak satu sebesar 16% dan kategori sangat rendah jumlah anak satu sebesar 6%. Demografi berdasarkan tingkat kelas anak kategori sangat tinggi kelas 1-2 sebesar 3%, kategori tinggi kelas 3-4 sebesar 7%, kemudian kategori sedang kelas 3-4 sebesar 15%. Kategori rendah kelas 3-4 sebesar 7% dan kategori sangat rendah kelas 5-6 sebesar 3%. Demografi berdasarkan usia anak kategori sangat tinggi usia 6-8 tahun sebesar 4%, kategori tinggi usia 9-12 tahun sebesar 10%, kategori sedang usia 9-12 tahun sebesar 22%. Kemudian kategori rendah usia 9-12 tahun sebesar 10% dan kategori sangat rendah usia 9-12 tahun sebesar 4%

**Kata kunci:** Regulasi emosi, Ibu, Anak sekolah daring

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN</b> .....	v
<b>PERNYATAAN</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>MOTTO</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>ABSTRAK</b> .....	xi.
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	11
A. Regulasi Emosi.....	11
1. Definisi Regulasi Emosi.....	11
2. Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	14
3. Strategi Regulasi Emosi .....	16
4. Proses Regulasi Emosi.....	18
5. Dampak Regulasi Emosi.....	20
B. Orang Tua.....	23
1. Definisi Orang Tua.....	23
2. Aspek-aspek Orang Tua.....	24
3. peran Ibu dalam Pendidikan Anak.....	25
C. Pembelajaran Daring.....	27
D. Anak.....	28
1. Pengertian Masa Kanak-Kanak.....	28
2. Perkembangan Masa Kanak-Kanak.....	29
3. Dampak Pembelajaran Daring Bagi Anak Usia SD.....	34

E. Regulasi Emosi Ibu dalam Mendampingi Anak Sekolah Daring.....	34
F. Kerangka Berpikir.....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>39</b>
A. Metode Penelitian.....	39
B. Variabel Penelitian.....	39
C. Definisi Konseptual dan Operasional.....	39
1. Definisi Konseptual.....	39
2. Definisi Operasional.....	40
D. Populasi dan Sampel.....	40
1. Populasi.....	40
2. Sampel.....	40
3. Teknik Pengumpulan Sampel.....	41
E. Teknik Pengumpulan Data.....	42
1. Skala Regulasi Emosi.....	42
F. Uji Instrumen.....	43
1. Proses Adaptasi Skala.....	43
2. Uji Validitas.....	43
3. Uji Reliabilitas.....	46
G. Teknik Analisis Data.....	47
H. Jadwal Penelitian.....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
A. Hasil Penelitian.....	48
1. Deskriptif Demografi.....	48
2. Deskriptif Regulasi Emosi.....	52
3. Deskriptif Variabel Berdasarkan Tingkat Skor.....	52
4. Deskriptif Variabel Berdasarkan Demografi Empirik.....	58
5. Deskriptif Regulasi Emosi Berdasarkan Demografi Hipotetik.....	73
B. Pembahasan.....	84
C. Keterbatasan Secara Ilmiah dan Generalisasi.....	101
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>102</b>
A. Kesimpulan.....	102
B. Saran.....	104
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>105</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Regulasi Emosi .....	43
Tabel 3.2 Blueprint Skala Regulasi Emosi.....	46
Tabel 3.3 Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	46
Tabel 4.1 Kategori Skor Berdasarkan Empirik.....	52
Tabel 4.2 Kategori Skor Berdasarkan Hipotetik.....	52
Tabel 4.3 Hasil Analisis Regulasi Emosi Empirik .....	53
Tabel 4.4 Hasil Analisis Regulasi Emosi Hipotetik .....	53
Tabel 4.5 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Empirik.....	53
Tabel 4.6 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Hipotetik.....	54
Tabel 4.7 Hasil Analisis Regulasi Emosi Berdasarkan Empirik.....	55
Tabel 4.8 Hasil Analisis Regulasi Emosi Berdasarkan Hipotetik.....	56
Tabel 4.9 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Empirik.....	56
Tabel 4.10 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Hipotetik.....	56

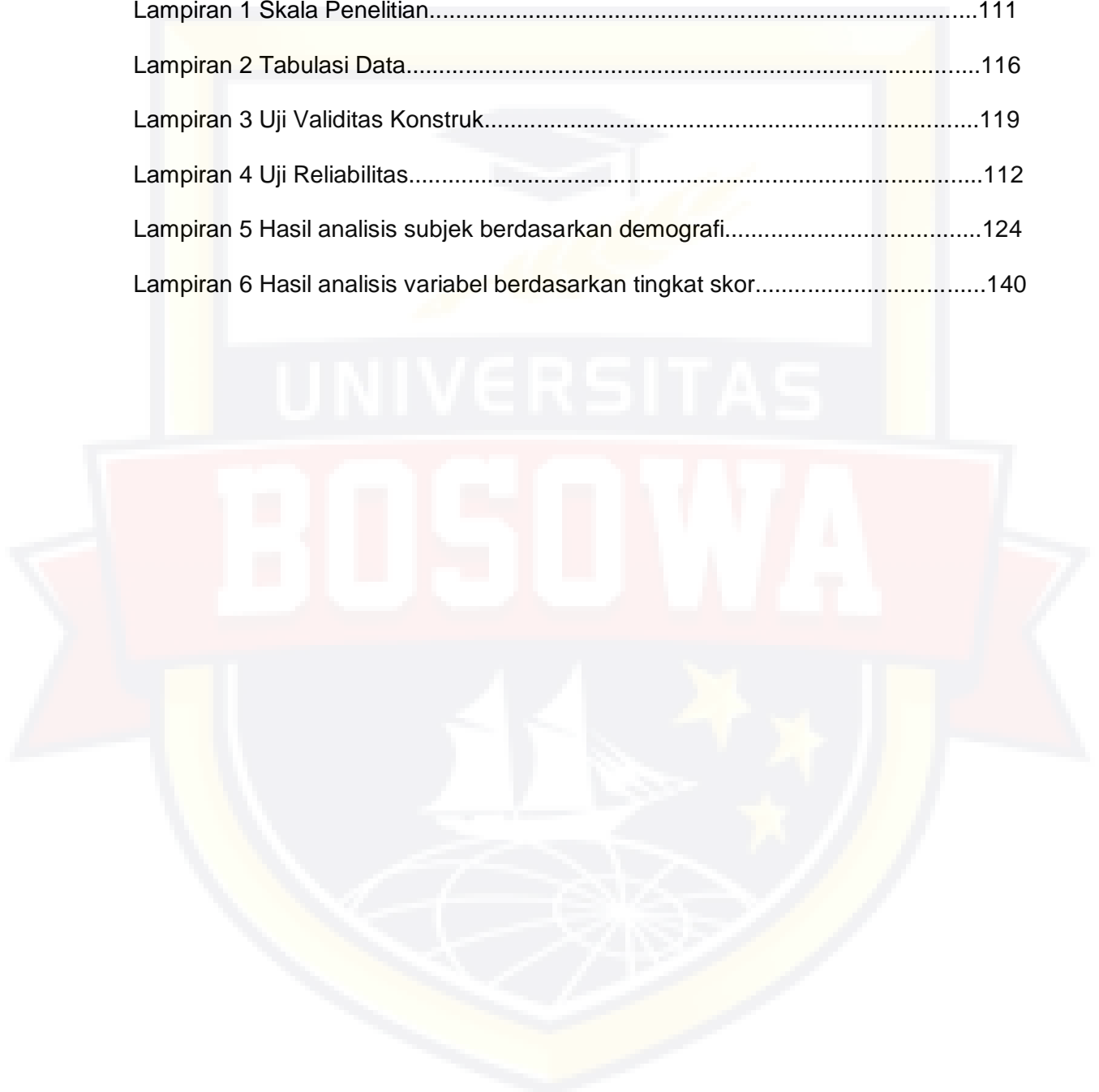
## DAFTAR GAMBAR

Diagram 4.1 Deskriptif Subjek Berdasarkan Usia.....	48
Diagram 4.2 Deskriptif Subjek Berdasarkan Suku.....	49
Diagram 4.3 Deskriptif Subjek Berdasarkan Pekerjaan.....	49
Diagram 4.4 Deskriptif Subjek Berdasarkan Jumlah Anak Sekolah Daring.....	50
Diagram 4.5 Deskriptif subjek Tingkat Kelas Anak.....	50
Diagram 4.6 Deskriptif subjek Berdasarkan Usia Anak.....	51
Gambar 4.7 Diagram berdasarkan Katergori Empirik.....	54
Gambar 4.8 Diagram Kategorisasi berdasarkan Hipotetik.....	55
Gambar 4.9 Diagram berdasarkan Kategorisasi Empirik.....	57
Gambar 4.10 Diagram berdasarkan kategorisasi Hipotetik.....	57
Gambar 4.11 Diagram berdasarkan usia.....	58
Gambar 4.12 Diagram berdasarkan Suku.....	59
Gambar 4.13 Diagram berdasarkan Pekerjaan.....	60
Gambar 4.14 Diagram berdasarkan Jumlah Anak Sekolah Daring.....	62
Gambar 4.15 Diagram berdasarkan Tingkat Kelas Anak.....	63
Gambar 4.16 Diagram berdasarkan Usia Anak.....	64
Gambar 4.17 Diagram berdasarkan Usia.....	66
Gambar 4.18 Diagram berdasarkan Suku.....	67
Gambar 4.19 Diagram berdasarkan Pekerjaan.....	68
Gambar 4.20 Diagram berdasarkan Jumlah Anak.....	69
Gambar 4.21 Diagram berdasarkanTingkat Kelas Anak.....	70
Gambar 4.22 Diagram berdasarkan Usia Anak.....	71

Gambar 4.23 Diagram berdasarkan Usia.....	73
Gambar 4.24 Diagram berdasarkan Suku.....	74
Gambar 4.25 Diagram berdasarkan Pekerjaan.....	75
Gambar 4.26 Diagram berdasarkan Jumlah Anak.....	76
Gambar 4.27 Diagram berdasarkan Tingkat Kelas Anak.....	77
Gambar 4.28 Diagram berdasarkan Usia Anak.....	78
Gambar 4.29 Diagram berdasarkan Usia.....	79
Gambar 4.30 Diagram berdasarkan Suku.....	80
Gambar 4.31 Diagram berdasarkan Pekerjaan.....	81
Gambar 4.32 Diagram berdasarkan Jumlah Anak.....	82
Gambar 4.33 Diagram berdasarkan Tingkat Kelas.....	82
Gambar 4.34 Diagram berdasarkan Usia Anak.....	83

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian.....	111
Lampiran 2 Tabulasi Data.....	116
Lampiran 3 Uji Validitas Konstruk.....	119
Lampiran 4 Uji Reliabilitas.....	112
Lampiran 5 Hasil analisis subjek berdasarkan demografi.....	124
Lampiran 6 Hasil analisis variabel berdasarkan tingkat skor.....	140



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting bagi setiap orang, karena bermanfaat bukan hanya untuk diri sendiri melainkan untuk kemajuan bangsa dan negara. Hal tersebut sesuai dengan peraturan pemerintah dalam Undang-undang No. 20 tahun 2003 bahwa pendidikan merupakan salah satu cara untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran bagi siswa secara aktif, guna meningkatkan kemampuan diri agar mempunyai kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, karakter, kecerdasan, ahlak mulia, dan keahlian yang dibutuhkan untuk dirinya, masyarakat bangsa serta negara (Jelantik, 2015).

Menuntut ilmu wajib bagi setiap orang dan bisa dilakukan dimanapun dan kapanpun dengan satu syarat yaitu kemauan. Seperti salah satu pepatah yang menyatakan bahwa "Tuntutlah ilmu setinggi langit". Mengapa setinggi langit? karena langit tidak dapat diukur dan tidak ada batasnya" (Kompasiana.com). hal tersebut berarti bahwa menimbah ilmu tidak ada batasnya selama kita masih hidup maka carilah ilmu dimanapun itu dan ilmu dapat kita peroleh dimana saja, salah satunya adalah sekolah. Sekolah merupakan tempat menuntut ilmu namun, bukan hanya itu saja sekolah juga merupakan tempat belajar untuk mengetahui apa saja potensi yang dimiliki dan tempat guru dan siswa untuk saling mempelajari satu sama lain (Pora, 2004).

Sekolah menjadi salah satu kewajiban untuk dipenuhi oleh setiap anak, sesuai dengan peraturan pemerintah bahwa wajib belajar 9 tahun yang disahkan dalam peraturan pemerintah no. 47 tahun 2008 (Khairunnisa, Hasanah, Rasidah, & Dkk, 2018). Wajib belajar tersebut dimulai dari tingkat dasar sampai menengah atas, tingkat dasar yang dikenal dengan istilah sekolah dasar, sekolah menengah, dan sekolah menengah atas. Sekolah dasar merupakan tempat untuk membentuk kepribadian siswa, sebagai dasar siswa untuk belajar membaca, berhitung, pemahaman dan keterampilan dasar yang bertujuan agar bermanfaat bagi siswa sesuai dengan tahap perkembangannya (Shobirin, 2016).

Saat ini, dunia sedang mengalami masalah kesehatan yang disebabkan oleh virus Covid-19 yang pertama kali terjadi di Wuhan China dan menyebar hingga ke Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 yang berdampak pada seluruh aspek kehidupan masyarakat diantaranya aspek ekonomi, sosial, dan pendidikan. Diantara aspek tersebut, dampak yang dirasakan yaitu pada pelaksanaan sekolah yang biasa dilakukan dengan tatap muka, namun karena wabah virus covid-19, maka pelaksanaan proses belajar mengajar dilakukan dengan metode daring (*online*).

Berdasarkan fakta yang peneliti kumpulkan, pelaksanaan proses pembelajaran daring tidak terlaksana secara optimal karena, tidak adanya persiapan dalam menghadapi dan melaksanakan sekolah daring sehingga menimbulkan permasalahan baru. Berdasarkan data dari (disdik.purwakartakab.go.id) menyatakan bahwa perubahan pembelajaran dibutuhkan kesiapan oleh semua pihak mulai dari

pemerintah, sekolah, guru, siswa dan orangtua. Kemudian kendala dalam proses pembelajaran daring yaitu penguasaan teknologi, keterbatasan sarana prasarana, jaringan internet, dan biaya yang harus dikeluarkan lebih ekstra.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hamdani & Priatna, 2020) dengan judul “Efektifitas Implementasi Pembelajaran Daring (*Full Online*) Dimasa Pandemi Covid-19 pada Jenjang Sekolah Dasar” menyatakan bahwa pembelajaran daring kurang efektif disebabkan oleh belum adanya persiapan seperti regulasi, pelaksanaan, dan juga siswa, kemudian infrastruktur untuk mendukung pembelajaran daring. Hasil penelitian yang diperoleh berdasarkan 80 orang guru sekolah dasar di Kabupaten Subang dengan melihat tingkat keefektifitas pembelajaran dari 8 indikator yaitu sebanyak 66,97% sehingga perlu ditingkatkan lagi untuk mencapai pembelajaran yang lebih efektif untuk peningkatan kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa.

Kemendikbud menyatakan bahwa pelaksanaan sekolah tatap muka akan dimulai pada awal tahun 2021 di zona hijau dan kuning dijenjang pendidikan SD, SMP, SMA, dan SMK dengan syarat persetujuan oleh pemerintah daerah, kepala sekolah, komite sekolah dan orangtua peserta didik, dan tetap menerapkan protokol kesehatan. Jika orangtua tidak memberikan persetujuan maka pelaksanaan sekolah tetap dilaksanakan di rumah. Kemudian jumlah peserta didik akan dibatasi perkelas. Pembelajaran dilakukan dengan sistem bergiliran dan pengurangan jam belajar hanya empat jam perhari (Antaraneews.com).

Dilansir dari berita (Kompas.com) bahwa wacana menteri pendidikan

Nadiem Makarim menyatakan pembelajaran daring akan tetap dilaksanakan dengan mengusulkan model pembelajaran *hybrid model* yaitu pembelajaran dengan mengedepankan inovasi dan kemajuan teknologi dengan menggunakan sistem *online learning* dengan interaksi dan peserta dengan pembelajaran dari model tradisional (Kaye, 2003) atau perpaduan antara metode tatap muka dengan pembelajaran secara *online*.

Selama pelaksanaan proses pembelajaran daring, orangtua memiliki peran penting dalam memberikan pendampingan dan fasilitas belajar kepada anak. Dalam hal ini, orangtua diminta untuk mendampingi, mengajar, dan mengawasi anak selama sekolah daring dilakukan. Siap atau tidak, orangtua dihadapkan pada satu tugas lain dan ekstra sabar dalam menghadapi anak selama sekolah daring, terutama pada anak sekolah dasar yang masih membutuhkan bantuan dalam pembelajaran. Sehingga mengatur emosi sangat penting untuk diterapkan dalam situasi seperti ini.

Hal diatas sesuai dengan teori Gross dan John (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan suatu proses pengenalan, pemeliharaan, dan pengaturan emosi positif maupun negatif, baik itu secara otomatis ataupun terkontrol, yang dapat dilihat ataupun tersembunyi, dan yang disadari ataupun tidak disadari.

Namun pada kenyataannya, tidak semua orangtua mampu untuk meregulasi emosinya. Hal tersebut dapat dilihat pada fenomena yang diperoleh peneliti berdasarkan pemberitaan yaitu, orangtua yang hilang kontrol atau emosi dengan memarahi anak, memukul, dan lain



sebagainya selama mendampingi Anak belajar daring.

Salah satu kasus yang pernah terjadi di Jawa Timur seorang Ibu emosi saat mengajari anaknya yang berusia 8 tahun sehingga menyebabkan penganiayaan terhadap Anak dengan menggunakan selang air karena anak tak kunjung paham dengan tugas sekolah yang diberikan. Kejadian ini direkam oleh salah seorang tetangganya dan disebar luaskan kemedial sosial dan menjadi viral (CNN Indonesia).

Salah satu contoh kasus lainnya yang dilakukan oleh orangtua dalam mendampingi anak belajar daring yang terjadi di Lebak Banten. Seorang Ibu tega membunuh anaknya lantaran kesal karena anak tidak paham dan sulit untuk diberitahu. Kekerasan yang dilakukan orangtua korban mengakibatkan kehilangan nyawa hal ini dilakukan dengan cara memukuli, mencubit, kemudian memukuli dengan menggunakan gagang sapu sebanyak tiga kali, pelaku melakukan hal tersebut karena merasa kesal karena anak tak kunjung paham selama menjalankan pembelajaran daring (KompasTv).

Fenomena lainnya yang didapatkan peneliti yaitu pada kasus Ibu-ibu Manado yang mendampingi anak sekolah daring dengan suara lantang untuk mengajari anaknya sekolah daring. Ibu tersebut bersikap seperti demikian karena kewalahan mengajari Anaknya yang kurang serius dan fokus terhadap pembelajaran yang sedang dilaksanakan (TribunBatam.id)

Para Ibu yang mendampingi anak sekolah daring mengatakan bahwa pembelajaran daring dinilai cukup kompleks dimana banyak orangtua yang mengatakan bahwa “ para Ibu merasa terbebani dengan banyaknya tugas anak. Sistem pendidikan meskipun telah merdeka dan meninggikan

Ki Hajar Dewantara sebagai Bapak Pendidikan Nasional, namun pada kenyataannya sistem pendidikan dianggap sebagai sistem kolonial” (TribunPalu.com).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 8 responden, dua responden yang merasa bahwa kurang sabar dalam menghadapi anak dalam sekolah daring, responden juga mengatakan bahwa dirinya tidak dapat mengontrol emosinya. Terkadang responden marah ketika anak tidak paham dengan pelajaran yang diberikan dan ditambah lagi dengan materi-materi pembelajaran yang terlalu banyak. Responden memberikan hukuman kepada anak ketika dihadapkan pada suatu hal yang membuatnya marah atau emosi. ketika anak kesulitan dalam pembelajaran, respon yang diberikan dengan memplototi sembari meninggikan volume suara, hingga mencubit anak ketika tidak paham.

Hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai regulasi emosi orangtua dalam pendampingan anak sekolah daring memiliki jawaban yang hampir sama dimana responden menjawab bahwa pembelajaran yang berlangsung secara daring memberikan perasaan emosi, stress, ribet, sulit membagi waktu antara pekerjaan dan mendampingi anak sekolah daring. Beberapa responden juga mengatakan bahwa ketika mengalami hal yang memicu emosi saat mengajari anak, responden lebih memilih untuk meninggalkan sejenak sembari mengucapkan istigfar agar emosi yang dirasakan dapat meredah atau mengalihkan dengan tidur atau melakukan pekerjaan lain.

Melihat kasus kekerasan yang terjadi dimana seharusnya orangtua mampu untuk mengontrol emosi dalam segala situasi agar hal-hal

seperti kasus diatas tidak terulang lagi. Sesuai dengan tahap perkembangan dewasa awal menurut (Hurlock, 2002) dengan rentan usia 18-40 tahun. Di usia ini orang dewasa memiliki peran dan tanggung jawab yang semakin besar, dan tidak lagi tergantung dalam hal ekonomi, sosiologis, ataupun fisiologis terhadap orangtuanya (Dariyo, 2003).

Data pendukung yang ditemukan peneliti melalui wawancara terkait kelebihan dan kekurangan pelaksanaan sekolah daring, didapatkan hasil bahwa sekolah daring yang dirasakan orangtua yaitu perasaan tenang, anak dapat dipantau selama belajar, hal yang baru bagi orangtua, dapat melihat potensi akademik anak, merasa lebih dekat dengan anak. Kemudian kekurangan sekolah daring yaitu sulitnya membagi waktu, menguras energi dan perasaan, mudah marah, merasa bahwa sekolah daring tidak efektif dilaksanakan untuk usia sekolah dasar.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Cahyanti & Kusumah, 2020) untuk mengetahui peran orangtua dalam menerapkan pembelajaran di rumah saat pandemi covid-19, menunjukkan hasil bahwa orangtua dapat meningkatkan kelekatan hubungan dengan anak dan orangtua dapat melihat secara langsung perkembangan kemampuan anaknya dalam belajar.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 8 responden, dua orang menyatakan bahwa ketidakmampuan mengelola emosi pada saat pendampingan anak sekolah daring yang menimbulkan stress, kurangnya kontrol emosi, berbicara dengan nada yang tinggi, meluapkan emosi dengan menangis, dan lain sebagainya. 6 responden lainnya juga merasakan hal yang sama seperti marah, lelah, stress, kurang sabar dalam menghadapi anak. Namun, mereka mengatakan bahwa ketika

perasaan-perasaan tersebut muncul responden lebih memilih untuk mengalihkan dengan kesibukan lain, meninggalkan anak sejenak, atau beristirahat (tidur) agar meredakan emosi yang dirasakan.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa semakin tinggi regulasi emosi, maka semakin rendah tingkat stress pengasuhan Ibu begitupun sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi maka semakin tinggi tingkat stress. Regulasi emosi memberikan sumbangsi sebesar 20.3% untuk *parenting* stress (Ikasari & Kristiana, 2017). Hasil penelitian lain mengenai faktor kekerasan yang terjadi pada anak di keluarga sering dilakukan oleh orangtua, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penyebab orangtua melakukan kekerasan adalah kondisi psikologi orangtua yang belum matang dalam meregulasi emosinya (Wati & Puspitasari, 2018).

Faktor pendidikan orang tua memiliki peran penting dimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Ferayati dan Widiningsih (2018) yaitu hubungan antara tingkat pendidikan dan regulasi emosi dengan kekerasan Ibu terhadap anak, didapatkan hasil bahwa tingkat pendidikan dan regulasi emosi memiliki nilai yang dapat menjelaskan tinggi rendahnya tindakan kekerasan anak yaitu sebesar 24,7%. Uji parsial yang dilakukan, diperoleh bahwa masing-masing tingkat pendidikan dan regulasi emosi memiliki hubungan yang negatif dengan kekerasan terhadap anak.

Berdasarkan fenomena tersebut, menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki peran penting dalam pendampingan anak sekolah daring. Dan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 8 orang responden didapatkan hasil yang hampir sama yaitu meningkatnya

emosi, stres, dan membagi waktu antara pekerjaan dan mendampingi anak sekolah daring. Sehingga, peneliti dalam hal ini menduga bahwa dengan mengelola emosi secara tepat agar tidak memberikan dampak negatif bagi orangtua dan anak secara psikologis, sosial, dan kepribadian.

Didukung dengan hasil penelitian oleh (Anggraeni & sama'i, 2013) kekerasan yang memberikan dampak seperti luka memar, benjolan, rasa malu untuk berinteraksi dengan orang lain, mengasingkan diri dari lingkungan keluarga, dan renggangnya hubungan dengan orang yang memberikan perlakuan tersebut dengan korban.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh (Suteja & Ulum, 2019) kekerasan yang terjadi pada anak memberikan dampak yaitu hambatan dalam hal perkembangan psikologis baik secara kognitif, afektif atau psikomotor. Diharapkan dari hasil penelitian ini pemerintah dapat memberi edukasi atau metode yang tepat bagi orangtua dalam mendampingi anak selama sekolah daring dimasa pandemi covid-19 ataupun dimasa mendatang. Oleh sebab itu, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai gambaran regulasi emosi pada Ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu bagaimanakah “gambaran regulasi emosi Ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan “untuk mengetahui gambaran regulasi emosi

Ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar”.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Menambah pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi sosial, mengenai regulasi emosi orangtua dalam pendampingan anak sekolah daring
- b. Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai regulasi emosi Orangtua dalam pendampingan anak sekolah daring.

##### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Orangtua dan Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dalam meregulasi emosi dan hal-hal apa saja yang perlu dilakukan pada saat mendampingi anak sekolah daring
- b. Bagi instansi, baik sekolah ataupun pemerintah, penelitian ini mampu memberikan masukan kepada pihak terkait agar dapat dibuatkan modul agar membantu Orangtua di rumah agar sehat secara mental dalam menghadapi anak selama melakukan pembelajaran di rumah atau daring.

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

### A. Regulasi Emosi

#### 1. Definisi Regulasi Emosi

Emosi merupakan suatu aspek psikis yang melibatkan perasaan dan merasakan. Perasaan emosi bisa berupa rasa senang, sedih, kesal, jengkel, marah, tegang, dan lain-lain. Emosi yang dirasakan seseorang berkaitan dengan keadaan psikis tertentu yang berasal dari rangsangan dari dalam dan dari luar (Gunarsa, 2008).

Perasaan emosi berbeda-beda dari yang paling menyenangkan hingga pada yang paling tidak menyenangkan. Perasaan emosi yang paling menyenangkan seperti perasaan kegembiraan yang meluap-luap, sedangkan perasaan emosi yang paling tidak menyenangkan adalah kemarahan atau kesedihan yang mendalam. Perasaan kegembiraan atau kekecewaan dapat bertahan sementara dan dapat pula bertahan lama. Namun, perasaan emosi seperti kesedihan atau kekecewaan biasanya cenderung bertahan lama (Gunarsa, 2008).

Goleman (dalam Ndari & dkk, 2018) menyatakan bahwa emosi merupakan suatu perasaan atau pikiran-pikiran yang hanya dapat dirasakan ketika emosi, perasaan tersebut merupakan keadaan biologis dan psikologis yang dirangkaikan dengan kecenderungan untuk bertindak emosi merupakan suatu perasaan atau kasih sayang yang muncul ketika seseorang tersebut berada pada suatu keadaan atau hubungan yang dirasa penting oleh orang tersebut, terutama *well-being* individu campos, saarni, dkk (dalam Ndari & dkk, 2018)

Regulasi emosi didefinisikan sebagai pembentukan emosi seseorang, emosi yang dirasakan, dan pengalaman atau bagaimana seseorang mengekspresikan emosi. Oleh sebab itu, regulasi emosi berkaitan dengan bagaimana emosi itu dapat diatur, bukan dengan bagaimana emosi mengatur sesuatu yang lain (Gross, 2014).

Gross (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak disadari untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yang muncul dan perilaku individu. Seseorang yang mempunyai regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakan baik itu positif ataupun negatif dan individu juga dapat mengurangi emosinya secara positif ataupun negatif.

Individu yang mampu dalam mengelola emosi dengan baik disebut dengan regulasi emosi (Gross, 2013). Regulasi emosi merupakan serangkaian strategi untuk mengendalikan atau mempengaruhi emosi yang dialami individu dan kapan terjadinya emosi tersebut (Gross dalam Gross & John, 2003). Regulasi emosi yaitu memunculkan, mempertahankan, memodifikasi atau menampilkan emosi, baik secara otomatis atau terkontrol, sadar (*conscious*) atau tidak sadar (*unconscious*), serta dapat menimbulkan dampak pada proses pembentukan emosi Gross & Thompson (dalam Lane, et al, 2012).

Regulasi emosi yaitu suatu keadaan emosi yang dimiliki seseorang, ketika mengalami suatu kejadian dan bagaimana seseorang menghadapinya kemudian mengekspresikan emosi yang



dirasakan, hal tersebut termasuk pada upaya seseorang untuk mengubah perasaan, aspek perilaku, pengalaman dan fisiologis respons emosional. Kemudian respon emosi yang dirasakan secara otomatis atau terkontrol, sadar ataupun tidak, dan dapat dikurangi ataupun memperkuat hingga mempertahankan emosi positif atau negatif sesuai pada tujuan individu Thompson (dalam Sander & Scherer, 2009).

Regulasi emosi merupakan suatu strategi kognitif dengan berpikir mengenai suatu peristiwa dibandingkan pada suatu peristiwa lainnya, yang akan menentralisir emosi negatif (emosi marah atau jengkel) ibu, sehingga emosi yang dirasakan lebih meredah, sehingga merasa tenang atau berada pada titik nol, yang artinya bahwa menuju pada titik keseimbangan atau titik tenang. Sehingga yang pada awalnya emosi yang dirasakan bergejolak menjadi lebih stabil (Prastuti, 2019).

Gottman dan Katz (dalam Wilson, 1999) mengatakan bahwa regulasi emosi merujuk pada kemampuan untuk menghalangi perilaku yang tidak tepat yang berasal dari intensitas emosi positif atau negatif yang dirasakan, dapat menenangkan diri dari pengaruh psikologis yang muncul dari intensitas yang kuat dari emosi, individu dapat memusatkan perhatiannya kembali dan mengondisir dirinya agar perilaku yang muncul sesuai dengan tujuannya.

Balter, Tamis dan Catherine (2003) mengatakan bahwa regulasi emosi merupakan sebuah usaha untuk mengatur atau mengelola emosi dan bagaimana emosi yang dirasakan individu atau cara mengungkapkan emosi yang bisa mempengaruhi perilaku untuk

mencapai tujuan masing-masing. Gross dan John (2007) mengatakan bahwa regulasi emosi merupakan suatu proses pengenalan, pemeliharaan, dan pengaturan emosi positif maupun negatif, baik yang itu secara otomatis ataupun terkontrol, yang dapat dilihat ataupun tersembunyi, dan yang disadari ataupun tidak disadari.

## **2. Aspek-aspek Regulasi Emosi**

Gross (2007) menyatakan bahwa terdapat lima aspek regulasi emosi yaitu:

### **a. Strategi To Emotional Regulation (strategies)**

Kemampuan individu untuk mengelola respon emosi yang dirasakan sehingga dapat menampilkan respons emosional yang tidak berlebihan dan sesuai dengan yang diharapkan. Mengontrol respon emosional merupakan kemampuan individu dalam memahami serta bersosialisasi secara emosional dengan orang lain atau lingkungan sosialnya. Respon emosional mengacu pada penekanan terhadap respon emosi yang ditampilkan ketika berada pada situasi tertentu yang menimbulkan respon emosi negatif atau respon positif. Respon emosional yang tidak terkontrol dapat memberikan dampak yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

### **b. Engaging In Goal Directed Behavior**

Kemampuan individu dalam mengatur emosi yang dimiliki. Hal ini mengacu pada bagaimana individu mengatur, emosi negatif mereka yaitu, mengurangi, mengontrol serta menekan intensitas atau durasi dari respons emosional negatif (kemarahan,

kecemasan, dan kesedihan) sehingga individu dapat bertindak sesuai dengan harapannya serta dengan respon emosi yang tidak memicu adanya respon emosi negatif.

**c. *Control Emotional Response***

Kemampuan individu dalam mengelolah respon emosi yang dirasakan sehingga dapat menampilkan respon emosional yang tidak berlebihan dan sesuai dengan yang diharapkan. Mengontrol respon emosional adalah kemampuan seseorang dalam memahami serta bersosialisasi secara emosional dengan orang lain atau lingkungan sosialnya. Respon emosional mengacu pada penekanan terhadap respon emosi yang muncul ketika suatu situasi tertentu memicu munculnya respon negatif atau respon positif. Respon emosional yang tidak terkontrol dapat memberikan dampak berupa hadirnya situasi yang tidak sesuai dengan harapan.

**d. *Acceptance Of Emotional Response (acceptance)***

Kemampuan individu dalam memahami serta menerima suatu situasi yang dapat mendorong timbulnya emosi situasi dirinya. menerima respon emosional dapat digambarkan dengan memikirkan konsekuensi dari suatu situasi yang terjadi atau sedang dihadapi misalnya dengan mempertimbangkan pengaruh yang didapatkan sehingga kemampuan ini dapat memicu ditunjukkannya respon emosi yang sesuai dengan situasi.

### 3. Strategi Regulasi Emosi

Strategi regulasi emosi menurut Gross dan Thompson (2013) dibagi menjadi dua:

#### a. *Cognitive Reappraisal (Accidental Focused)*

*Reappraisal* yaitu bagaimana individu membuat suatu penilaian kembali dari sebuah peristiwa yang menjelaskan bagaimana pengaruh atribusi yang berdampak pada emosi (Gross, 2007). Regulasi emosi yang berfokus pada antecedent berhubungan dengan individu atau orang lain lakukan sebelum emosi tersebut diekspresikan. Strategi ini merupakan suatu bentuk perubahan kognitif yang berhubungan dengan penguraian satu situasi yang secara potensial memberikan emosi dengan cara mengubah akibat emosional yang dirasakan.

Gross dan John (2003) menambahkan strategi *cognitive reappraisal* merupakan strategi regulasi emosi yang efektif untuk mengurangi pengalaman dan perilaku emosi negatif. *Cognitive reappraisal* secara efisien mengubah seluruh emosi yang akan muncul setelah mengekspresikan emosi sebelumnya. Hal ini berarti emosi yang ditunjukkan oleh individu setelah menghadapi suatu hal akan berdampak pada emosi berikutnya. *Cognitive reappraisal* bila diterapkan dengan baik akan menekan emosi negatif yang mungkin akan terjadi dan memunculkan emosi yang positif yang nantinya berdampak pada perilaku yang ditampilkan.

b. *Expressive Suppression (Response-Focused)*

*Expressive Suppression* merupakan suatu bentuk modulasi respon yang berhubungan dengan perilaku ekspresif emosi secara terus menerus. *Suppression* merupakan strategi yang berfokus pada respon, yang munculnya setelah reaksi emosi yang dirasakan. Strategi expressive suppression efektif untuk mengurangi perilaku ekspresi negatif namun memiliki efek lain yaitu mengurangi kemampuan individu dalam mengekspresikan emosi positif dan berpotensi memunculkan emosi negatif (Gross & John, 2003).

*Ekpressive suppression* atau penekanan ekspresi merupakan bentuk respons yang ditunjukkan oleh individu ketika mengelola emosi dengan cara menekan ekspresi yang berlebihan dalam keadaan emosional. *Expressive suppression* relatif lambat munculnya dalam proses membangkitkan emosi dan lebih umum ditampilkan oleh individu diberbagai negara. Dalam hal ini bahwa straregi ini dapat menghambat munculnya emosi melalui ekspresi yang dimunculkan oleh individu.

Tahapan situasi yang stressful dan potensial menimbulkan emosi, individu melakukan strategi regulasi emosi yang melibatkan serangkaian tindakan intervensi terhadap situasi yang dialami, yaitu situation selection (seleksi situasi) dan situation modification (modifikasi situasi) (Gross & Thompson, 2013).

*Expressive suppression* dapat mengakibatkan individu merasakan ketidakseuaian atau perbedaan antara keinginan dan kenyataan. Jika individu kurang mampu mengelola *expressive suppression*, maka dapat memunculkan ketidakjujuran bahkan individu dapat mengasingkan diri dari orang lain. Hal ini dilakukan karena adanya kegagalan yang terjadi dalam proses *expressive suppression*, hingga individu pun dapat berperilaku negatif.

#### 4. Proses Regulasi Emosi

Menurut Gross (2002) ada lima proses regulasi emosi pada individu yaitu:

a. *Situation selection*

Menunjukkan tindakan yang seharusnya bagaimana individu akan berakhir pada situasi yang diharapkan, yang bisa menyebabkan emosi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan, dengan kata lain menentukan tindakan berdasarkan dampak emosional yang muncul.

b. *Situation modification*

Yaitu usaha yang langsung dilakukan dalam memodifikasi situasi agar efek emosinya teralihkan. Hal ini serupa dengan *problem-focused coping*. Situasi-situasi yang berpotensi membangkitkan emosi. Kemampuan untuk memodifikasi situasi secara langsung untuk mengubah dampak emosionalnya merupakan salah satu bentuk regulasi emosi yang kuat.

c. *Attention deployment*

*Attentional deployment* adalah salah satu proses regulasi emosi yang pertama muncul di dalam perkembangan dan tampaknya digunakan sejak masa bayi sampai masa dewasa, terutama ketika tidak mungkin mengubah atau memodifikasi situasi kita. Bukan hanya bayi dan anak-anak kecil yang secara spontan mengalihkan pandangannya dari kejadian aversif (dan mengarahkannya pada hal-hal yang menyenangkan), tetapi proses atensional mereka juga dapat dipandu oleh orang lain dengan maksud mengelolanya.

d. *Cognitive change*

Mengacu pada perubahan cara seseorang dalam menilai situasi yang terjadi untuk mengubah signifikansi emosinya dengan mengubah cara berpikir mengenai situasi tersebut.. Pada umumnya, hal ini merupakan transformasi kognisi untuk mengubah pengaruh kuat emosi dari situasi. Perubahan kognitif mengacu pada mengubah cara kita menilai situasi di mana kita terlibat di dalamnya untuk mengubah signifikansi emosionalnya, dengan mengubah bagaimana kita memikirkan tentang situasinya atau tentang kapasitas kita untuk menangani tuntutan-tuntutannya.

e. *Response modulation*

Modulasi respon mengacu pada mempengaruhi respon fisiologis, pengalaman, atau perilaku selangsung mungkin. Upaya untuk meregulasi aspek-aspek fisiologis dan pengalaman emosi

adalah hal yang lazim dilakukan. Obat mungkin digunakan untuk mentarget respon-respon fisiologis seperti ketegangan otot (*anxiolytics*) atau hiperaktivitas (sistem-syaraf) simpatik (beta blockers). Olahraga dan relaksasi juga dapat digunakan untuk mengurangi aspek-aspek fisiologis dan pengalaman emosi negatif, dan, alkohol, rokok, obat, dan bahkan makanan, juga dapat dipakai untuk memodifikasi pengalaman emosi.

## 5. Dampak Regulasi Emosi

Berikut ini terdapat dampak regulasi emosi yang ditimbulkan, yaitu:

### a. Meningkatkan prososial

Cambridge university (2009) mendefinisikan bahwa prososial merupakan suatu tindakan yang memberikan keuntungan kepada satu atau lebih pihak dan bertujuan untuk menolong orang lain. Berdasarkan penjelasan tersebut, sehingga prososial diartikan sebagai tindakan yang dilakukan oleh individu untuk memberikan bentuk bantuan kepada orang lain.

Penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa SMA di Semarang dan Surabaya menunjukkan bahwa, adanya hubungan positif antara regulasi emosi dan perilaku prososial secara positif dan signifikan (Yusuf & Kristiana, 2017; Silfiyah, Suroso, & Rini, 2019). Sehingga memberikan hubungan yang dapat di artikan bahwa semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki, maka semakin tinggi perilaku prososial yang diterapkan. Begitupun sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi pada individu maka semakin rendah perilaku prososial yang tampakkan.



#### b. Meningkatkan Resiliensi

American Psychological Association (2015) mengatakan bahwa resiliensi merupakan suatu keadaan yang terjadi pada individu yang dilakukan dengan beradaptasi dari pengalaman hidup yang sulit atau menantang melalui emosional, dan perilaku. Individu beradaptasi dengan memastikan beberapa hal seperti lingkungan, penanganan khusus, serta diri sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 90 orang siswa SMA menunjukkan bahwa terdapat kontribusi regulasi emosi sebesar 46,6% terhadap resiliensi akademik pada siswa (Sukmaningpraja & Sanrthoso, 2016). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat kontribusi regulasi emosi dan resiliensi secara positif dan signifikan, yang berarti bahwa semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki individu, begitupun sebaliknya.

#### c. Menurunkan Prokrastinasi Akademik

Penelitian yang dilakukan terhadap 169 mahasiswa menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan korelasi positif dengan prokrastinasi akademik, dimana individu yang memiliki regulasi emosi positif memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah, begitupun sebaliknya, individu yang memiliki regulasi emosi yang negatif memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi (Syifa, Sunawan, & Nusantoro, 2018). Gottman (dalam Widuri, 2012) menyatakan bahwa individu yang memiliki regulasi emosi dan menerapkannya akan memberi dampak positif bagi kesehatan

fisik, keberhasilan akademik, membangun hubungan yang mudah dengan orang lain dan meningkatkan resiliensi, individu yang mampu meregulasi emosi memiliki keyakinan pada dirinya sendiri atau bergantung dengan dirinya sendiri dan dapat menyadari keterbatasan yang ada pada diri individu.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi memiliki tingkatan yang bermacam-macam pada individu. Hal tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi terbagi atas dua yaitu regulasi emosi positif dan regulasi emosi negatif yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik.

d. Memiliki Harga Diri yang Baik dan Menjadi Diri Sendiri

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Gross & John (2003) mengatakan bahwa kemampuan regulasi emosi dengan strategi cognitive reappraisal dapat merasakan kepuasan di dalam hidup individu, lebih optimis, dan memiliki harga diri yang baik dan sedikit merasakan gejala depresi sehingga dapat merasakan kesejahteraan secara psikologi.

Individu yang menggunakan strategi regulasi emosi expressive suppression, yaitu individu tidak merasakan menjadi diri sendiri karena dalam menghadapi suatu masalah atau mengalami stres individu lebih memilih untuk menutupi perasaan batin yang dirasakan. Sehingga individu kurang berhasil dalam memperbaiki suasana hati dan emosi yang dirasakan.

e. Memberikan rasa sejahtera bagi individu

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Amone-P'Olah, Kraaij &

Kashdan (2007) mengatakan bahwa regulasi emosi yang tepat memiliki hubungan secara signifikan dengan kesejahteraan subjektif. Strategi regulasi emosi yang tepat membuat seseorang mampu menyeimbangkan emosi positif dan negatif dan merasakan kepuasan didalam kehidupannya. Kemudian menurut Bornas, Tortella-feliu, Balle & Llabres (2013) mengatakan bahwa strategi regulasi emosi yang tidak tepat dapat menimbulkan kecemasan dan depresi.

## **B. Orang Tua**

### **1. Definisi Orang Tua**

Orang tua terdiri dari ayah dan ibu yang memiliki kewajiban untuk memenuhi kebutuhan anak seperti pengasuhan, agama, psikologis, makan, minum, dan lain sebagainya (Puspitawati, 2013). Menjadi orang tua memiliki tanggung jawab terhadap keberhasilan akan didikan yang diberikan kepada anak. hal ini dikarenakan, anak merupakan anugerah yang diberikan Tuhan kepada orang tua, pendidikan pertama anak didapatkan dari orang tua, dan karakter yang dimiliki anak telah diketahui oleh orang tua (Graha, 2007).

Undang-undang dasar tahun 2014 pasal 26 ayat 1 menjelaskan bahwa orang tua harus memiliki kewajiban dan tanggung jawab atas mengasuh, memelihara, mendidik dan melindungi seorang anak. Orang tua berkewajiban untuk memberikan penghargaan terhadap anak sesuai dengan kemampuan dan minat yang dimilikinya. Orang tua juga harus mencegah anak untuk menikah di usia dini. Selain itu, orang tua juga berkewajiban memberikan pendidikan berkarakter

serta penanaman nilai budi pekerti pada anak.

Pasal 26 ayat 1 UUD 35/2014 menjelaskan bahwa orang tua memiliki kewajiban dan bertanggung jawab atas:

- a. Mengasuh, memelihara, mendidik dan melindungi anak
- b. Memberikan kebanggaan terhadap anak sesuai dengan kemampuan, bakat, dan minatnya.
- c. Mencegah anak untuk menikah di usia dini
- d. Memberikan pendidikan karakter dan penanaman nilai budi pekerti pada anak

## **2. Aspek-aspek Menjadi Orang Tua**

Brooks (2011) mengatakan bahwa menjadi orang tua harus memiliki kesiapan untuk keberlangsungan hidup kedepannya.

Terdapat empat aspek yaitu:

- a. Aspek sosial

Aspek sosial adalah seperti pendidikan dan pekerjaan. Kedua hal tersebut sangat penting untuk mendukung perekonomian keluarga. Karena sebagai orang tua yang harus menghidupi keluarga, anak, dan kebutuhan keluarga lainnya.

- b. Karakteristik Psikologi

Sebagai orang tua yang memiliki peran dalam membesarkan dan mengasuh anak yang dimana pengasuhan yang optimal yang akan langsung dilaksanakan secara lansung ketika memiliki anak. Menurut Chistoph Heinicke (2002) terdapat 4 sifat psikologis orang tua yaitu rasa penghargaan diri orang tua, kemampuan untuk membangun hubungan dengan orang lain secara positif,

dan saling memuaskan (terkhusus untuk pasangan), dan kemampuan untuk memecahkan masalah secara fleksibel.

c. Kesiapan Kognitif

Orang tua mempunyai tanggung jawab dalam mengasuh anak dengan baik. Dan akan lebih baik jika mengasuh anak dengan sendiri tanpa bantuan pengasuh, karena tidak semua pengasuh mengerti cara mengasuh dengan baik dan benar.

d. Gaya Hidup Sehat

Ketika orang tua mengetahui bahwa ibu telah hamil, dengan rentan usia 4 hingga 8 minggu yang dimana pada tahap perkembangan paling penting untuk ibu dan ayah agar tidak terpapar obat-obatan dan lingkungan yang tercemar racun yang bisa mempengaruhi pertumbuhan anak didalam kandungan.

### **3. Peran Menjadi Ibu dalam Pendidikan Anak**

Peran ibu sangat penting karena ibu merupakan pendidik yang pertama dan utama, disamping hal itu ibu harus memberikan contoh dan perilaku yang baik agar dapat menjadi contoh bagi anak dalam berperilaku (Hasan, 2004). Seseorang anak terlahir dengan belum mengerti apapun. Ibu yang akan memberikan pendidikan terbaik sesuai dengan kapasitas dan kemampuannya. Ibu akan memberikan ilmu, melatih berbicara, berjalan, mengajari berbagai macam hal, di didik mengenai etika dan sopan santun. Dari ibu anak belajar untuk bersosialisasi, bersikap dan lain sebagainya (Fatha, 2019).

Ibu merupakan sekolah pertama bagi anak-anaknya, yang paling banyak menghabiskan waktu bersama anak-anaknya, karena tugas

seorang ibu yaitu menyusui dan mengasuh (Riyanti, 2014). Qaimi (2002) menyatakan bahwa, terdapat tiga faktor pendidikan bagi anak

#### 1. Faktor alamiah

Faktor yang dapat meliputi berbagai sifat atau karakteristik bawaan, keadaan rahim, produksi susu, kesehatan ibu dimasa hamil dan menyusui, dan kondisi geografis. Peran ibu dimasa hamil dan menyusui sangat mempengaruhi proses pertumbuhan fisik maupun psikis anak .

#### 2. Faktor sosiologis

Kehidupan sosial anak dimulai setelah dirinya lahir ke dunia. Dimasa kanak-kanak, peran serta pengaruh ibu sangat kuat. Sebagian besar karakter dan akhlak pada anak dibentuk dan diwarnai dari kepribadian ibunya.

#### 3. Faktor lingkungan

jenis permainan dan keadaan lingkungan sangat memberikan pengaruh pertumbuhan anak. Seorang ibu dapat menularkan pengaruhnya terhadap anak melalui permainan apa yang dipilih. Oleh karena itu Ibu mengenalkan lingkungan kepada anak dan mengenalkan anak mengenai lingkungan.

### **C. Pembelajaran Daring**

Pembelajaran daring atau *online* merupakan pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan teknologi dimana bahan pembelajaran dikirim secara elektronik ke siswa dari jarak jauh dan menggunakan jaringan komputer (Yanti, Kuntarto & Kurniawan, 2020). Menurut pemerintah, pembelajaran online merupakan cara yang paling efektif

untuk melaksanakan pembelajaran di masa pandemi saat ini. Namun pembelajaran daring dirasakan kurang efektif karena kurangnya penguasaan teknologi informasi yang berakibat pada kemajuan dunia secara umum dan dunia pendidikan secara khusus (sobron, Bayu, Rani, dkk, 2019)

Pembelajaran jarak jauh menurut Simonson, Smaldino, dkk (dalam Prawiradilaga, Ariani, & Handoko, 2013) pendidikan jarak jauh merupakan salah satu pendidikan formal yang dimana pembelajaran yang dilakukan terpisah dan berbasis telekomunikasi interaktif untuk menghubungkan antara pembelajar, sumber belajar, dan insruktur. Keegan (dalam Prawiradilaga, Ariani, & Handoko, 2013) menyatakan bahwa pembelajaran jarak jauh merupakan suatu metode pembelajaran yang dimana peserta belajar dan pengajar terpisah secara fisik.

Pendidikan jarak jauh berdasarkan Undang-undang pasal 31 ayat 1, 2, dan 3 mengenai pendidikan jarak jauh yaitu suatu proses belajar mengajar dilaksanakan dengan jarak jauh dengan menggunakan berbagai macam media komunikasi. Pemberian pendidikan kepada kelompok masyarakat yang tidak dapat mengikuti pembelajaran secara tatap muka dan memperluas akses serta mempermudah layanan pendidikan dalam pendidikan dan pembelajaran. Pembelajaran jarak jauh dilaksanakan dengan berbagai macam bentuk, modus, dan cakupan dan didukung oleh sarana dan layanan belajar serta sistem penilaian agar menjamin kelulusan sesuai dengan strandar nasional pendidikan tinggi (Handoko, 2019).

## **D. Anak**

### **1. Pengertian Masa Kanan-Kanak**

Masa kanak-kanak sering disebut dengan masa estetika, masa indera dan masa menentang orang tua. Disebut estetika karena pada masa ini merupakan saat terjadinya perasaan keindahan. Masa indera pada masa kanak-kanak berkembang pesat. Karena perkembangan tersebut, anak-anak senang mengadakan eksplorasi, yang kemudian disebut dengan masa menentang.

Pada masa ini anak-anak memiliki sikap egosentris karena merasa dirinya berada di pusat lingkungan yang ditunjukkan anak dengan sikap senang menentang atau menolak sesuatu yang datang dari orang disekitarnya. Perkembangan yang seperti itu disebabkan oleh kesadaran anak, bahwa dirinya memiliki kemampuan dan kehendak sendiri, yang mana kehendak tersebut berbeda dengan kehendak orang lain (Santrock, dkk, 2011).

Vigotsky (dalam Monks, 2002) mengatakan bahwa anak-anak secara aktif membangun pengetahuan dan pemahaman mereka. Anak-anak lebih sering digambarkan sebagai makhluk sosial, mereka mengembangkan cara-cara mereka dalam berpikir dan pemahaman, terutama melalui interaksi sosial. Perkembangan kognitif mereka bergantung pada alat yang disediakan oleh masyarakat, dan pikiran mereka dibentuk oleh konteks budaya tempat mereka tinggal.

Perkembangan anak merupakan suatu hal yang sangat penting bagi setiap orangtua dan perkembangan anak tidak luput dari pengamatan orang tua. Periode masa kanak-kanak tengah dan akhir



dimulai pada usia 6 sampai 11 tahun atau disebut dengan usia sekolah dasar yang mencakup pertumbuhan yang lambat dan konsisten. Periode ini dikatakan periode yang tenang sebelum ledakan pertumbuhan yang cepat dimasa remaja (santrock, 2007).

Masa anak-anak dimulai setelah melewati masa bayi yakni kira-kira usia 2 tahun sampai saat anak matang secara seksual yaitu kira-kira usia 13 tahun bagi perempuan dan 14 tahun bagi laki-laki. Sejumlah ahli membagi masa kanak-kanak menjadi dua yaitu: masa kanak-kanak awal dan masa kanak-kanak akhir. Masa kanak-kanak awal berlangsung dari umur 2 tahun sampai 6 tahun dan masa kanak-kanak akhir berlangsung dari umur 6 tahun sampai saat anak matang secara seksual (Desmita, 2005).

## **2. Perkembangan Masa Kanak-Kanak**

Perkembangan anak menurut Piaget (dalam Santrock, 2003) terdapat empat tahap yang dilalui manusia dalam memahami dunia. Setiap tahap perkembangan berhubungan dengan umur tertentu dan cara berpikir yang berbeda-beda. Hal inilah yang membuat manusia lebih maju satu tahap dari tahap sebelumnya, yaitu :

1. Tahap sensorimotorik dimulai dari lahir hingga usia 2 tahun yang dimana pengalaman mengenal dunia dengan mengkondisikan pengalaman sensoris motorik ( melihat dan mendengar).
2. Tahap praoperasional dimulai pada usia 2-7 tahun, dimana tahap ini dimulai dengan mengekspresikan dunia dengan kata, citra, dan bentuk-bentuk gambar. Anak usia ini disebut juga sebagai usia prasekolah yang mengembangkan antara informasi sensoris dan

aktivitas fisik. Namun, menurut Piaget pada tahap ini anak masih kurang dalam memahami apa yang mereka lakukan secara fisik kedalam proses mental.

3. Tahap ketiga operasional konkrit yaitu usia 7 hingga 11 tahun. Dalam tahap ini anak melakukan berbagai macam hal dan telah paham secara logis, menggantikan pemikiran intuitif, penalaran yang dirasakan dapat diaplikasikan dalam contoh khusus atau konkrit. Seperti melengkapi persamaan aljabar karena merupakan pemikiran terlalu abstrak pada tahap perkembangan ini.
4. Tahap operasional konkrit yaitu usia 11 hingga 15 tahun. Pada tahap ini anak telah memahami dunia dari pengalaman aktual dan konkrit kemudia berpikir lebih abstrak dan logis. Menurut Desmita (2005), perkembangan awal anak-anak dibagi atas empat macam perkembangan, yaitu fisik, emosi, kogntif, dan psikososial.

- a. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik yang terjadi berawal pada perubahan tunggu dan berat badan yang bertambah, perubahan otak yang terjadi karena penambahan saraf-saraf otak, perkembangan motorik, perkembangan kemampuan anak yang terjadi dari awal mulai dapat membuat lingkaran hingga menyusun kotak-kotak dengan kompleks.

- b. Perkembangan Emosi

Hurlock (2002) mengatakan bahwa pada masa awal kanak-kanak emosi sangat kuat. Saat ini merupakan ketidak seimbangan anak-anak yang dimana “keluar dari fokus” yang artinya bahwa

anak mudah terbawa oleh perasaan yang meledak-ledak yang sulit dibimbing dan diarahkan. Hal ini berdampak mecolok pada anak-anak usia 2,5 tahun, sampai 3,5 dan 5,5 sampai 6,5 tahun, meskipun pada umumnya hal ini berlaku hampir pada periode awal masa kanak-kanak.

Walaupun demikian setiap emosi dapat “dipertinggi” dalam artian bahwa emosi tersebut lebih sering timbul dan lebih kuat dari biasanya pada individu tertentu, tetapi emosi yang tinggi awal masa kanak-kanak ditandai dengan ledakan amarah, ketakutan yang hebat, dan iri hati yang tidak masuk akal yang merupakan bentuk dari emosi yang kuat pada periode ini yang disebabkan oleh kelemahan akibat lamanya bermain, tidak beristirahat ketika siang hari dan makan yang terlalu sedikit.

c. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif yaitu perkembangan memori atau cara berpikir anak dan kemampuan anak dalam merespon. Perkembangan kognitif sangat berpengaruh terhadap proses berpikir anak dan penyikapan terhadap suatu hal. Perkembangan kognitif pada awal masa kanak-kanak dinamakan juga sebagai tahap pra-operasional yang berlangsung pada usia dua hingga tujuh tahun. Pada tahap ini konsep yang stabil dibentuk, penalaran mental muncul, egosentris mulai kuat dan kemudian mulai melemah.

d. Perkembangan Psikososial

Perkembangan psikososial merupakan kemampuan untuk

beradaptasi terhadap orang lain. Tahap perkembangan ini sangat berpengaruh pada cara anak bersosialisasi pada lingkungannya . terdapat aspek penting dalam perkembangan psikososial yang terjadi pada masa awal anak-anak diantaranya permainan, hubungan dengan orang tua, teman sebaya, dan moral.

1. Permainan adalah salah satu bentuk aktivitas yang dilakukan yang lebih dominan pada masa awal kanak-kanak. Sebab anak-anak menghabiskan lebih banyak waktu diluar rumah yaitu bermain dengan teman-temannya dibandingkan dengan terlibat dalam aktivitas lain. Yang dimana permainan memiliki dua fungsi yaitu kognitif dan fungsi emosi.
2. Hubungan orang tua dan anak, hubungan anak dan orang tua pada masa ini merupakan dasar bagi perkembangan emosional dan sosial anak. Kasih sayang diberikan orang tua selama beberapa tahun pertama kehidupan merupakan kunci utama perkembangan sosial anak, dapat meningkatkan kemungkinan anak memiliki kompetensi secara sosial, dan penyesuaian diri yang baik pada tahun-tahun pertama masa pra sekolah dan setelahnya. Salah satu aspek pentingnya yaitu tergantung pada gaya pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua.
3. Hubungan dengan teman sebaya, merupakan satu fungsi kelompok teman sebaya yang paling penting yaitu menyediakan suatu sumber dan perbandingan tentang dunia diluar keluarga. Anak-nak menerima umpan balik mengenai

kemampuan mereka dari kelompok teman sebaya. Anak dapat mengevaluasi apakah yang mereka lakukan lebih baik, sama, atau lebih jelek dari yang dilakukan oleh anak-anak lain dengan menggunakan orang lain sebagai tolak ukur untuk membandingkan dirinya. proses tersebut merupakan dasar bagi pembentukan rasa harga diri dan gambaran diri.

4. Perkembangan moral, pada masa ini masih belum maksimal dikarenakan intelegensi anak-anak masih belum pada titik dimana individu dapat mempelajari atau menerapkan prinsip-prinsip abstrak mengenai konsep peranan anggota kelompok sosial di masyarakat, sehingga individu masih belum mendapat dorongan-dorongan untuk mengikuti peraturan-peraturan. Anak-anak hanya akan belajar bagaimana bertindak tanpa mengetahui mengapa individu melakukan hal tersebut. Menurut Piaget bahwa masa anak-anak akan belajar moral melalui sudut pandang dimana “salah” merupakan hal yang mengakibatkan hukuman.

### **3. Dampak Pembelajaran Daring bagi Anak usia SD**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh menyatakan bahwa dampak dari pembelajaran daring yang dilaksanakan di SD Sugihan 3 yaitu adanya keterbatasan fisik yang sulit untuk mengkomunikasikan materi pada siswa. Karena kondisi psikologis dan kognitif siswa yang berbeda-beda. Hal ini walaupun dilakukan dengan menggunakan zoom agar guru dan siswa dapat berinteraksi secara tatap muka. Dampak lain yang dapat dirasakan yaitu bagi Orangtua yaitu kendala

yang dihadapi orang tua yaitu penambahan biaya untuk pembelian kuota internet, teknologi online harus memiliki koneksi internet dan kuota, sehingga mengakibatkan beban pengeluaran orang yang bertambah (Suswandari, 2021).

Dampak pandemi COVID-19 terhadap proses pembelajaran online di sekolah dasar terhadap proses pembelajaran online di sekolah dasar bagi siswa yaitu, belum ada budaya belajar jarak jauh karena, pembelajaran yang biasanya dilakukan dengan tatap muka dengan guru, dengan adanya pembelajaran jarak jauh siswa membutuhkan waktu untuk beradaptasi dan menghadapi perubahan pembelajaran. Sehingga dapat mempengaruhi daya serap belajar siswa tersebut (Dewi, 2020).

#### **E. Regulasi Emosi Ibu dalam Mendampingi Anak Sekolah Daring**

Bocknek (dalam Pratisti, 2012) mengatakan bahwa kehidupan Ibu rasa emosional yang dirasakan ketika menghadapi anaknya yaitu terbagi atas dua, emosional negatif dan positif. Tekanan dan depresi yang dirasakan, penolakan terhadap anak, perlakuan yang kurang sesuai dan sikap negatif lainnya yang merupakan bentuk-bentuk dari kehidupan emosional negatif, sedangkan kehidupan emosional positif seperti kehangatan dan kontrol, dukungan yang sifatnya positif, lebih mudah merasakan reaksi emosi anak serta melakukan gaya pengasuhan yang lekat.

Sikap Ibu yang salah ketika tidak dapat mengelola emosi negatif akan memberikan dampak yang dapat mempengaruhi mental ibu dan mental anak. Tekanan dan stres yang semakin besar dapat mengakibatkan ibu

kehilangan kemampuan untuk berfikir secara rasional sehingga yang terjadi adalah ketika Ibu mendampingi anak belajar dari rumah, ibu sulit mengontrol emosi terhadap anak dengan berkata kasar, berteriak, memukul, mencubit hingga pada membunuh anak. Sementara jika mengenai kondisi mental anak bisa membuat anak tidak percaya diri (Anastasia, 2020).

Mendampingi anak belajar dari rumah ibu melakukan upaya untuk dapat mengelola emosi negatif yang muncul ketika mendampingi anak belajar. Menurut Safaria & Saputra (dalam Sihombing, 2018) bahwa individu yang dapat mengatur emosi akan lebih tau untuk mengelola emosi, sebaliknya individu yang memiliki kemampuan mengelola emosi yang rendah akan cenderung mudah stres, marah, mudah tersinggung dan mudah kehilangan arah.

#### **F. Kerangka Berpikir**

Pendidikan merupakan suatu hal yang wajib untuk dilaksanakan bagi setiap individu. Hal tersebut sesuai dengan peraturan pemerintah dalam Undang-undang No.20 tahun 2003 bahwa pendidikan merupakan salah satu cara untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran bagi siswa secara aktif guna meningkatkan kemampuan diri agar mempunyai kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, karakter, kecerdasan, ahlak mulia, dan keahlian yang dibutuhkan untuk dirinya, masyarakat bangsa serta negara (Jelantik, 2015).

Pendidikan yang biasa dilaksanakan dengan tatap muka sekarang harus dilaksanakan dengan metode daring. Hal ini disebabkan karena

adanya pandemi covid-19 dan proses pembelajaran lebih melibatkan orang tua dalam mendampingi, mengajar, dan mengawasi yang biasanya dilakukan oleh guru. Ketidak siapan orang tua dalam menghadapi pengalaman baru dalam mengajar anak menimbulkan banyak polemik berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hamdani & Priatna, 2020) bahwa bahwa pembelajaran daring kurang efektif disebabkan oleh belum adanya persiapan seperti regulasi, pelaksanaan, dan juga siswa, kemudian infrastruktur untuk mendukung pembelajaran daring.

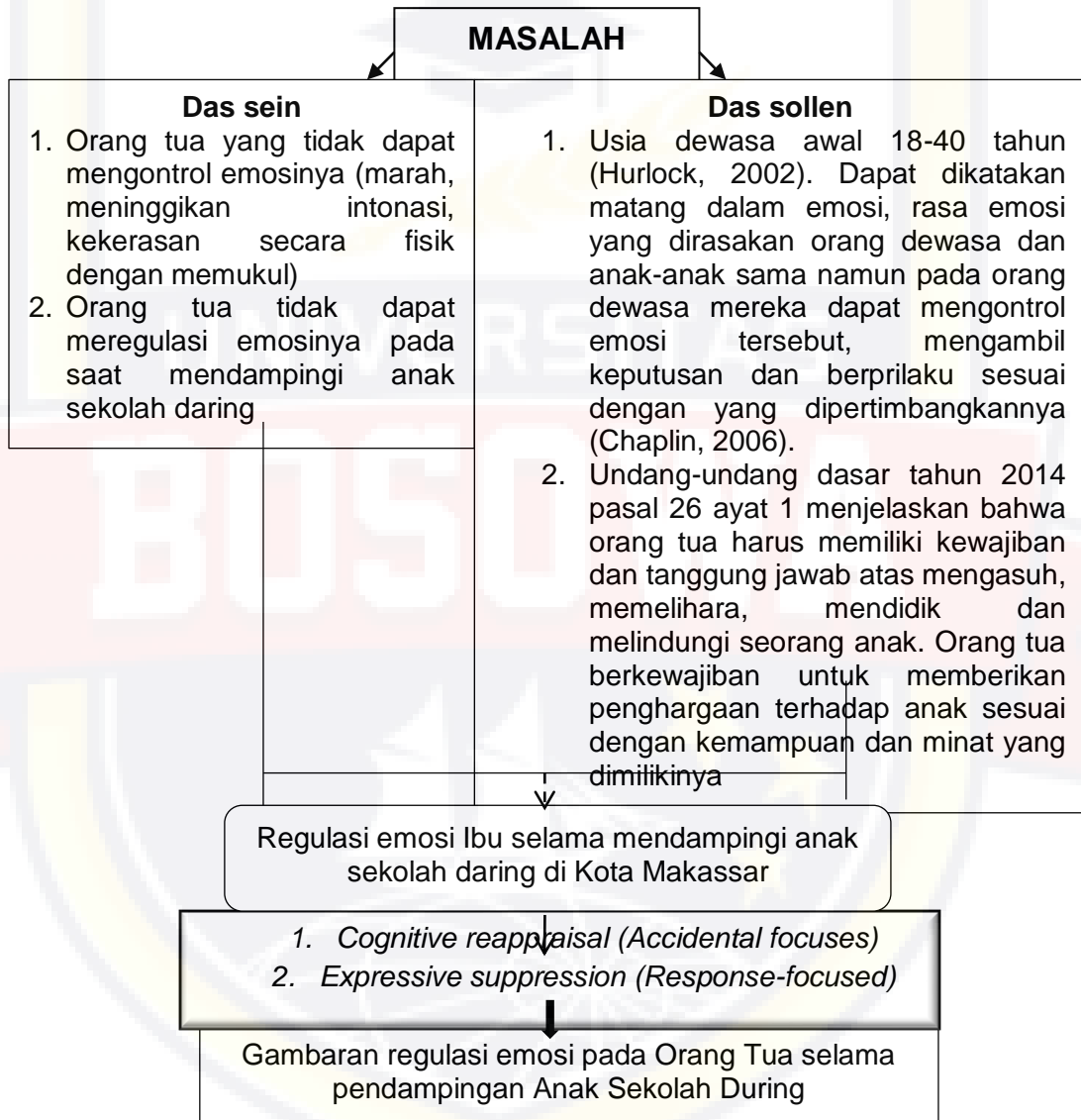
Regulasi emosi didefinisikan sebagai pembentukan emosi seseorang, emosi yang dirasakan, dan pengalaman atau bagaimana seseorang mengekspresikan emosi. Oleh sebab itu, regulasi emosi berkaitan dengan bagaimana emosi itu dapat diatur, bukan dengan bagaimana emosi mengatur sesuatu yang lain (Gross, 2014).

Berdasarkan fenomena dan hasil wawancara yang ditemukan peneliti kemampuan orang tua dalam meregulasi emosi pada saat membimbing, mengawasi, dan membantu anak pada saat sekolah daring kurang hal tersebut dikuatkan dengan hasil wawancara kepada 8 orang responden yang dimana jawaban rata-rata responden emosi marah yang muncul karena anak sulit untuk diajari, stress, memarahi anak dengan meninggikan nada suara, hingga melakukan kekerasan kepada anak.

Seharusnya menurut Undang-undang dasar tahun 2014 pasal 26 ayat 1 menyatakan bahwa menjadi orang tua memiliki kewajiban dan tanggung jawab atas mengasuh, memelihara, mendidik dan melindungi anak. Usia dewasa awal menurut (Hurlock, 2002) dimulai pada 18-40 tahun dan



dapat dikatakan matang dalam emosi, rasa emosi yang dirasakan sama dengan anak-anak namun orang dewasa telah mampu mengatur emosi yang dirasakan dan perilaku yang harus ditampilkan (Chaplin, 2006).



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk menjelaskan secara singkat mengenai kondisi, situasi, atau variabel yang muncul di masyarakat yang dijadikan sebagai objek penelitian yang berdasarkan apa yang terjadi. Kemudian menjelaskan mengenai karakter atau gambaran yang sesuai dengan kondisi, situasi, atau menganalisis data penelitian tersebut (Bungin, 2017).

#### **B. Variabel Penelitian**

Sugiyono (dalam Hermawan, 2019) menjelaskan bahwa variabel adalah suatu hal yang berbentuk apa saja yang sudah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari agar mendapatkan informasi tentang hal tersebut, kemudian akan ditarik kesimpulannya. Suharsimi Arikunto (dalam Hermawan, 2019) juga menjelaskan bahwa variabel penelitian merupakan hal yang menjadi pusat perhatian pada suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah regulasi emosi.

#### **C. Definisi Konseptual dan Operasional**

##### **1. Definisi Konseptual**

Gross (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak disadari untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yang muncul dan perilaku individu. Seseorang yang mempunyai regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakan baik itu positif ataupun

negatif dan individu juga dapat mengurangi emosinya secara positif ataupun negatif.

## **2. Definisi Operasional**

Regulasi Emosi yaitu suatu keadaan individu ketika mengalami suatu hal yang melibatkan emosi baik itu positif maupun negatif namun individu masih dapat mengelola atau meredakan emosi yang dirasakan agar tidak memberikan dampak negatif bagi orang lain, lingkungan atau objek tertentu.

## **D. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa populasi merupakan daerah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu, sesuai dengan yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan harus memiliki karakteristik tertentu untuk membedakan antar populasi satu dengan yang lainnya seperti ciri individual dan ciri demografis yang spesifik (Azwar, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu yang memiliki Anak sekolah dasar dan sedang belajar daring. yang berada di Kota Makassar yang jumlahnya tidak diketahui dengan pasti.

### **2. Sampel**

Azwar (2017) menjelaskan bahwa sampel merupakan sebagian dari populasi yang harus mengandung ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi. Sugiyono (2013) mengatakan bahwa apabila populasi besar dan peneliti memiliki keterbatasan dalam hal dana, waktu, tenaga

maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah orang tua dengan penentuan jumlah sampel berdasarkan rumus persamaan yang dikemukakan oleh Abdullah & Sutanto (2015) yaitu  $n \geq \frac{1}{\alpha}$  pada penelitian ini adalah 0.05 maka sampel yang akan diteliti sebanyak 400 orang. Selain itu, penggunaan  $\alpha$  digunakan karena jumlah populasi tidak diketahui secara pasti.

### 3. Teknik Pengumpulan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik non-probability sampling karena peneliti tidak mengetahui peluang masing-masing anggota populasi untuk dijadikan sampel penelitian. Azwar (2017) menjelaskan bahwa teknik non-probability sampling digunakan apabila besarnya peluang anggota dalam populasi untuk terpilih sebagai sampel tidak diketahui jumlahnya. Teknik penentuan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purpose sampling* yaitu Teknik pengumpulan sampel sesuai dengan beberapa pertimbangan atau sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan (Sujawarni & Endrayanto, 2012). Adapun kriteria subjek yang ditentukan oleh peneliti sebagai berikut :

1. Ibu yang berdomisili di Kota Makassar
2. Memiliki anak usia SD (Sekolah Dasar)
3. Memiliki anak yang sedang Sekolah Daring

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian ini melalui penyebaran skala psikologi. Azwar (2013) menyatakan bahwa skala psikologi merupakan prosedur pengambilan data yang mengungkapkan konstruk psikologi yang dapat menggambarkan aspek kepribadian subjek penelitian. Skala psikologi yang digunakan berjenis skala *likert* yang terdiri atas item-item pernyataan favorable dengan 7 alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), AS (Agak Sesuai), N (Netral), ATS (Agak Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

Azwar (2013) menyatakan bahwa format aitem yang digunakan dalam penyusunan skala psikologi berbentuk pernyataan dengan menggunakan kalimat deklaratif. Isi pernyataan merupakan stimulus yang disajikan berupa suatu permasalahan, keadaan, situasi atau kasus hipotetik yang seakan-akan dialami oleh subjek dan subjek harus menentukan salah satu tindakan diantara pilihan-pilihan yang disediakan. Isi stimulus harus berupa situasi yang mungkin pernah dialami subjek.

### 1. Skala Regulasi Emosi

Alat ukur regulasi emosi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi emosi berdasarkan dua strategi regulasi emosi menurut Gross (2014) yaitu strategi *cognitive reappraisal* dan strategi *expressive suppression*. Skala yang digunakan adalah hasil skala adaptasi yang disusun oleh Nurrahmah (2020) yang digunakan peneliti untuk melakukan pengambilan data.

Tabel 3.1 Blue Print Skala Regulasi Emosi

Strategi	Indikator	Aitem	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
<i>Cognitive Reappraisal</i>	Berpikir sebelum bertindak	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
<i>Expressive Suppression</i>	Memendam perasaan	7, 8, 9, 10	4
<b>Total</b>		<b>10</b>	<b>10</b>

## F. Uji Instrumen

### 1. Proses Adaptasi Skala

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu hasil adaptasi skala yang disusun oleh Rahmah (2020) dan kemudian peneliti adaptasi dan menyesuaikan isi item sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan.

### 2. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata validity yang berarti sejauhmana keakuratan suatu alat ukur atau skala penelitian dalam menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar, 2016). Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrument (Arikunto, 2016). Dalam penelitian ini, digunakan program IBM SPSS versi 2.1. Instrument dikatakan valid apabila telah mampu mengukur apa yang diinginkan dan apa yang diungkapkan dari variabel yang diteliti. Azwar (2019) membagi tiga jenis uji validitas yaitu validitas isi, validitas konstruk dan validitas kriteria.

#### 1. Validitas isi

Validitas isi merupakan validitas logis yang digunakan untuk

mengetahui sejauh mana isi tes dapat dipahami dari aspek variabel yang hendak diukur. Validitas isi digunakan sebagai pengujian terhadap kelayakan suatu alat ukur atau suatu alat tes melalui analisis rasional oleh beberapa ahli dalam bidang yang disebut sebagai *expert judgment* atau *subject matter expert* (SME) (Azwar, 2018). Validitas isi terbagi atas dua yaitu :

**a) Validitas logis**

Subject Matter Expert (SME) yang terlibat dalam penelitian ini untuk validitas logis yaitu merupakan dosen Fakultas Psikologi yaitu Ibu Hasniar A.Radde, S.Psi., M.Si yang dipilih menjadi SME dalam skala penelitian ini. Berdasarkan hasil revisi validitas logis yang telah dilakukan pada skala regulasi emosi, item-item diberikan masukan revisi oleh SME. Kemudian, hasil revisi tersebut peneliti melakukan perbaikan berdasarkan saran-saran yang diberikan oleh SME, yang selanjutnya dilakukan uji validitas tampak.

**b) Validitas tampak (Face Validity)**

Validitas tampak adalah bentuk validitas yang membuktikan apakah hasil pengukuran yang diperoleh dari aitem-aitem tes berhubungan dengan konstruk teoritik yang menjadi acuan dari penyusunan tes tersebut (Azwar, 2015). Validitas tampak dapat dikatakan telah terpenuhi apabila tampilan dari tes dapat memberikan kesan meyakinkan dan bisa menggali tes yang hendak diukur. Sebaliknya, apabila tes dengan validitas tampak yang rendah atau tidak meyakinkan akan membuat responden

mengerjakan tes tersebut dengan seadanya (Azwar, 2018).

Pada penelitian ini, untuk melakukan validitas tampak, peneliti membagikan skala kepada 5 orang masing-masing responden Ibu yang memiliki anak yang sedang melaksanakan sekolah daring untuk melakukan penilaian kelayakan dari segi tampak atau tampilan. Peneliti membagikan skala siap sebar kepada ke lima calon SME dengan menggunakan google form untuk di nilai dengan melihat tata letak, identitas responden, petunjuk pengerjaan, typo atau penulisan yang salah. Setelah didapatkan hasil review, bahwa semua poin-poin yang direview baik dan bagus. Kemudian, peneliti siap menyebarkan skala ke sampel populasi dengan izin persetujuan pembimbing.

### **c) Validitas Konstruk**

Allen & Yen (dalam Azwar, 2017) menjelaskan bahwa validitas konstruk merupakan validitas yang digunakan untuk melihat sejauhmana aitem-aitem tes mampu mengukur apa yang hendak diukur sesuai dengan konsep teoritis. Pada penelitian ini, proses validasi yang dilakukan adalah *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dengan menggunakan aplikasi lisrel 8.70 dengan beberapa tahapan. Salah satu tahapan awal dalam menganalisis validitas di lisrel dengan mengkorelasikan antara item dengan syarat data dan model match Goodness of Fit (GOF) yaitu nilai P-Value > 0.05 dan RMSEA < 0.05.

Setelah peneliti melakukan analisis CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) dengan menggunakan aplikasi lisrel 8.70 diperoleh hasil



pada skala regulasi emosi yang terdiri atas 10 item, tidak ditemukan item yang gugur. Sepuluh item layak digunakan dengan dibuktikan tidak ditemukan nilai minus pada hasil analisis Lisrel 8.70, sehingga semua item yang telah diadaptasi dapat digunakan dalam penelitian ini. Berikut tabel rincian item pada skala regulasi emosi setelah uji coba:

Tabel 3.2 Blue Print Skala Regulasi Emosi

Strategi	Indikator	Aitem	Jumlah
		<b>Favorable</b>	
<i>Cognitive Reappraisal</i>	Berpikir sebelum bertindak	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
<i>Expressive Suppression</i>	Memendam Perasaan	7, 8, 9, 10	4
Total		<b>10</b>	<b>10</b>

## 2. Uji Reliabilitas

Azwar (2017) menjelaskan bahwa reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang berarti suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data dengan tingkat reliabilitas tinggi. Tingkat reliabilitas yang tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel yang artinya bahwa konsep reliabilitas untuk mengukur sejauh mana hasil suatu proses pengukuran pada penelitian dapat dipercaya.

Tabel 3.3 Reliabilitas Skala Regulasi Emosi

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
,742	10

### G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini untuk melihat gambaran regulasi emosi pada orang tua yang mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar. Teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif yang dilakukan untuk menjelaskan secara sistematis dan akurat fakta atau karakteristik dari populasi penelitian (Azwar, 2017). Analisis deskriptif dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi *Microsoft Excel* dan *SPSS.2.1*.

### H. Jadwal Penelitian

Kegiatan	Oktober				November				Desember				Januari				Februari			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Penyusunan Proposal	■				■															
Persiapan Instrumen Penelitian									■				■							
Uji Instrumen																	■			
Menginput Data																	■			
Penyusunan Laporan																	■			

## BAB IV

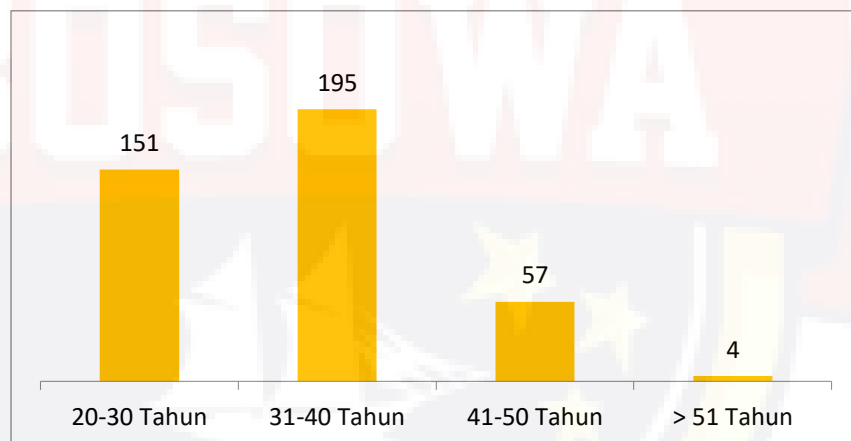
### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Analisis

Penelitian ini melibatkan subjek yang yaitu Ibu yang memiliki anak yang sedang melaksanakan sekolah daring/online di Kota Makassar dengan rentan usia 18 sampai 55 tahun. Penelitian ini melibatkan sebanyak 406 responden yang di jadikan sebagai subjek penelitian. Di bawah ini akan diuraikan mengenai gambaran umum responden berdasarkan demografi yang telah peneliti tentukan.

##### 1. Deskriptif Responden Berdasarkan Demografi

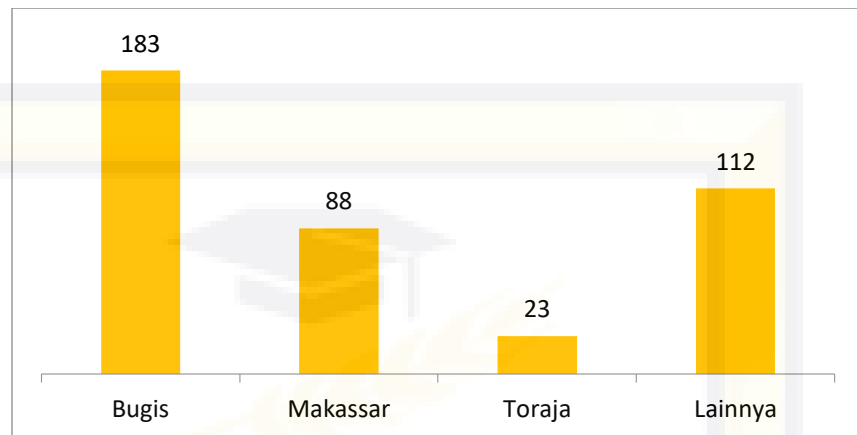
###### a. Usia



Gambar 4.1 Diagram subjek berdasarkan usia

Berdasarkan diagram diatas dapat diuraikan bahwa hasil data yang didapatkan peneliti yaitu 151 responden yang berusia 20-30 tahun atau sebesar 37%, 195 responden yang berusia 31-40 tahun atau sebesar 48%, 57 responden yang berusia 41-50 tahun atau sebesar 14%, dan 4 responden yang berusia diatas 51 tahun atau sebesar 1%.

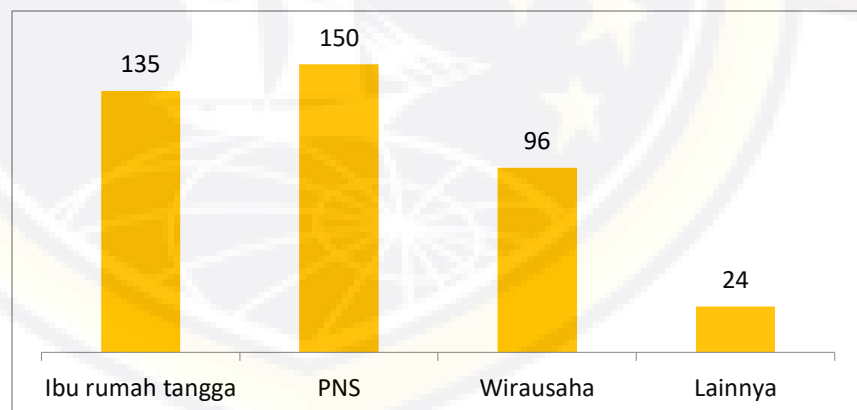
## b. Suku



Gambar 4.2 Diagram berdasarkan suku

Berdasarkan diagram diatas dapat diuraikan bahwa hasil data yang didapatkan peneliti yaitu sebanyak 183 responden bersuku Bugis atau sebesar 45%, sebanyak 88 responden bersuku Makassar atau sebesar 22%, sebanyak 23 responden bersuku Toraja atau sebesar 6%, dan 112 responden bersuku lainnya atau sebesar 28%.

## c. Pekerjaan

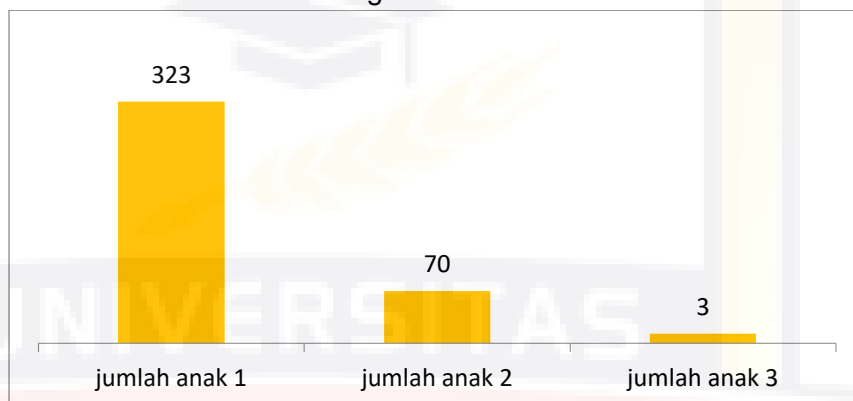


Gambar 4.3 Diagram berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan diagram diatas dapat diuraikan bahwa hasil data yang didapatkan peneliti yaitu sebanyak 135 responden Ibu rumah tangga atau sebesar 33%, kemudian sebanyak 150 responden

bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil atau pegawai Swasta atau sebesar 37%, sebanyak 96 responden Wirausaha atau sebesar 24%, dan sebanyak 24 responden memilih lainnya atau sebesar 6%.

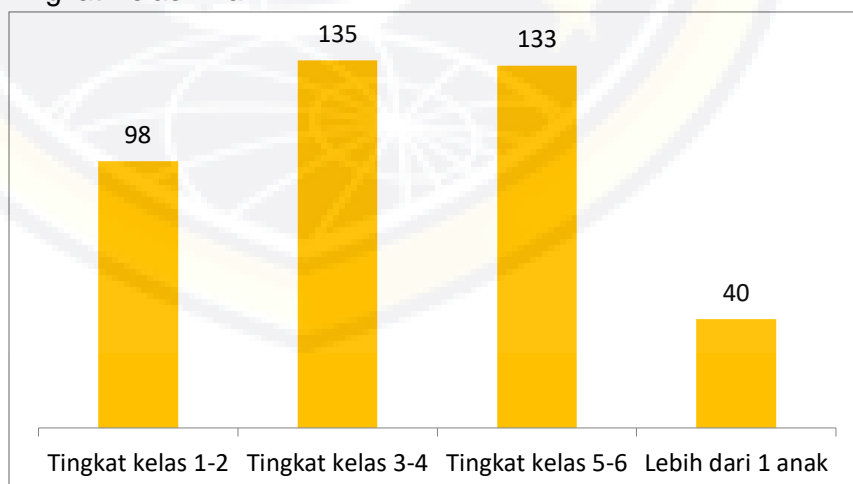
d. Jumlah Anak Sekolah Daring



Gambar 4.4 Diagram berdasarkan jumlah anak sekolah daring

Berdasarkan diagram diatas dapat diuraikan bahwa hasil data yang didapatkan peneliti yaitu sebanyak 323 responden yang memiliki anak berjumlah 1 atau sebesar 80%, 70 responden yang memiliki anak sebanyak 2 atau sebesar 17%, dan 13 responden yang memiliki anak sebanyak 3 atau sebanyak 3%.

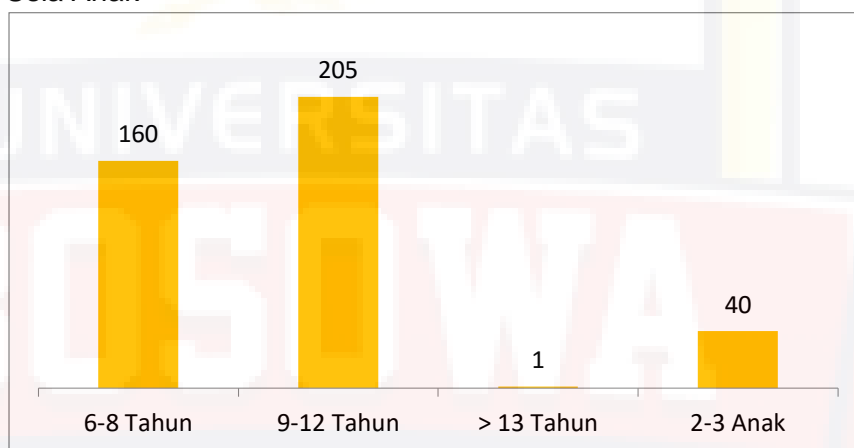
e. Tingkat Kelas Anak



Gambar 4.5 Diagram berdasarkan tingkat kelas anak

Berdasarkan diagram diatas dapat diuraikan bahwa hasil data yang didapatkan peneliti yaitu sebanyak 98 responden yang memiliki anak kelas 1 atau 2 atau sebesar 24%, 135 responden yang memiliki anak kelas 3 atau 4 atau sebesar 33%, kemudian 133 responden yang memiliki anak kelas 5 atau 6 atau sebesar 33%, dan sebanyak 40 responden atau sebesar 10% yang memiliki dua orang anak di tingkatan kelas berbeda.

f. Usia Anak



Gambar 4.6 Diagram berdasarkan usia anak

Berdasarkan diagram diatas dapat diuraikan bahwa hasil data yang didapatkan peneliti yaitu sebanyak 160 responden atau sebesar 39% yang memiliki anak dengan rentan usia 6 sampai 8 tahun, sebanyak 205 responden atau sebesar 50% yang memiliki anak dengan rentan usia 9 sampai 12 tahun, 1 responden atau sebesar 0% yang memiliki anak dengan usia 13 tahun, dan sebanyak 40 responden atau sebesar 10% yang memiliki lebih dari satu anak dengan rentan usia yang berbeda-beda.

## 2. Deskriptif Regulasi Emosi

Regulasi emosi terdiri atas dua tipe. Peneliti akan mendeskripsikan masing-masing tipe tersebut. Deskriptif tersebut akan sampai pada norma empirik yang bersumber dari mean empirik dan norma hipotetik yang bersumber dari mean hipotetik. Berikut penormaan dari masing-masing tipe dari regulasi emosi.

## 3. Variabel Berdasarkan Tingkat Skor

### a. *Cognitive Reappraisal*

Hasil olah data analisis deskriptif yang dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 21.0. Kategorisasi yang digunakan dalam menganalisis data dalam penelitian ini yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Tabel 4.1 Kategori Skor Berdasarkan Empirik

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X > ( \text{Mean} + 1.5 \text{ SD} )$
Tinggi	$( \text{Mean} + 0.5 \text{ SD} ) < X \leq ( \text{Mean} + 1.5 \text{ SD} )$
Sedang	$( \text{Mean} - 0.5 \text{ SD} ) < X \leq ( \text{Mean} + 0.5 \text{ SD} )$
Rendah	$( \text{Mean} - 1.5 \text{ SD} ) < X \leq \text{Mean} - 0.5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	$( \text{Mean} - 1.5 \text{ SD} ) > X$

Deskriptif tingkat skor dalam penelitian ini disajikan dengan tabel hasil analisis deskriptif gambaran regulasi emosi dengan menggunakan hasil pengolahan dari aplikasi SPSS, sebagai berikut:

Tabel 4.2 Kategori Skor Berdasarkan Hipotetik

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi
Tinggi	$M + 1. \text{SD} \leq X$
Sedang	$M - 1. \text{SD} \leq X < M + 1. \text{SD}$
Rendah	$M - 1. \text{SD} \leq X$

Tabel 4.3 Hasil Analisis Regulasi Emosi Berdasarkan Empirik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jumlah	406	6	36	15,88	4,809
Valid N (listwise )	406				

Berdasarkan tabel hasil statistik deskriptif di atas dapat diketahui bahwa dari jumlah data (N) yaitu sebanyak 406 responden didapatkan nilai rata-rata (mean) yaitu sebesar 15,88 dengan standar deviasi (Std.Deviation) 4,809 dan skor jumlah terkecil (minimum) yaitu 6 sebesar dan skor jumlah terbesar maximum) yaitu 36.

Tabel 4.4 Hasil Analisis Regulasi Emosi Berdasarkan Hipotetik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jumlah	406	6	30	18	4
Valid N (listwise)	406				

Berdasarkan tabel hasil statistik deskriptif di atas dapat diketahui bahwa dari jumlah data (N) yaitu sebanyak 406 responden didapatkan nilai rata-rata (mean) yaitu sebesar 18 dengan standar deviasi (Std.Deviation) 4 dan skor jumlah terkecil (minimum) yaitu 6 sebesar dan skor jumlah terbesar maximum) yaitu 30.

Tabel 4.5 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Empirik

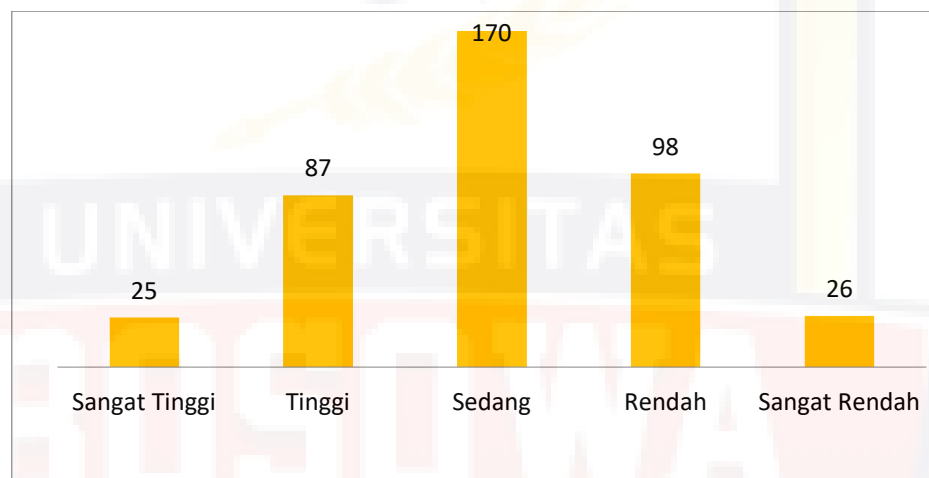
Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	$X > (\bar{X} + 1.5 SD)$	$X > 23,10$	25	6
Tinggi	$(\bar{X} + 0.5 SD) < X \leq (\bar{X} + 1.5 SD)$	$18,29 < X \leq 23,10$	87	22
Sedang	$(\bar{X} - 0.5 SD) < X \leq (\bar{X} + 0.5 SD)$	$13,48 < X \leq 18,29$	170	42
Rendah	$(\bar{X} - 1.5 SD) < X \leq (\bar{X} - 0.5 SD)$	$8,67 < X \leq 13,48$	98	24
Sangat Rendah	$(\bar{X} - 1.5 SD) > X$	$8,67 > X$	26	6

Ket :  $\bar{X}$  = Mean ; SD = Standar Deviasi



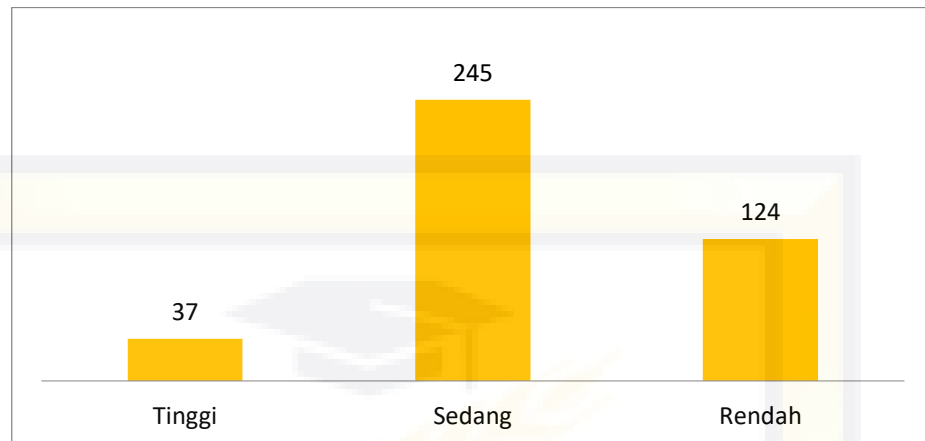
Tabel 4.6 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Hipotetik

Kategorisasi	Rumus	Hasil	Frekuensi	%
Penormaan	Kategorisasi	Kategorisasi		
Tinggi	$M + 1.SD \leq X$	$18 + 4 \leq X$	37	9
Sedang	$M - 1.SD \leq X < M + 1.SD$	$18 - 4 \leq X \leq 18 + 4$	245	60
Rendah	$M - 1.SD \leq X$	$18 - 4 > X$	124	31



Gambar 4.7 Diagram berdasarkan kategorisasi Empirik

Berdasarkan dari hasil diagram yang didapatkan bahwa sebanyak 25 (6%) memiliki tingkat Regulasi Emosi sangat tinggi, sedangkan sebanyak 87 (22%) responden yang memiliki tingkat Regulasi Emosi yang tinggi. Kemudian jumlah responden yang memiliki tingkat Regulasi Emosi yang sedang 170 (42%), sedangkan jumlah responden Regulasi Emosi rendah sebanyak 98 (24%) responden dan jumlah responden 26 (6%) terdapat pada tingkat skor Regulasi Emosi sangat rendah.



Gambar 4.8 Diagram Kategorisasi berdasarkan Hipotetik

Berdasarkan dari hasil diagram yang didapatkan bahwa sebanyak 37 (9%) responden berada pada kategori tinggi yang memiliki tingkat regulasi emosi, kemudian sebanyak 245 (60%) responden yang memiliki tingkat regulasi emosi berada pada kategori sedang, dan tingkat regulasi emosi rendah sebanyak 124 (31%). 25 responden.

*b. Expressive Suppression*

Hasil olah data analisis deskriptif yang dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 21.0. Kategorisasi yang digunakan dalam menganalisis data dalam penelitian ini yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Tabel 4.7 Hasil Analisis Regulasi Emosi Berdasarkan Empirik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jumlah	406	4	23	12,56	3,58
Valid N (listwise)	406				

Berdasarkan tabel hasil statistik deskriptif diatas dapat dikehataui bahwa dari jumlah data (N) yaitu sebanyak 406 responden didapatkan nilai rata-rata (mean) yaitu sebesar 12,56 dengan standar deviasi (Std.Deviation) 3,58 dan skor jumlah

terkecil (minimum) yaitu 4 sebesar dan skor jumlah terbesar maximum) yaitu 23.

Tabel 4.8 Hasil Analisis Regulasi Emosi Berdasarkan Hipotetik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jumlah	406	4	20	12	2,66
Valid N (listwise)	406				

Berdasarkan tabel hasil statistik deskriptif diatas dapat dikehauti bahwa dari jumlah data (N) yaitu sebanyak 406 responden didapatkan nilai rata-rata (mean) yaitu sebesar 12 dengan standar deviasi (Std.Deviation) 2,66 dan skor jumlah terkecil (minimum) yaitu 4 sebesar dan skor jumlah terbesar maximum) yaitu 20.

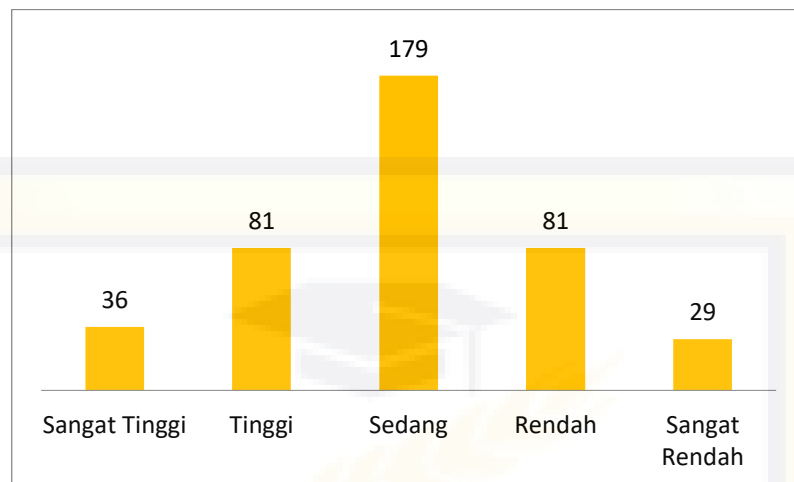
Tabel 4.9 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Empirik

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi	Frekuensi	%
Sangat Tinggi	$X > (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$	$X > 17,93$	36	9
Tinggi	$(\bar{X} + 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$	$14,35 < X \leq 17,93$	81	20
Sedang	$(\bar{X} - 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 0.5 \text{ SD})$	$10,77 < X \leq 14,45$	179	44
Rendah	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} - 0.5 \text{ SD})$	$7,19 < X \leq 10,77$	81	20
Sangat Rendah	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) > X$	$7,19 > X$	29	7

Ket :  $\bar{X}$  = Mean ; SD = Standar Deviasi

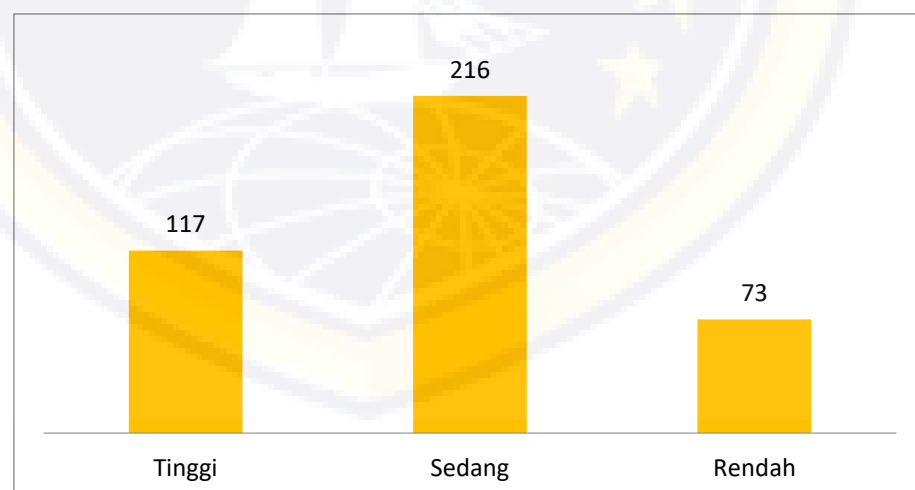
Tabel 4.10 Kategori Regulasi Emosi Berdasarkan Hipotetik

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi	Frekuensi	%
Tinggi	$M + 1.SD \leq X$	$12 + 2,66$	117	29
Sedang	$M - 1.SD \leq X < M + 1.SD$	$12 - 2,66$	216	53
Rendah	$M - 1.SD \leq X$	$12 - 2,66 > x$	73	18



Gambar 4.9 Diagram berdasarkan Kategorisasi Empirik

Berdasarkan dari hasil diagram yang didapatkan bahwa sebanyak 36 (9%) memiliki tingkat Regulasi Emosi sangat tinggi, sedangkan sebanyak 81 (20%) responden yang memiliki tingkat Regulasi Emosi yang tinggi. Kemudian jumlah responden yang memiliki tingkat Regulasi Emosi yang sedang 179 (44%), sedangkan jumlah responden Regulasi Emosi rendah sebanyak 81 (20%) responden dan jumlah responden 29 (7%) terdapat pada tingkat skor Regulasi Emosi sangat rendah.



Gambar 4.10 Diagram berdasarkan kategorisasi Hipotetik

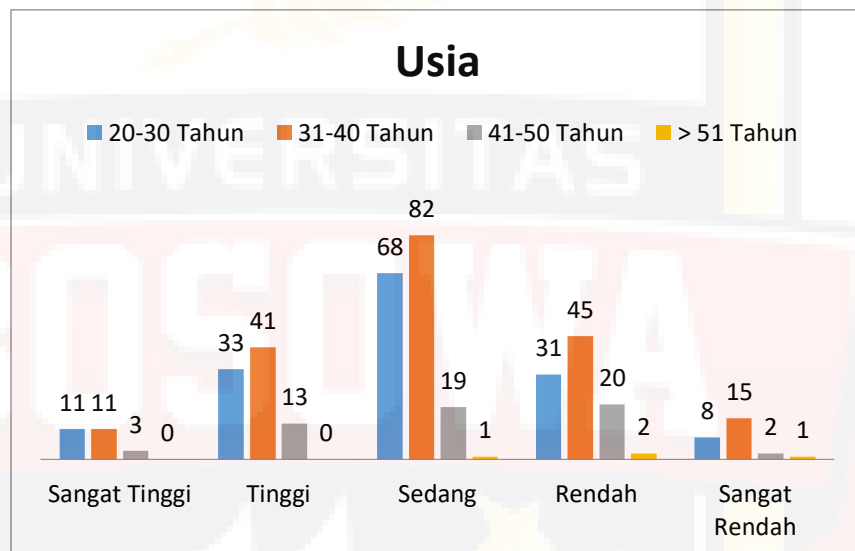
Berdasarkan dari hasil diagram yang didapatkan bahwa sebanyak

117 (29%) responden berada pada kategori tinggi yang memiliki tingkat regulasi emosi, kemudian sebanyak 216 (53%) responden yang memiliki tingkat regulasi emosi berada pada kategori sedang, dan tingkat regulasi emosi rendah sebanyak 73 (18%).

#### 4. Deskriptif Regulasi Emosi Berdasarkan Demografi Empirik

##### 1. Regulasi Emosi Berdasarkan Demografi *Cognitive Reappraisal*

##### a. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia



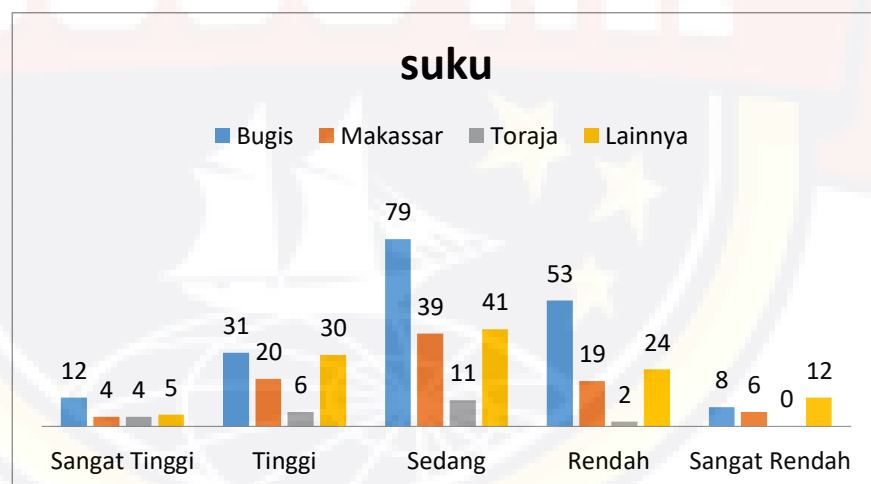
Gambar 4.11 Diagram berdasarkan usia

Dapat dilihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan usia menunjukkan bahwa yang termasuk dalam sangat tinggi pada usia 31-40 tahun yaitu sebanyak 11 orang (3%), usia 20-30 tahun yaitu sebanyak 11 orang (3%) dan pada usia 41-50 tahun yaitu sebanyak 3 orang (1%). Pada kategori Tinggi pada usia 31-40 tahun yaitu sebanyak 41 orang (10%), pada usia 20-30 tahun yaitu sebesar 33 orang (8%), dan pada usia 41-50 tahun yaitu sebesar 13 orang (3%).

Pada kategori sedang pada usia 31-40 tahun yaitu sebanyak 82 orang (20%), usia 20-30 tahun yaitu sebanyak 68 orang (17%) dan pada usia 41-50 tahun yaitu sebanyak 19 orang (5%) dan pada usia >51 yaitu sebanyak 1 orang (0%). Kategori rendah pada usia 31-40 tahun yaitu sebanyak 45 orang (11%), usia 20-30 tahun yaitu sebanyak 31 orang (8%) dan pada usia 41-50 tahun yaitu sebanyak 20 orang (5%) dan pada usia >51 yaitu sebanyak 2 orang (0%).

Pada kategori sangat rendah pada usia 31-40 tahun yaitu sebanyak 15 orang (4%), usia 20-30 tahun yaitu sebanyak 8 orang (2%) dan pada usia 41-50 tahun yaitu sebanyak 2 (0%) dan pada usia >51 yaitu sebanyak 1 orang (0%).

b. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Suku



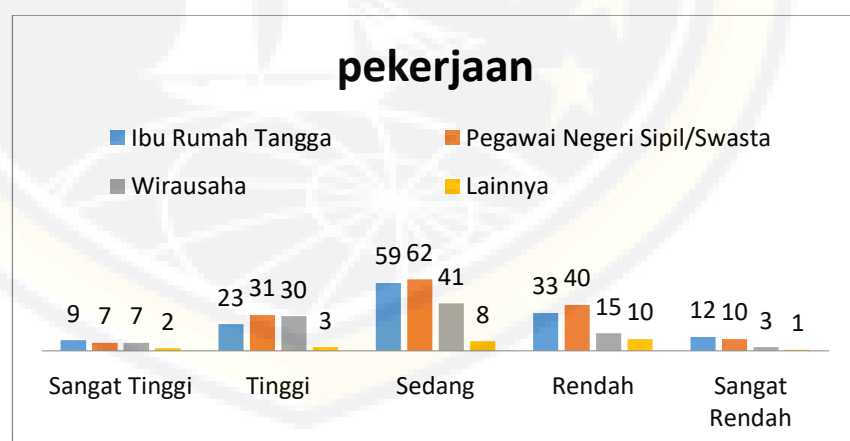
Gambar 4.12 Diagram berdasarkan Suku

Dapat lihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan Suku dengan kategori sangat tinggi ditinjau dari suku Bugis sebanyak 12 orang (3%), suku Makassar sebanyak 4 orang

(2%), suku Toraja sebanyak 4 orang (1%), dan untuk suku lainnya sebanyak 5 orang (0%). Kategori Tinggi ditinjau dari suku bugis sebanyak 31 orang (9%), suku Makassar sebanyak 20 orang (4%), suku Toraja sebanyak 6 orang (2%), dan untuk suku lainnya sebanyak 30 orang (8%). Kategori sedang ditinjau dari suku Bugis sebanyak 79 orang (19%), suku Makassar sebanyak 39 orang (10%), suku Toraja sebanyak 11 orang (2%), dan untuk suku lainnya sebanyak 41 orang (13%).

Kategori Rendah berdasarkan suku bugis sebanyak 53 orang (13%), suku Makassar sebanyak 19 orang (4%), suku Toraja sebanyak 2 orang (0%), dan untuk suku lainnya sebanyak 24 atau orang (4%). Kategori Sangat Rendah berdasarkan suku Bugis sebanyak 8 orang (2%), suku Makassar sebanyak 6 orang (1%), suku Toraja tidak ada responden (0%), dan suku lainnya sebanyak 12 orang (3%).

### c. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Pekerjaan



Gambar 4.13 Diagram berdasarkan Pekerjaan

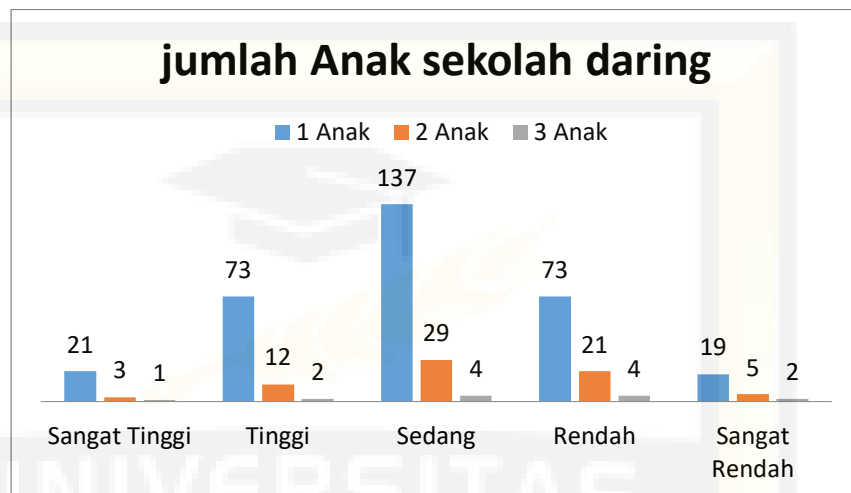
Dapat dilihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring

berdasarkan Pekerjaan ditinjau dari kategori sangat tinggi pada Ibu rumah tangga sebanyak 9 orang (2%), pegawai negeri/swasta 7 orang (2%). Wirausaha sebanyak 7 orang (2%), dan yang memilih pekerjaan lainnya sebanyak 2 orang (0%). Kategori tinggi pada Ibu rumah tangga sebanyak 23 orang (7%), pegawai negeri/swasta sebanyak 31 orang (8%), wirausaha sebanyak 30 orang (7%), yang memilih pekerjaan lainnya sebanyak 3 orang (1%).

Kategori sedang pada Ibu rumah tangga sebanyak 59 orang (15%), pegawai negeri/swasta sebanyak 62 orang (16%), wirausaha sebanyak 41 orang (11%), dan yang memilih pekerjaan lainnya 8 orang (2%). Kategori rendah pada Ibu rumah tangga sebanyak 33 orang (7%), pegawai negeri/swasta sebanyak 40 orang (9%), wirausaha sebanyak 15 orang (4%), dan yang memilih pekerjaan lainnya sebanyak 10 orang (2%). Pada kategori sangat rendah pada Ibu rumah tangga 12 orang (2%), pegawai negeri/swasta sebanyak 10 orang (2%), wirausaha 3 orang (1%), yang memilih lainnya sebanyak 1 orang (0%).



d. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Jumlah Anak Sekolah Daring

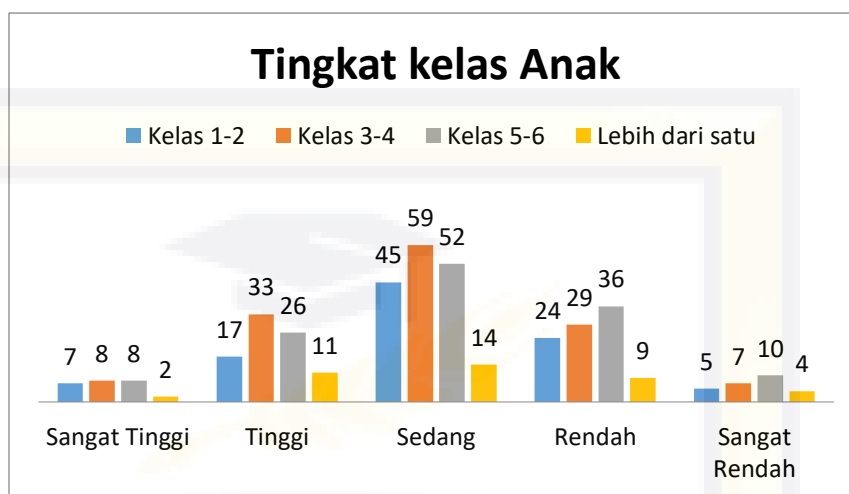


Gambar 4.14 Diagram berdasarkan Jumlah Anak Sekolah Daring

Dapat dilihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan jumlah anak sekolah daring dengan kategori sangat tinggi dilihat dari satu anak sebanyak 12 Anak (5%), dua anak sebanyak 3 Anak (1%), tiga Anak sebanyak 1 anak (0%) . Kategori tinggi dilihat dari satu Anak sebanyak 73 Anak (19%), dua anak sebanyak 12 Anak (4%), tiga Anak sebanyak 2 (0%). Kategori sedang dengan jumlah Anak satu sebanyak 137 (8%), dua Anak sebanyak 29 Anak, tiga Anak sebanyak 4 Anak (1%).

Kategori rendah dilihat dari satu Anak sebanyak 73 Anak (17%), dua Anak sebanyak 21 Anak (8%), tiga Anak sebanyak 4 Anak (1%). Dan pada kategori sangat rendah dilihat dari satu Anak sebanyak 19 Anak (4%), dua anak sebanyak 5 Anak atau (1%) dan tiga Anak sebanyak 2 Anak (0%).

## e. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Tingkat Kelas Anak



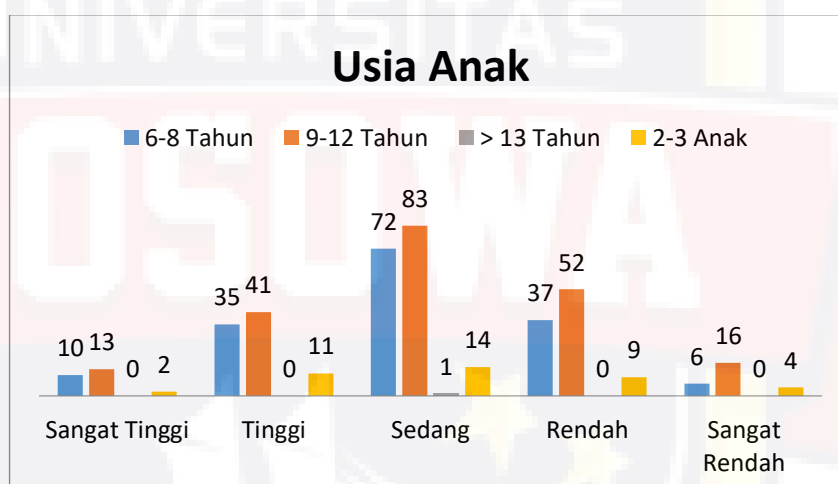
Gambar 4.15 Diagram berdasarkan Tingkat Kelas Anak

Dapat dilihat pada gambar diagram di atas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan tingkat kelas dengan kategori sangat tinggi pada tingkat kelas 1 atau 2 sebanyak 7 orang (2%), tingkat kelas 3 atau 4 sebanyak 8 orang (2%), tingkat kelas 5 atau 6 sebanyak 8 orang (2%) dan orang tua yang memiliki lebih dari 1 Anak di tingkat kelas berbeda sebanyak 2 orang (2%). Kategori tinggi pada tingkat kelas Anak 1 atau 2 sebanyak 17 orang (5%), tingkat kelas 3 atau 4 sebanyak 33 orang (8%), tingkat kelas 5 atau 6 sebanyak 26 Anak (7%) dan orang tua yang memiliki lebih dari 1 Anak di tingkat kelas berbeda sebanyak 11 orang (3%).

Kategori sedang pada tingkat kelas 1 atau 2 sebanyak 45 orang (10%), tingkat kelas 3 atau 4 sebanyak 59 orang (16%), tingkat kelas 5 atau 6 sebanyak 52 orang (15%) dan orang tua yang memiliki lebih dari 1 anak di tingkat kelas berbeda sebanyak 14 orang (15%). Kategori rendah pada tingkat kelas 1 atau 2

sebanyak 24 orang (7%), pada tingkat kelas 3 atau 4 sebanyak 29 orang (6%), kemudian pada tingkat kelas 5 atau 6 sebanyak 36 orang (7%) dan orang tua yang memiliki lebih dari 1 anak di tingkat kelas berbeda sebanyak 9 orang (3%). Pada kategori sangat rendah pada tingkat kelas 1 atau 2 sebanyak 5 orang (1%), tingkat kelas 3 atau 4 sebanyak 7 orang (2%), pada tingkat kelas 5 atau 6 sebanyak 10 orang (2%). Dan orang tua yang memiliki lebih dari 1 anak di tingkat kelas berbeda sebanyak 4 orang (1%).

f. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia Anak



Gambar 4.16 Diagram berdasarkan Usia Anak

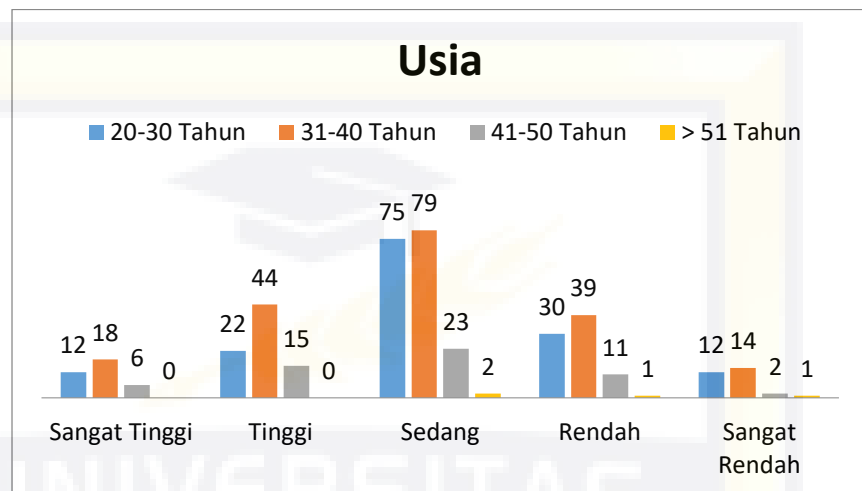
Dapat lihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan usia Anak dengan kategori sangat tinggi pada usia 6 sampai 8 tahun sebanyak 10 orang (3%), kemudian usia 9 sampai 12 tahun sebanyak 13 orang (3%), usia 13 tahun keatas tidak ada responden (0%), dan orang tua yang memiliki lebih dari satu Anak dengan usia yang berbeda sebanyak 2 orang (0%), Kategori tinggi pada usia 6 sampai 8 tahun sebanyak 35 orang

(9%), kemudian usia 9 sampai 12 tahun sebanyak 41 orang (11%), usia 13 tahun keatas tidak ada responden (0%), kemudian orang tua yang memiliki lebih dari satu Anak dengan usia yang berbeda sebanyak 11 Anak (3%).

Kategori sedang pada usia 6 sampai 8 tahun sebanyak 72 orang (17%), usia 9 sampai 12 tahun sebanyak 83 orang (24%), usia 13 tahun keatas sebanyak 1 responden (0%), dan orang tua yang memiliki lebih dari satu Anak dengan usia yang berbeda sebanyak 14 orang (3%). Kategori rendah pada usia 6 sampai 8 tahun sebanyak 37 orang (9%), usia 9 sampai 12 tahun sebanyak 52 orang (10%), kemudian usia 13 tahun keatas sebanyak 0 orang (0%), dan orang tua yang memiliki lebih dari satu Anak dengan usia yang berbeda sebanyak 9 orang (2%). Pada kategori sangat rendah pada usia 6 sampai 8 tahun sebanyak 6 orang (1%), usia 9 sampai 12 tahun sebanyak 16 orang (4%), untuk usia 13 tahun keatas tidak ada responden (0%), kemudian orang tua yang memiliki lebih dari satu Anak dengan usia yang berbeda sebanyak 4 orang (1%).

## 2. Regulasi Emosi Berdasarkan Demografi *Expressive Suppression*

### a. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia



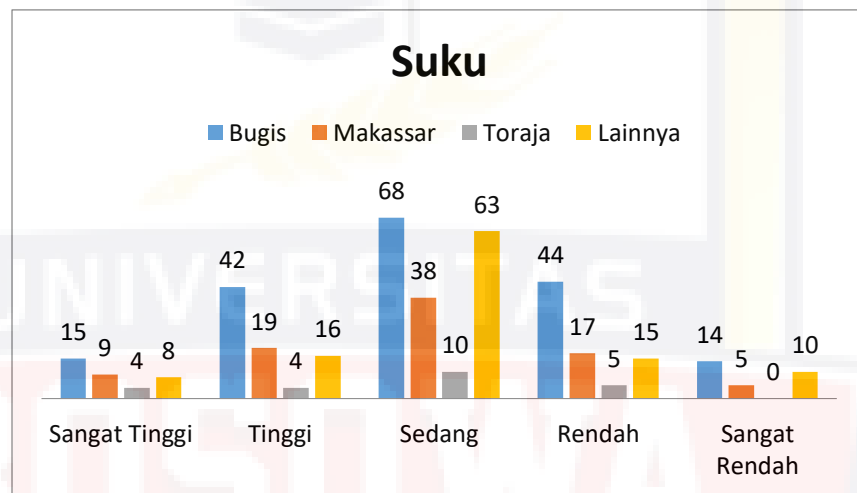
Gambar 4.17 Diagram berdasarkan Usia

Dapat dilihat pada gambar diagram di atas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan kategori sangat tinggi pada usia 31-40 tahun sebanyak 18 (4%), usia 20-30 tahun sebanyak 12 (3%), kemudian usia 41-50 tahun sebanyak 6 (1%), dan usia di atas 51 tahun sebanyak 0 (0%). Kategori tinggi pada usia 31-40 tahun sebanyak 44 (11%), kemudian usia 20-30 tahun sebanyak 22 (5%), usia 41-50 tahun sebanyak 15 (4%), dan usia di atas 51 tahun sebanyak 0 (0%). Selanjutnya kategori sedang yang tertinggi pada usia 31-40 tahun sebanyak 79 (19%), usia 20-30 tahun sebanyak 75 (18%), usia 41-50 tahun sebanyak 23 (6%), kemudian usia 51 tahun keatas sebanyak 2 (0%).

Kategori rendah yang paling tinggi yaitu pada usia 31-40 tahun sebanyak 39 (10%), usia 20-30 tahun sebanyak 30 (7%), usia 41-50 tahun sebanyak 11 (3%), dan usia di atas 51 tahun sebanyak 1

(0%). Selanjutnya kategori sangat rendah usia 31-40 tahun sebanyak 14 (3%), usia 20-30 tahun sebanyak 12 (3%), selanjutnya usia 41-50 tahun sebanyak 2 (0%), dan usia diatas 51 tahun sebanyak 1 (0%).

b. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Suku



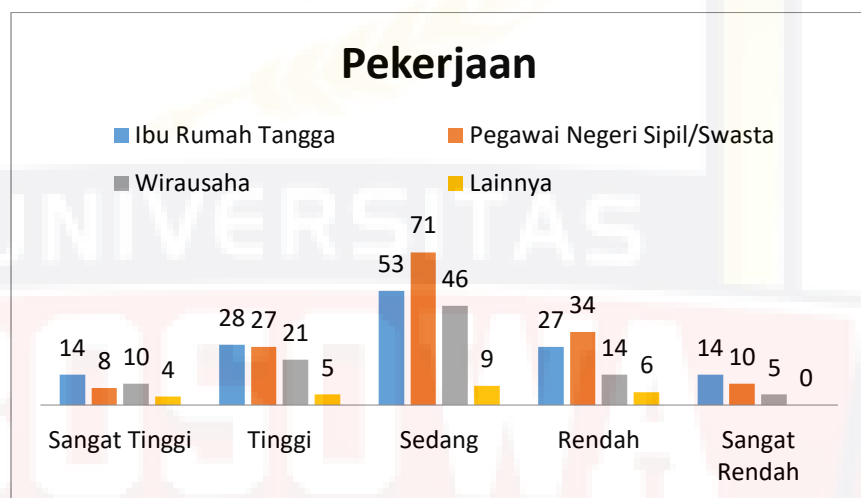
Gambar 4.18 Diagram berdasarkan Suku

Dapat lihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan suku dengan kategori sangat tinggi pada suku Bugis sebanyak 15 (4%), suku Makassar sebanyak 9 (2%), suku lainnya sebanyak 8 (2%), dan suku Toraja sebanyak 5 (1%). Kemudian kategori sedang yang tertinggi yaitu pada suku Bugis sebanyak 42 (10%), suku Makassar sebanyak 19 (5%), suku lainnya sebanyak 16 (4%) dan suku Toraja sebanyak 4 (1%). Selanjutnya pada kategori sedang yang tertinggi pada suku Bugis sebanyak 68 (17%), suku lainnya sebanyak 63 (16%), suku Makassar 38 (9%), dan suku Toraja sebanyak 10 (2%).

Kategori rendah yang tertinggi yaitu pada suku Bugis sebanyak

44 (11%), suku Makassar sebanyak 17 (4%), suku lainnya sebanyak 15 (4%), dan suku Toraja sebanyak 5 (1%). Selanjutnya pada kategori sangat rendah yang tertinggi yaitu pada suku Bugis sebanyak 14 (3%), suku lainnya sebanyak 10 (2%), suku Makassar sebanyak 5 (1%), dan suku Toraja sebanyak 0 (0%).

c. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Pekerjaan



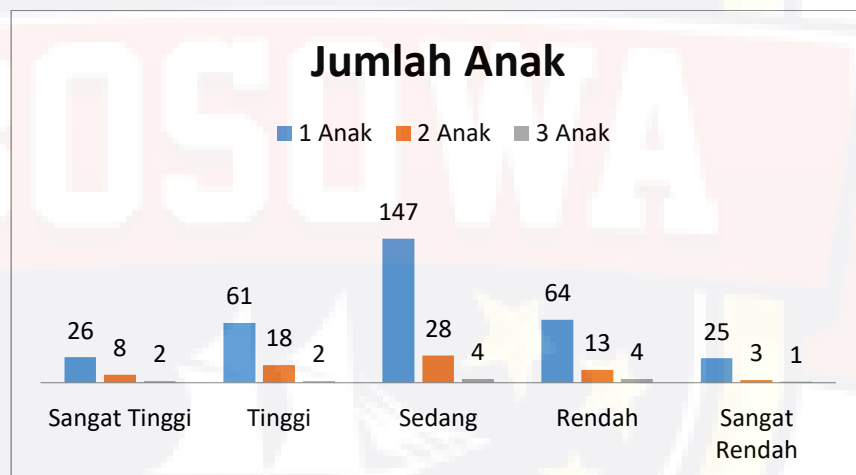
Gambar 4.19 Diagram berdasarkan Pekerjaan

Dapat lihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan pekerjaan Ibu. Kategori sangat tinggi yaitu pada Ibu rumah tangga sebanyak 14 (3%), kemudian wirausaha sebanyak 10 (2%), pegawai Negeri sipil/swasta sebanyak 8 (2%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 4 (1%). Kategori tinggi yaitu pada Ibu rumah tangga 28 (7%), pegawai Negeri sipil/swasta sebanyak 27 (7%), wirausaha sebanyak 21 (5%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 5 (1%). Selanjutnya pada kategori sedang yang tertinggi yaitu pada pegawai Negeri sipil/swasta sebanyak 71 (17%), Ibu rumah tangga sebanyak 53 (13%), wirausaha sebanyak 46 (11%),

dan pekerjaan lainnya sebanyak 9 (2%).

Pada kategori rendah yang tertinggi yaitu pada pegawai negeri sipil/swasta 34 (8%), Ibu rumah tangga sebanyak 27 (7%), wirausaha sebanyak 14 (3%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 6 (1%). Kategori sangat rendah yang tertinggi yaitu Ibu rumah tangga sebanyak 14 (3%), pegawai Negeri sipil/swasta sebanyak 10 (2%), wirausaha sebanyak 5 (1%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 0 (0%).

- d. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan jumlah Anak sekolah Daring



Gambar 4.20 Diagram berdasarkan Jumlah Anak

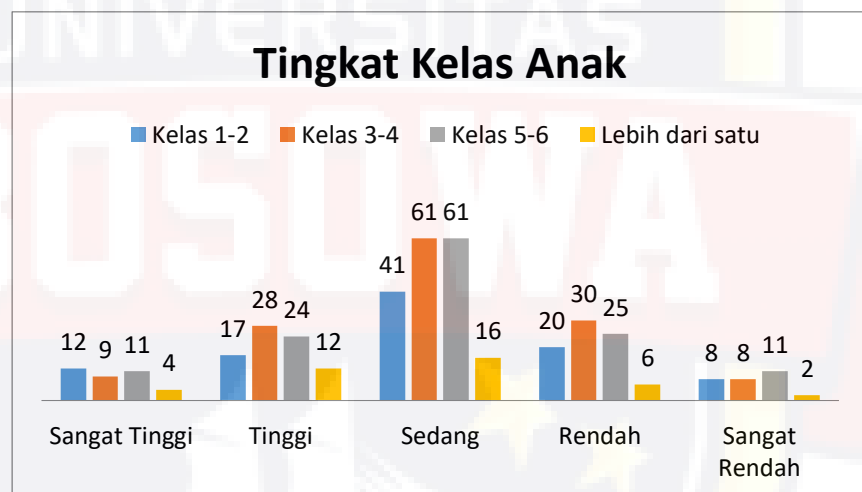
Dapat lihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan jumlah Anak. Pada kategori sangat tinggi yaitu jumlah Anak 1 sebanyak 26 (6%), kemudian jumlah Anak 2 sebanyak 8 (2%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 2 (0%). Kategori tinggi yaitu pada jumlah Anak 1 sebanyak 61 (15%), jumlah Anak 18 (4%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 2 (0%). Kemudian pada



kategori sedang yang tertinggi pada jumlah Anak 1 sebanyak 147 (36%), jumlah Anak 2 sebanyak 28 (7%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 4 (1%).

Kategori rendah yang tertinggi yaitu pada jumlah Anak 1 sebanyak 64 (16%), jumlah Anak 2 sebanyak 13 (3%), dan jumlah anak 3 sebanyak 4 (1%). Selanjutnya pada kategori sangat rendah pada jumlah Anak 1 sebanyak 25 (6%), jumlah Anak 2 sebanyak 3 (1%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 1 (0%).

e. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Tingkat Kelas Anak



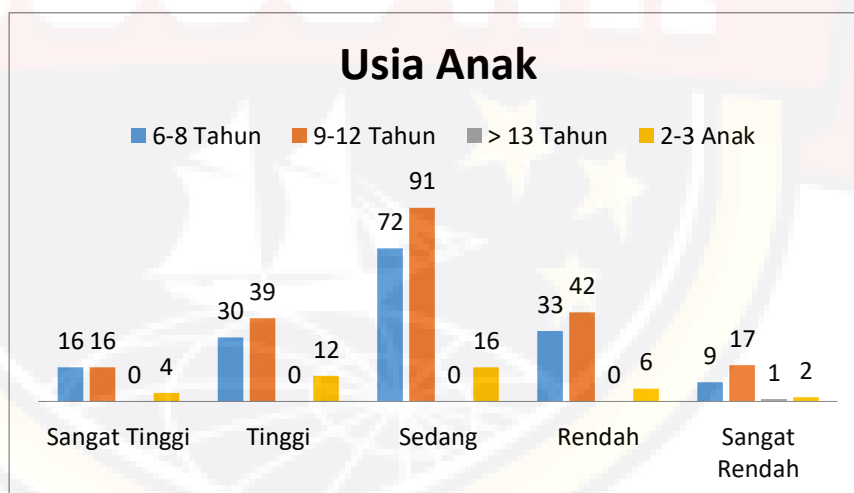
Gambar 4.21 Diagram berdasarkan Tingkat Kelas Anak

Dapat lihat pada gambar diagram diatas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan tingkat kelas Anak pada kategori sangat tinggi yaitu pada tingkat kelas 1-2 sebanyak 12 (3%), tingkat kelas 5-6 sebanyak 11 (3%), kemudian tingkat kelas 3-4 sebanyak 9 (2%) dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 4 (1%). Kategori tinggi yang tertinggi yaitu pada tingkat kelas 3-4 sebanyak 28 (7%), tingkat kelas 5-6 sebanyak 24 (6%), tingkat

kelas 1-2 sebanyak 17 (4%), dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 12 (3%). Kemudian pada yang kategori sedang yang tertinggi yaitu kelas 3-4 sebanyak 61 (15%), tingkat kelas 5-6 sebanyak 61 (15%), kelas 1-2 sebanyak 41 (10%) dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 16 (4%).

Kategori rendah yang tertinggi yaitu pada tingkat kelas 3-4 sebanyak 30 (7%), tingkat kelas 5-6 sebanyak 25 (6%), tingkat kelas 1-2 sebanyak 20 (5%) dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 6 (1%). Kategori sangat rendah pada tingkat kelas 5-6 sebanyak 11 (3%), tingkat kelas 3-4 sebanyak 8 (2%), tingkat kelas 1-2 sebanyak 8 (2%) dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 2 (0%).

f. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia Anak Sekolah Daring



Gambar 4.22 Diagram berdasarkan Usia Anak

Dapat dilihat pada gambar diagram di atas bahwa tingkat skor regulasi emosi saat pendampingan Anak sekolah daring berdasarkan usia Anak pada kategori sangat tinggi pada usia 6-8 tahun sebanyak 16 (4%), usia 9-12 tahun sebanyak 16 (4%),

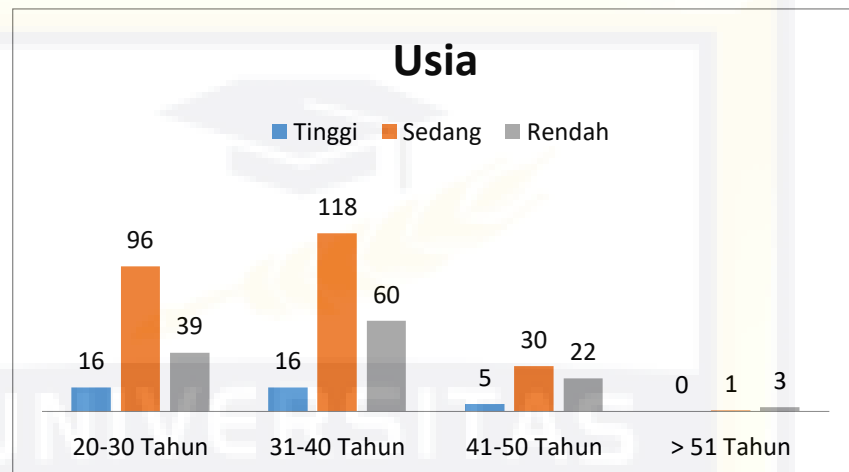
Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 4 (1%), dan usia diatas 13 tahun sebanyak 0 (0%). Kategori tinggi yaitu pada usia 9-12 tahun sebanyak 39 (10%), usia 6-8 tahun sebanyak 30 (7%), Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 12 (3%), dan usia diatas 13 tahun sebanyak 0 (0%). Selanjutnya pada kategori sedang yang tertinggi yaitu pada usia 9-12 tahun sebanyak 91 (22%), usia 6-8 tahun sebanyak 72 (18%), Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 16 (1%), dan usia diatas 13 tahun sebanyak 0 (0%).

Kategori rendah yang tertinggi yaitu pada usia 9-12 tahun sebanyak 42 (10%), usia 6-8 tahun sebanyak 33 (8%), kemudian Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 6 (1%), dan Anak usia diatas 13 tahun sebanyak 0 (0%). Kategori sangat rendah pada usia 9-12 tahun sebanyak 17 (4%), usia 6-9 tahun sebanyak 9(2%), kemudian Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 2 (0%), dan Anak usia diatas 13 tahun sebanyak 1 (0%).

## 5. Deskriptif Regulasi Emosi Berdasarkan Demografi Hipotetik

### 1. Regulasi Emosi Berdasarkan Demografi *Cognitive Reappraisal*

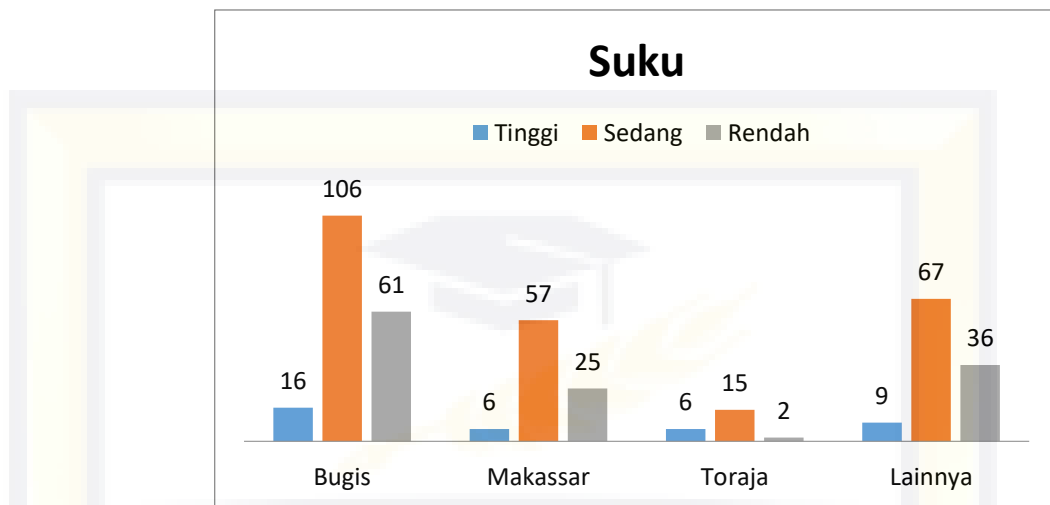
#### a. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia



Gambar 4.23 Diagram berdasarkan Usia

Berdasarkan diagram diatas, dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki regulasi emosi pada kategori usia yang tertinggi yaitu 20-30 tahun sebanyak 16 (4%), 31-40 tahun sebanyak 16 (4%), kemudian usia 41-50 tahun 5 (1%), dan usia diatas 51 tahun sebanyak 0 (0%). Selanjutnya pada kategori sedang yang tertinggi yaitu pada usia 31-40 tahun sebanyak 118 (29%), kemudian usia 20-30 tahun sebanyak 96 (24%), pada usia 41-50 tahun sebanyak 30 (7%), dan usia diatas 51 tahun sebanyak 1 (0%). Kemudian kategori rendah yang tertinggi yaitu pada usia 31-40 tahun sebanyak 60 (15%), selanjutnya usia 20-30 tahun sebanyak 39 (10%), usia 41-50 tahun sebanyak 22 (5%), dan usia diatas 50 tahun sebanyak 3 (1%).

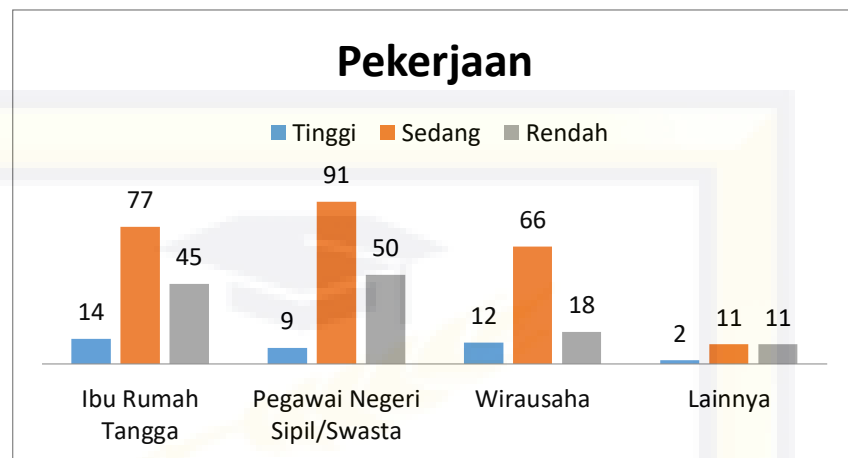
b. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Suku



Gambar 4.24 Diagram berdasarkan Suku

Berdasarkan diagram diatas, diperoleh hasil regulasi emosi berdasarkan suku pada kategori tinggi yaitu suku Bugis sebanyak 16 (4%), kemudian suku lainnya sebanyak 9 (2%), pada suku Makassar sebanyak 6 (1%), dan suku Toraja sebanyak 6 (1%). Selanjutnya kategori sedang yang tertinggi yaitu pada suku Bugis sebanyak 106 (26%), suku lainnya sebanyak 67 (17%), kemudian suku Makassar sebanyak 57 (14%), dan pada suku Toraja sebanyak 15 (4%). Setelah itu pada kategori rendah yang tertinggi yaitu pada suku Bugis sebanyak 61 (15%), selanjutnya pada suku Lainnya sebanyak 36 (9%), suku Makassar sebanyak 25 (6%), dan suku Toraja sebanyak 2 (0%).

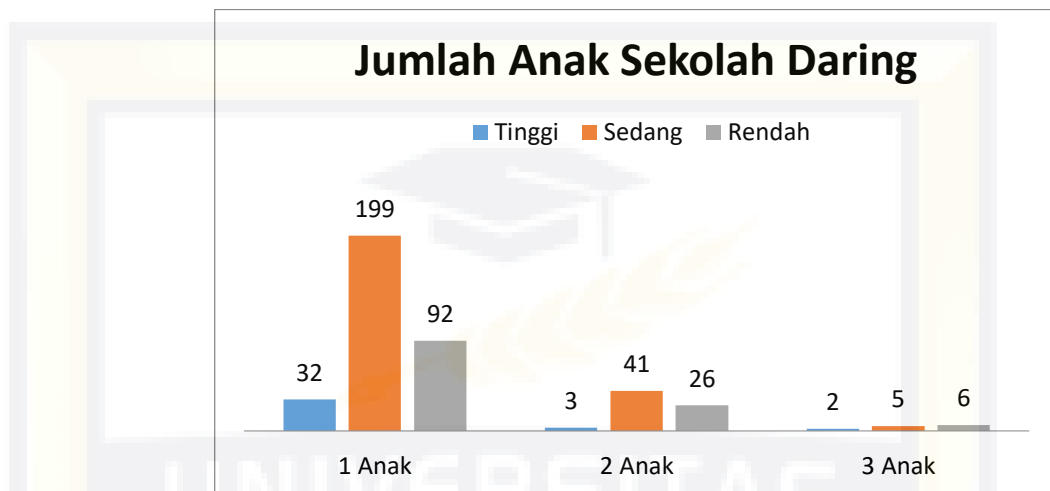
## c. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Pekerjaan



Gambar 4.25 Diagram berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan diagram diatas, diperoleh hasil regulasi emosi berdasarkan pekerjaan pada kategori tinggi yang terbanyak yaitu Ibu rumah tangga sebanyak 14 (3%), kemudian wirausaha sebanyak 12 (3%), selanjutnya pegawai Negeri sipil/Swasta sebanyak 9 (2%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 2 (0%). Selanjutnya pada kategori sedang yang tertinggi yaitu pada pegawai Negeri sipil/Swasta sebanyak 91 (22%), kemudian Ibu rumah tangga sebanyak 77 (19%), wirausaha sebanyak 66 (16%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 11 (3%). Selanjutnya pada kategori rendah yang tertinggi yaitu pada pegawai Negeri sipil sebanyak 50 (12%), Ibu rumah tangga sebanyak 45 (11%), wirausaha sebanyak 18 (4%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 11 (3%).

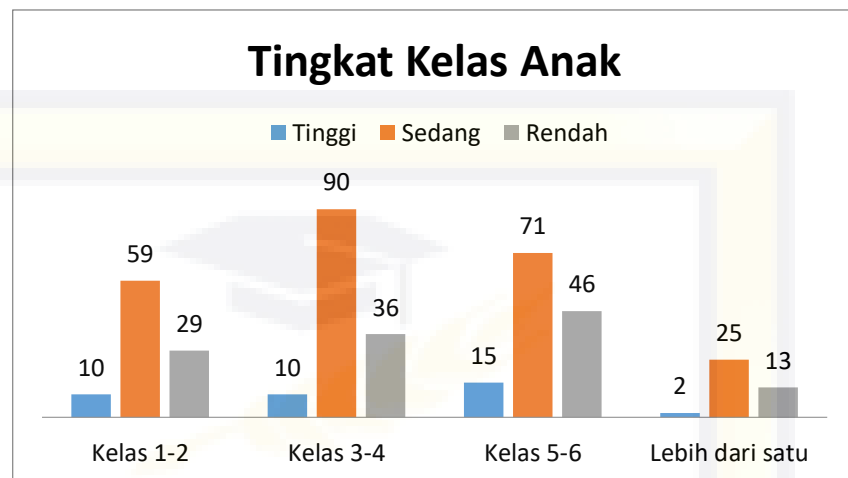
d. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Jumlah Anak Sekolah Daring



Gambar 4.26 Diagram berdasarkan Jumlah Anak

Berdasarkan diagram diatas, diperoleh hasil regulasi emosi berdasarkan jumlah Anak Sekolah daring pada kategori tinggi yaitu dengan jumlah Anak 1 sebanyak 32 (8%), kemudian jumlah Anak 2 sebanyak 3 (1%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 2 (0%). Kemudian kategori sedang yang tertinggi yaitu jumlah Anak 1 sebanyak 199 (49%), selanjutnya jumlah Anak 2 sebanyak 41 (10%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 5 (1%). Dan pada kateri rendah yang tertinggi yaitu pada jumlah Anak 1 sebanyak 92 (23%), jumlah Anak 2 sebanyak 26 (6%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 6 (1%).

## e. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Tingkat Kelas Anak

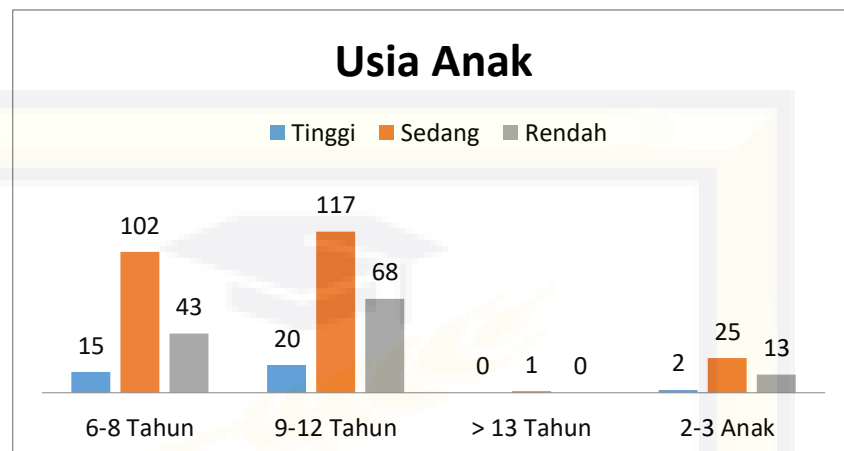


Gambar 4.27 Diagram berdasarkan Tingkat Kelas Anak

Berdasarkan diagram diatas, diperoleh hasil regulasi emosi berdasarkan tingkat kelas Anak pada kategori tinggi yaitu tingkat kelas 5-6 sebanyak 15 (4%) , tingkat kelas 3-4 sebanyak 10 (2%), tingkat kelas 1-2 sebanyak 10 (2%), kemudian Orangtua yang memiliki lebih dari satu Anak sebanyak 2 (0%). Pada kategori sedang yang tertinggi yaitu pada tingkat kelas 3-4 sebanyak 90 (22%), tingkat kelas 5-6 sebanyak 71 (17%), kemudian tingkat kelas 1-2 sebanyak 59 (15%), dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 25 (6%). Selanjutnya kategori rendah yang tertinggi yaitu pada tingkat kelas 5-6 sebanyak 46 (11%), kelas 3-4 sebanyak 36 (9%), tingkat kelas 1-2 sebanyak 29 (7%), dan orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 13 (3%).



## f. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia Anak

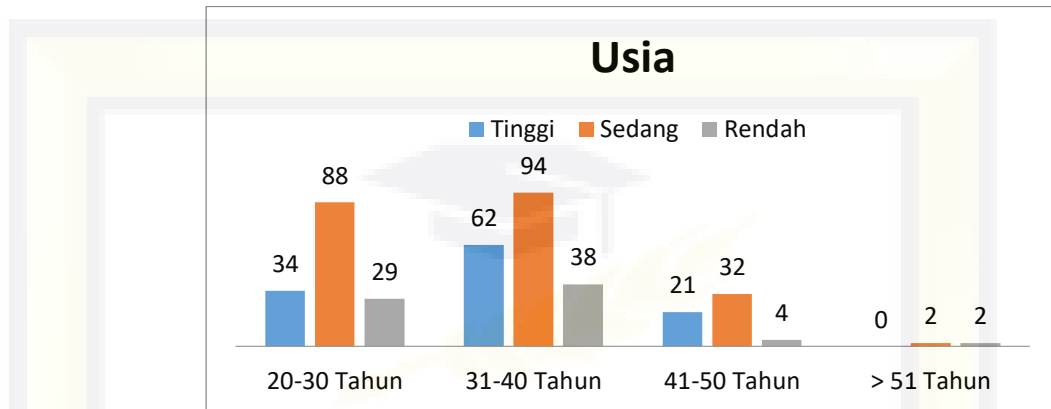


Gambar 4.28 Diagram berdasarkan Usia Anak

Berdasarkan diagram diatas, diperoleh hasil regulasi emosi berdasarkan usia Anak pada kategori tinggi yaitu usia 9-12 tahun sebanyak 20 (5%), usia 6-7 tahun sebanyak 15 (4%), kemudian Orangtua yang memiliki 2-3 Anak sebanyak 2 (0%). Selanjutnya kategori sedang yang tertinggi yaitu usia 9-12 tahun sebanyak 117 (29%), usia 6-8 tahun sebanyak 102 (25%), Orangtua yang memiliki 2-3 Anak sebanyak 25 (6%), dan usia diatas 13 tahun sebanyak 1 (0%). Pada kategori rendah yang tertinggi yaitu pada usia 9-12 tahun sebanyak 68 (17%), usia 6-8 tahun sebanyak 43 (11%), Orangtua yang memiliki 2-3 Anak sebanyak 13 (3%), dan usia Anak diatas 13 tahun sebanyak 0 (0%).

## 2. Regulasi Emosi Berdasarkan Demografi *Expressive Suppression*

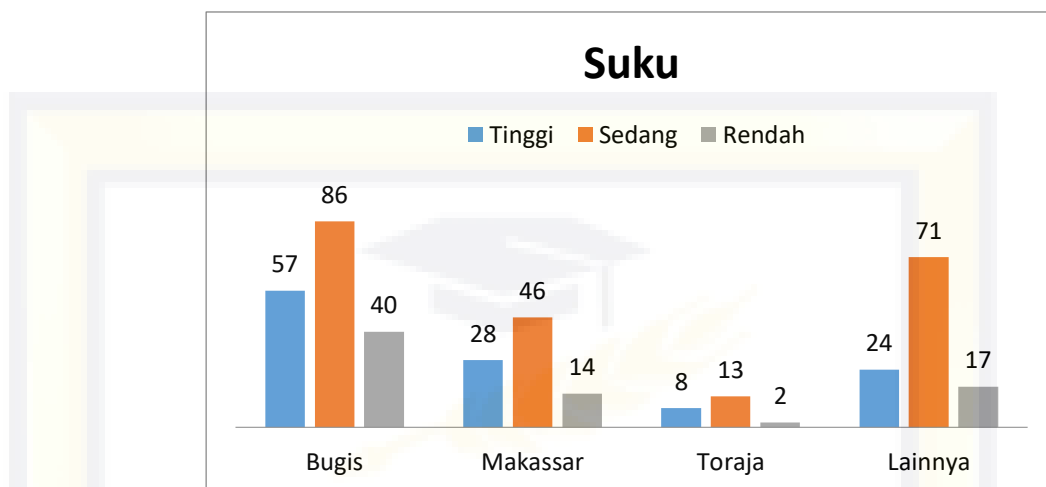
### a. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia



Gambar 4.29 Diagram berdasarkan Usia

Berdasarkan diagram diatas, dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki regulasi emosi pada kategori usia yang tinggi yaitu 31-40 tahun sebanyak 62 (15%), usia 20-30 tahun sebanyak 34 (8%), usia 41-50 tahun sebanyak 21 (5%), dan usia diatas 51 tahun sebanyak 0 (0%). Pada kategori sedang yang tertinggi yaitu usia 31-40 tahun sebanyak 94 (23%), usia 20-30 tahun sebanyak 88 (22%), usia 41-50 tahun sebanyak 32 (8%), dan usia diatas 51 tahun sebanyak 2 (0%), kemudian pada kategori rendah yang tertinggi yaitu usia 31-40 tahun sebanyak 38 (9%), usia 20-30 tahun sebanyak 29 (7%), usia 41-50 tahun sebanyak 4 (1%), dan usia diatas 51 tahun sebanyak 2 (0%).

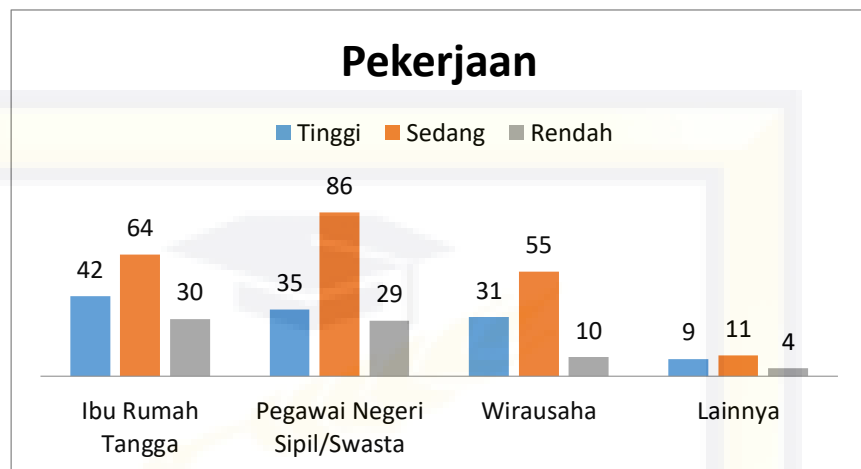
b. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Suku



Gambar 4.30 Diagram berdasarkan Suku

Berdasarkan diagram diatas, dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki regulasi emosi pada kategori suku tertinggi pada kategori tinggi yaitu, suku Bugis sebanyak 57 (14%), kemudian suku Makassar sebanyak 28 (7%), suku lainnya sebanyak 24 (6%), dan suku Toraja sebanyak 8 (2%). Kemudian kategori sedang yang tertinggi yaitu suku Bugis sebanyak 86 (21%), suku lainnya sebanyak 71 (17%), kemudian suku Makassar sebanyak 46 (11%), dan suku Toraja sebanyak 13 (3%). Selanjutnya kategori rendah yang tertinggi yaitu suku Bugis sebanyak 40 (10%), suku Makassar sebanyak 14 (4%), suku lainnya sebanyak 17 (3%), dan suku Toraja sebanyak 2 (0%).

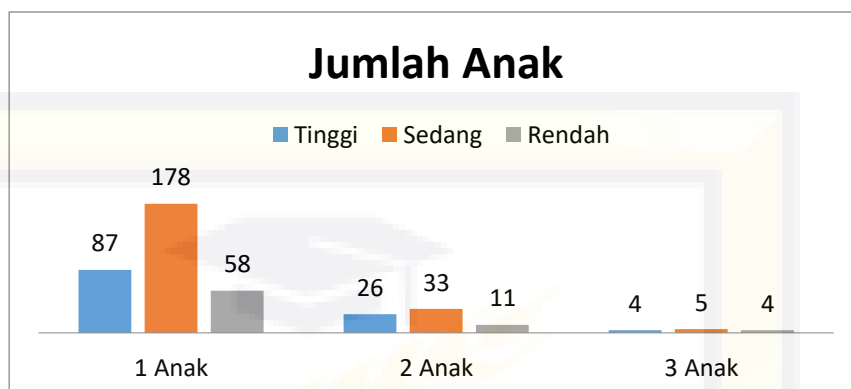
## c. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Pekerjaan



Gambar 4.31 Diagram berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan diagram diatas, dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki regulasi emosi berdasarkan pekerjaan pada kategori tinggi yaitu Ibu rumah tangga sebanyak 42 (10%), pegawai Negeri sipil sebanyak 35 (9%), wirausaha sebanyak 31 (8%) dan pekerjaan lainnya sebanyak 9 (2%). Kemudian kategori sedang yang tertinggi yaitu pegawai Negeri sipil sebanyak 86 (21%), Ibu rumah tangga sebanyak 64 (16%), wirausaha sebanyak 55 (14%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 11 (3%). Selanjutnya pada kategori rendah yang tertinggi yaitu Ibu rumah tangga sebanyak 30 (7%), pegawai Negeri sipil sebanyak 29 (7%), wirausaha sebanyak 10 (2%), dan pekerjaan lainnya sebanyak 4 (1%).

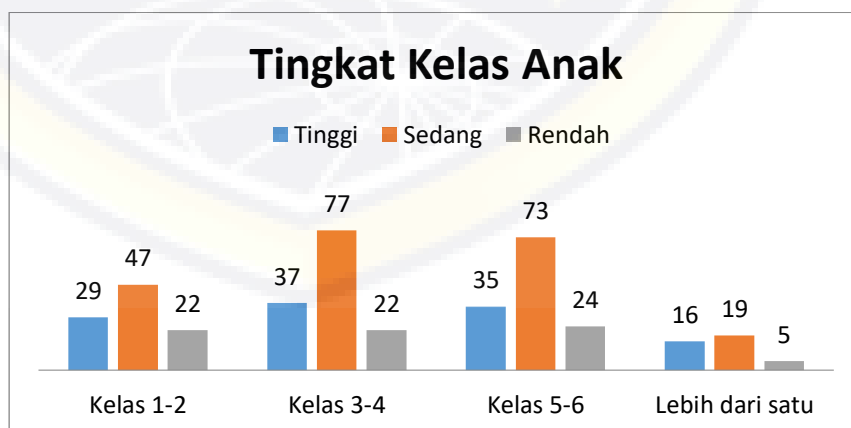
d. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Jumlah Anak



Gambar 4.32 Diagram berdasarkan Jumlah Anak

Berdasarkan diagram diatas, dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki regulasi emosi pada jumlah Anak pada kategori tinggi yaitu jumlah Anak 1 sebanyak 87 (21%), jumlah Anak 2 sebanyak 26 (6%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 4 (1%). Kemudian kategori sedang yang tertinggi yaitu jumlah Anak 1 sebanyak 178 (44%), jumlah Anak 2 sebanyak 33 (8%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 5 (1%). Selanjutnya kategori rendah dengan jumlah Anak 1 sebanyak 58 (14%), jumlah Anak 2 sebanyak 11 (3%), dan jumlah Anak 3 sebanyak 4 (1%).

e. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Tingkat Kelas Anak

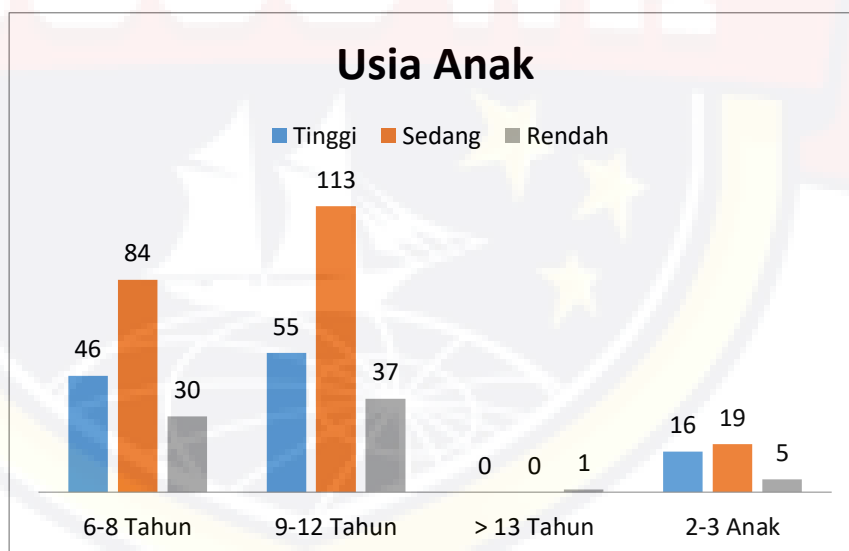


Gambar 4.33 Diagram berdasarkan Tingkat Kelas

Berdasarkan diagram diatas, dapat dikatakan bahwa

responden yang memiliki regulasi emosi pada tingkat kelas Anak pada kategori tinggi yaitu tingkat kelas 3-4 sebanyak 37 (9%), tingkat kelas 5-6 sebanyak 35 (9%), tingkat kelas 1-2 sebanyak 29 (7%), dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari 1 sebanyak 16 (4%). Kemudian pada kategori sedang yang tertinggi yaitu pada tingkat kelas 3-4 sebanyak 77 (19%), tingkat kelas 5-6 sebanyak 73 (18%), tingkat kelas 1-2 sebanyak 47 (12%), dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 19 (5%). Selanjutnya kategori rendah yang tertinggi yaitu tingkat kelas 5-6 sebanyak 24 (6%), kelas 3-4 sebanyak 22 (5%), tingkat kelas 1-2 sebanyak 22 (5%), dan Orangtua yang memiliki Anak lebih dari satu sebanyak 5 (1%).

f. Deskriptif Regulasi Emosi berdasarkan Usia Anak



Gambar 4.34 Diagram berdasarkan Usia Anak

Berdasarkan diagram diatas, dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki regulasi emosi pada usia Anak dengan kategori tinggi yaitu usia 9-12 tahun sebanyak 55 (14%), diikuti

dengan usia 6-8 tahun sebanyak 46 (11%), orang tua yang memiliki anak 2-3 sebanyak 16 (4%), dan usia anak diatas 13 tahun sebanyak 0 (0%). Kemudian kategori sedang yang tertinggi yaitu usia 9-12 tahun sebanyak 113 (28%), usia 6-8 tahun sebanyak 84 (21%), orang tua yang memiliki anak 2-3 sebanyak 19 (5%), dan usia anak diatas 13 tahun sebanyak 0 (0%). Selanjutnya kategori rendah yang tertinggi yaitu usia 9-12 tahun sebanyak 37 (9%), pada usia 6-8 tahun sebanyak 30 (7%), orang tua yang memiliki anak 2-3 sebanyak 5 (1%), dan usia anak diatas 13 tahun sebanyak 1 (0%).

## **B. Pembahasan**

### **1. Gambaran regulasi emosi *Cognitive Reappraisal* Berdasarkan Empirik**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah diperoleh dengan menggunakan skala regulasi emosi berdasarkan *Cognitive Reappraisal* yang terdiri dari 6 item, skala yang digunakan memiliki rentang skor 1 sampai 7 pada setiap jawaban di setiap item. Skala tersebut diberikan kepada 406 Ibu di Kota Makassar yang sedang mendampingi anak sekolah daring, pada variabel regulasi emosi didapatkan nilai mean sebesar 15,88 dan nilai standar deviasi sebesar 4,809.

Setelah melakukan kategorisasi data skor regulasi emosi dengan jumlah responden 406 ibu yang mendampingi anak sekolah daring yang termasuk dalam ketegori sebanyak 25 responden atau sebesar (6%) memiliki tingkat regulasi emosi sangat tinggi, sedangkan sebanyak 87 responden atau sebesar (27%) yang memiliki tingkat

regulasi emosi yang tinggi. Kemudian jumlah responden yang memiliki tingkat regulasi emosi yang sedang 170 atau sebesar (44%) sedangkan jumlah responden regulasi emosi rendah sebanyak 98 responden atau sebanyak (21%) dan jumlah responden 26 atau sebesar (6%) terdapat pada tingkat skor regulasi emosi sangat rendah.

Hasil data berdasarkan frekuensi skor skala regulasi emosi diketahui bahwa sebanyak 170 orang (42%) dari total 406 responden Ibu yang mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar dalam kategori sedang. Sehingga pada penelitian ini tidak dapat dikatakan bahwa tingkat regulasi emosi ibu yang mendampingi anak sekolah daring dalam kategori sedang tidak bisa dikatakan regulasi emosinya tinggi dan tidak bisa dikatakan regulasi emosi rendah. Hal tersebut ketika ibu mendampingi anak sekolah daring dimana, ketika anak telah beberapa kali di ajari namun masih belum paham, muncul emosi yang dirasakan dan bagaimana cara ibu menyampaikan emosi tersebut contoh bahasa yang digunakan baik namun ada penekanan atau meninggikan intonasi suara.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Maramis (2009) emosi dan perasaan yang dirasakan merupakan reaksi yang terjadi secara spontan yang apa bila emosi tersebut tidak disalurkan maka tidak dapat dinilai baik buruknya emosi yang dirasakan. Dampak normal, terdapat beragam bentuk seperti ekspresi wajah, intonasi suara, gerakan tangan dan tubuh yang berada pada batas normal. Hal ini dapat dinilai apakah individu kesulitan dalam mengekspresikan, mempertahankan, dan mengakhiri respons emosi.



Tingkat regulasi emosi berdasarkan usia 31-40 tahun yang mendominasi skor regulasi emosi berada pada kategori sedang sebanyak 82 orang (20%) yang dimana tidak dapat dikatakan bahwa regulasi emosi ibu tinggi dan regulasi emosi rendah. Hasil yang diperoleh didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Saputri Eka & Sugiariyanti (2016) bahwa *sibling rivalry* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan regulasi emosi, yang dimaksudkan bahwa semakin tinggi *sibling rivalry* maka semakin rendah regulasi emosi begitupun sebaliknya. Semakin matang usia seseorang maka semakin baik dalam kemampuan regulasi emosi.

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan suku yang tertinggi yaitu suku Bugis sebanyak 79 (19%) yang memiliki tingkat skor sedang. Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring didominasi oleh suku Bugis dalam penelitian ini dibandingkan dengan suku-suku lainnya.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisma, Nirwana, & Afdal (2018) bahwa tingkat regulasi emosi siswa yang bersuku Bugis berada pada tingkat kategori tinggi dan budaya Melayu pada kategori sedang. Budaya bugis memiliki skor tinggi pada kemampuan menemukan cara mengurangi emosi negatif yang dirasakan dengan nilai 70,11%. Kemudian nilai rata-rata terendah berada pada variabel kemampuan merespon emosi yang ditampilkan (respon perilaku, fisiologis, dan nada suara) dari 66,55%.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan pekerjaan ibu yang tertinggi yaitu pada ibu yang

bekerja sebagai Pegawai Negeri/Swasta sebanyak 62 (16%) responden pada tingkat skor sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Merliany, Nasrudin, Rika, & Zulmi (2020) bahwa regulasi emosi berperan dalam mengelola stres menjadi lebih baik. Cara meregulasi emosi yang tepat dapat berpengaruh dalam pengambilan keputusan yang sesuai.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmah & Fahmie (2019) bahwa strategi regulasi emosi pada stres kerja menunjukkan ada hubungan antara strategi regulasi emosi dengan stres kerja pada petugas kebersihan jalan raya wanita. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Maharani (2017) bahwa konflik peran ganda yang menimbulkan emosi negatif sehingga untuk mengurangi emosi negatif tersebut dengan melakukan 5 cara, yaitu *situastion selection*, *situation modification*, *attention deployment*, *cognitive change* dan *responde modulation*. Regulasi emosi Ibu yang bekerja dipengaruhi oleh dukungan sosial seperti dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan finansial dan dukungan instrumental.

Hasil penelitian lainnya oleh Reihana (2020) bahwa untuk dapat mengelola emosi dengan baik ketika ibu mendampingi anak belajar dari rumah dengan cara terapi emosi, orang tua harus belajar, memahami kemampuan anak, relaksasi, berdiskusi

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan jumlah anak yang sekolah daring yang paling tinggi didominasi oleh 1 anak dengan kategori sedang sebanyak 137 (8%) responden. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan

oleh Ikasari & Kristiana (2017) terdapat hubungan negatif regulasi emosi dan stres pengasuhan ibu dengan anak cerebral palsy ( $r = -0,452$ ,  $p = 0,001$ ). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi ibu maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu dan begitupun sebaliknya. regulasi emosi memberikan sumbangsi sebesar 20,3% terhadap stres pengasuhan ibu.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan tingkat kelas anak yang paling tinggi didominasi oleh kelas 3-4 sebanyak 59 (16%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak sekolah dasar pada *cognitive reappraisal*. Sehingga semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi dilihat pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar.

Tingkat regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan usia anak yang paling tinggi didominasi pada usia 9-12 tahun sebanyak 83 (24%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi pada *cognitive reappraisal*. Sehingga semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi dilihat pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar. Hal ini sesuai dengan teori

Gross dan John (2003) bahwa strategi *cognitive reappraisal* merupakan strategi regulasi emosi yang efektif untuk mengurangi pengalaman dan perilaku emosi negatif.

## **2. Gambaran regulasi emosi *Expressive Suppression* Berdasarkan**

### **Empirik**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah diperoleh dengan menggunakan skala regulasi emosi berdasarkan *Expressive Suppression* yang terdiri dari 4 item, skala yang digunakan memiliki rentang skor 1 sampai 7 pada setiap jawaban di setiap item. Skala tersebut diberikan kepada 406 ibu di Kota Makassar yang sedang mendampingi anak sekolah daring, variabel regulasi emosi didapatkan nilai mean sebesar 12,56, nilai standar deviasi sebesar 3,58.

Setelah melakukan kategorisasi data skor regulasi emosi dengan jumlah responden 406 ibu yang mendampingi anak sekolah daring yang termasuk dalam kategori sebanyak 36 responden atau sebesar (9%) memiliki tingkat regulasi emosi sangat tinggi, sedangkan sebanyak 81 responden atau sebesar (20%) yang memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi. Kemudian jumlah responden yang memiliki tingkat regulasi emosi yang sedang 179 atau sebesar (44%) sedangkan jumlah responden regulasi emosi rendah sebanyak 81 responden atau sebanyak (20%) dan jumlah responden 29 atau sebesar (7%) terdapat pada tingkat skor regulasi emosi sangat rendah.

Hasil data berdasarkan frekuensi skor skala regulasi emosi diketahui bahwa sebanyak 179 orang (44%) dari total 406 responden Ibu yang mendampingi Anak sekolah daring di Kota Makassar dalam

kategori sedang. Sehingga pada penelitian ini dapat dikatakan bahwa tingkat regulasi emosi Ibu yang mendampingi Anak sekolah daring dalam kategori sedang tidak bisa dikatakan regulasi emosinya tinggi dan tidak bisa dikatakan regulasi emosi rendah.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Maramis (2009) emosi dan perasaan yang dirasakan merupakan reaksi yang terjadi secara spontan yang apa bila emosi tersebut tidak disalurkan maka tidak dapat dinilai baik buruknya emosi yang dirasakan. Dampak normal, terdapat beragam bentuk seperti ekspresi wajah, intonasi suara, gerakan tangan dan tubuh yang berada pada batas normal. Hal ini dapat dinilai apakah individu kesulitan dalam mengekspresikan, mempertahankan, dan mengakhiri respons emosi.

Hasil yang diperoleh peneliti didukung dengan teori yang dikemukakan oleh Balter, Tamis dan Catherine (2003) mengatakan bahwa regulasi emosi merupakan sebuah usaha untuk mengatur atau mengelolah emosi dan bagaimana emosi yang dirasakan individu atau cara mengungkapkan emosi yang bisa mempengaruhi perilaku untuk mencapai tujuan masing-masing Gross dan John (2007).

Tingkat regulasi emosi berdasarkan usia 31-40 tahun yang mendominasi skor regulasi emosi berada pada kategori sedang sebanyak 79 orang (19%) yang dimana tidak dapat dikatakan bahwa regulasi emosi ibu tinggi dan regulasi emosi rendah. Hasil yang diperoleh didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Saputri Eka & Sugiariyanti (2016) bahwa *sibling rivalry* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan regulasi emosi, yang dimaksudkan

bahwa semakin tinggi *sibling rivalry* maka semakin rendah regulasi emosi begitupun sebaliknya. Semakin matang usia seseorang maka semakin baik dalam kemampuan regulasi emosi.

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan suku yang tertinggi yaitu suku Bugis sebanyak 68 (17%) yang memiliki tingkat skor sedang. Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring didominasi oleh suku Bugis dalam penelitian ini dibandingkan dengan suku-suku lainnya.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisma, Nirwana, & Afdal (2018) bahwa tingkat regulasi emosi siswa yang bersuku Bugis berada pada tingkat kategori tinggi dan budaya Melayu pada kategori sedang. Budaya Bugis memiliki skor tinggi pada kemampuan menemukan cara mengurangi emosi negatif yang dirasakan dengan nilai 70,11%. Kemudian nilai rata-rata terendah berada pada variabel kemampuan merespon emosi yang ditampilkan (respon perilaku, fisiologis, dan nada suara) dari 66,55%.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan pekerjaan ibu yang tertinggi yaitu pada ibu yang bekerja sebagai Pegawai Negeri/Swasta sebanyak 71 (17%) responden pada tingkat skor sedang. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Maharani (2017) bahwa konflik peran ganda yang menimbulkan emosi negatif sehingga untuk mengurangi emosi negatif tersebut dengan melakukan 5 cara, yaitu *situastion selection*, *situation modification*, *attention deployment*, *cognitive change* dan *responde modulation*. Regulasi emosi Ibu yang bekerja dipengaruhi oleh

dukungan sosial seperti dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan finansial dan dukungan instrumental.

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan jumlah anak yang sekolah daring yang paling tinggi didominasi oleh 1 anak dengan kategori sedang sebanyak 147 (36%) responden. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ikasari & Kristiana (2017) terdapat hubungan negatif regulasi emosi dan stres pengasuhan ibu dengan anak cerebral palsy ( $r = -0,452, p = 0,001$ ). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi ibu maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu dan begitupun sebaliknya yaitu semakin rendah tingkat regulasi emosi ini maka semakin tinggi tingkat stres ibu. Regulasi emosi memberikan sumbangsi sebesar 20,3% terhadap stres pengasuhan ibu.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan tingkat kelas anak yang paling tinggi didominasi oleh kelas 3-4 dan kelas 5-6 sebanyak 61 (16%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak sekolah dasar pada *cognitive reappraisal*. Sehingga semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi dilihat pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar.

Tingkat regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah

daring berdasarkan usia anak yang paling tinggi didominasi pada usia 9-12 tahun sebanyak 91 (22%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi pada *cognitive reappraisal*. Sehingga semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi dilihat pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar. Hal ini sesuai dengan teori Gross dan John (2003) bahwa strategi *cognitive reappraisal* merupakan strategi regulasi emosi yang efektif untuk mengurangi pengalaman dan perilaku emosi negatif.

### **3. Gambaran regulasi emosi *Cognitive Reappraisal* Berdasarkan Hipotetik**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah diperoleh dengan menggunakan skala regulasi emosi berdasarkan *Cognitive Reappraisal* yang terdiri dari 6 item, skala yang digunakan memiliki rentang skor 1 sampai 7 pada setiap jawaban di setiap item. Skala tersebut diberikan kepada 406 ibu di Kota Makassar yang sedang mendampingi anak sekolah daring, pada variabel regulasi emosi didapatkan nilai mean sebesar 18 dan nilai standar deviasi sebesar 4.

Setelah melakukan kategorisasi data skor regulasi emosi dengan jumlah responden 406 ibu yang mendampingi anak sekolah daring yang termasuk dalam kategori tinggi sebanyak 37 (%), kategori sedang sebanyak 245 (%), dan kategori rendah sebanyak 124 (%).

Hasil data berdasarkan frekuensi skor skala regulasi emosi



diketahui bahwa sebanyak 245 orang (60%) dari total 406 responden ibu yang mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar dalam kategori sedang. Sehingga pada penelitian ini dapat dikatakan bahwa tingkat regulasi emosi ibu yang mendampingi anak sekolah daring dalam kategori sedang tidak bisa dikatakan regulasi emosinya tinggi dan tidak bisa dikatakan regulasi emosi rendah.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Maramis (2009) emosi dan perasaan yang dirasakan merupakan reaksi yang terjadi secara spontan yang apa bila emosi tersebut tidak disalurkan maka tidak dapat dinilai baik buruknya emosi yang dirasakan. Dampak normal, terdapat beragam bentuk seperti ekspresi wajah, intonasi suara, gerakan tangan dan tubuh yang berada pada batas normal. Hal ini dapat dinilai apakah individu kesulitan dalam mengekspresikan, mempertahankan, dan mengakhiri respons emosi.

Hasil yang diperoleh peneliti didukung dengan teori yang dikemukakan oleh Balter, Tamis dan Catherine (2003) mengatakan bahwa regulasi emosi merupakan sebuah usaha untuk mengatur atau mengelolah emosi dan bagaimana emosi yang dirasakan individu atau cara mengungkapkan emosi yang bisa mempengaruhi perilaku untuk mencapai tujuan masing-masing Gross dan John (2007).

Tingkat regulasi emosi berdasarkan usia 31-40 tahun yang mendominasi skor regulasi emosi berada pada kategori sedang sebanyak 118 orang (29%) yang dimana tidak dapat dikatakan bahwa regulasi emosi ibu tinggi dan regulasi emosi rendah. Hasil yang diperoleh didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Saputri

Eka & Sugiariyanti (2016) bahwa *sibling rivalry* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan regulasi emosi, yang dimaksudkan bahwa semakin tinggi *sibling rivalry* maka semakin rendah regulasi emosi begitupun sebaliknya. Semakin matang usia seseorang maka semakin baik dalam kemampuan regulasi emosi.

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan suku yang tertinggi yaitu suku Bugis sebanyak (26%) yang memiliki tingkat skor sedang. Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring didominasi oleh suku Bugis dalam penelitian ini dibandingkan dengan suku-suku lainnya.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisma, Nirwana, & Afdal (2018) bahwa tingkat regulasi emosi siswa yang bersuku Bugis berada pada tingkat kategori tinggi dan budaya Melayu pada kategori sedang. Budaya Bugis memiliki skor tinggi pada kemampuan menemukan cara mengurangi emosi negatif yang dirasakan dengan nilai 70,11%. Kemudian nilai rata-rata terendah berada pada variabel kemampuan merespon emosi yang ditampilkan (respon perilaku, fisiologis, dan nada suara) dari 66,55%.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan pekerjaan ibu yang tertinggi yaitu pada ibu yang bekerja sebagai Pegawai Negeri/Swasta sebanyak 91 (22%) responden pada tingkat skor sedang. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Maharani (2017) bahwa konflik peran ganda yang menimbulkan emosi negatif sehingga untuk mengurangi emosi negatif tersebut dengan melakukan 5 cara, yaitu *situastion selection*, *situation*

*modification, attention deployment, cognitive change dan response modulation*. Regulasi emosi ibu yang bekerja dipengaruhi oleh dukungan sosial seperti dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan finansial dan dukungan instrumental.

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan jumlah anak yang sekolah daring yang paling tinggi didominasi oleh 1 anak dengan kategori sedang sebanyak 199 (49%) responden. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ikasari & Kristiana (2017) terdapat hubungan negatif regulasi emosi dan stres pengasuhan ibu dengan anak cerebral palsy ( $r = -0,452, p = 0,001$ ). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi ibu maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu dan begitupun sebaliknya. Regulasi emosi memberikan sumbangsi 20,3% terhadap stres pengasuhan Ibu.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan tingkat kelas anak yang paling tinggi didominasi oleh kelas 3-4 sebanyak 90 (22%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak sekolah dasar pada *cognitive reappraisal*. Sehingga semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi dilihat pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh Orangtua yang memiliki Anak usia sekolah dasar.

Tingkat regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah

daring berdasarkan usia anak yang paling tinggi didominasi pada usia 9-12 tahun sebanyak 117 (29%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi pada *cognitive reappraisal*. Sehingga semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi dilihat pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar. Hal ini sesuai dengan teori Gross dan John (2003) bahwa strategi *cognitive reappraisal* merupakan strategi regulasi emosi yang efektif untuk mengurangi pengalaman dan perilaku emosi negatif.

#### **4. Gambaran regulasi emosi *Expressive Suppression* Berdasarkan Hipotetik**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah diperoleh dengan menggunakan skala regulasi emosi berdasarkan *Expressive Suppression* yang terdiri dari 6 item, skala yang digunakan memiliki rentang skor 1 sampai 7 pada setiap jawaban di setiap item. Skala tersebut diberikan kepada 406 ibu di Kota Makassar yang sedang mendampingi anak sekolah daring di kota Makassar, pada variabel regulasi emosi didapatkan nilai mean sebesar 12 dan nilai standar deviasi sebesar 2,66.

Setelah melakukan kategorisasi data skor regulasi emosi dengan jumlah responden 406 ibu yang mendampingi anak sekolah daring yang termasuk dalam ketegori tinggi sebanyak 117 (29%),kemudian pada kategori sedang sebanyak 216 (53%), dan kategori rendah

sebanyak 73 (18%).

Hasil data berdasarkan frekuensi skor skala regulasi emosi diketahui bahwa sebanyak 216 orang (53%) dari total 406 responden Ibu yang mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar dalam kategori sedang. Sehingga pada penelitian ini dapat dikatakan bahwa tingkat regulasi emosi ibu yang mendampingi anak sekolah daring dalam kategori sedang tidak bisa dikatakan regulasi emosinya tinggi dan tidak bisa dikatakan regulasi emosi rendah.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Maramis (2009) emosi dan perasaan yang dirasakan merupakan reaksi yang terjadi secara spontan yang apa bila emosi tersebut tidak disalurkan maka tidak dapat dinilai baik buruknya emosi yang dirasakan. Dampak normal, terdapat beragam bentuk seperti ekspresi wajah, intonasi suara, gerakan tangan dan tubuh yang berada pada batas normal. Hal ini dapat dinilai apakah individu kesulitan dalam mengekspresikan, mempertahankan, dan mengakhiri respons emosi.

Tingkat regulasi emosi berdasarkan usia 31-40 tahun yang mendominasi skor regulasi emosi berada pada kategori sedang sebanyak 94 orang (23%) yang dimana tidak dapat dikatakan bahwa regulasi emosi ibu tinggi dan regulasi emosi rendah. Hasil yang diperoleh didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Saputri Eka & Sugiariyanti (2016) bahwa *sibling rivalry* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan regulasi emosi, yang dimaksudkan bahwa semakin tinggi *sibling rivalry* maka semakin rendah regulasi emosi begitupun sebaliknya. Semakin matang usia seseorang maka

semakin baik dalam kemampuan regulasi emosi.

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan suku yang tertinggi yaitu suku Bugis sebanyak 86 (21%) yang memiliki tingkat skor sedang. Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring didominasi oleh suku Bugis dalam penelitian ini dibandingkan dengan suku-suku lainnya.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisma, Nirwana, & Afdal (2018) bahwa tingkat regulasi emosi siswa yang bersuku Bugis berada pada tingkat kategori tinggi dan budaya Melayu pada kategori sedang. Budaya Bugis memiliki skor tinggi pada kemampuan menemukan cara mengurangi emosi negatif yang dirasakan dengan nilai 70,11%. Kemudian nilai rata-rata terendah berada pada variabel kemampuan merespon emosi yang ditampilkan (respon perilaku, fisiologis, dan nada suara) dari 66,55%.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan pekerjaan ibu yang tertinggi yaitu pada ibu yang bekerja sebagai Pegawai Negeri/Swasta sebanyak 86 (21%) responden pada tingkat skor sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Merliany, Nasrudin, Rika, & Zulmi (2020) bahwa regulasi emosi berperan dalam mengelola stres menjadi lebih baik. Cara meregulasi emosi yang tepat dapat berpengaruh dalam pengambilan keputusan yang sesuai.

Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Maharani (2017) mengatakan bahwa konflik peran ganda yang menimbulkan emosi negatif sehingga untuk mengurangi emosi negatif tersebut dengan

melakukan 5 cara, yaitu *situastion selection*, *situation modification*, *attention deployment*, *cognitive change* dan *responde modulation*.

Regulasi emosi ibu yang bekerja dipengaruhi oleh dukungan sosial seperti dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan finansial dan dukungan instrumental.

Tingkat regulasi emosi ibu pada saat mendampingi anak sekolah daring berdasarkan jumlah anak yang sekolah daring yang paling tinggi didominasi oleh 1 anak dengan kategori sedang sebanyak 178 (44%) responden. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ikasari & Kristiana (2017) mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif regulasi emosi dan stres pengasuhan ibu dengan anak cerebral palsy ( $r = -0,452$ ,  $p = 0,001$ ). Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi ibu maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu dan begitupun sebaliknya. Regulasi emosi memberikan sumbangsi sebesar 20,3% terhadap stres pengasuhan ibu.

Gambaran regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan tingkat kelas anak yang paling tinggi didominasi oleh kelas 3-4 sebanyak 77 (19%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak sekolah dasar pada *cognitive reappraisal*. Sehingga semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi dilihat pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh orang tua yang memiliki

anak usia sekolah dasar.

Tingkat regulasi emosi ibu dalam pendampingan anak sekolah daring berdasarkan usia anak yang paling tinggi didominasi pada usia 9-12 tahun sebanyak 113 (28%) responden pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan teori (Gross & John, 2003) menyatakan bahwa strategi expressive suppression efektif untuk mengurangi perilaku ekspresi negatif namun memiliki efek lain yaitu mengurangi kemampuan individu dalam mengekspresikan emosi positif dan berpotensi memunculkan emosi negatif (Gross & John, 2003).

### **C. Keterbatasan Secara Ilmiah dan Generalisasi**

Keterbatasan dari penelitian ini yaitu:

- a. Penelitian ini hanya dilakukan di Kota Makassar
- b. Penelitian ini hanya diberikan kepada Ibu



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar berdasarkan demografi dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar diperoleh nilai kategorisasi tertinggi yaitu pada kategori sedang 173 (44%). Hal tersebut dapat dikatakan bahwa regulasi emosi pada ibu yang mendampingi anak sekolah daring rata-rata berada pada kategori sedang.
2. Gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar diperoleh nilai kategorisasi tertinggi ditinjau dari usia pada kategori sedang usia 31-40 tahun 82 (20%). Hal tersebut dapat diartikan bahwa regulasi emosi pada ibu yang mendampingi anak sekolah daring rata-rata berada pada kategori sedang
3. Gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar diperoleh nilai kategorisasi tertinggi ditinjau dari suku pada kategori sedang yaitu pada suku Bugis 76 (19%). Hasil penelitian ini yaitu tingkat regulasi emosi pada ibu yang bersuku bugis rata-rata berada pada kategori sedang.
4. Gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar diperoleh nilai kategorisasi tertinggi ditinjau dari pekerjaan pada kategori sedang yaitu pada ibu yang bekerja

sebagai Pegawai Negeri atau Swasta sebesar 66 (16%). Hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa ibu yang bekerja sebagai pegawai Negeri atau Swasta memiliki tingkat regulasi.

5. Gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar dengan kategori tertinggi berdasarkan jumlah anak yang sekolah daring yaitu dengan jumlah anak sebanyak 1 orang dengan kategori sedang sebesar 142 (35%). Hal tersebut dapat dikatakan bahwa regulasi ibu yang memiliki anak 1 lebih baik dibandingkan ibu yang memiliki anak lebih dari 1 orang rata-rata berada pada kategori sedang.
6. Gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar dengan kategori tertinggi yaitu berdasarkan tingkat kelas 3 dan 4 pada kategori sedang sebesar 66 (16%). Yang berarti bahwa, tingkat regulasi ibu yang memiliki anak tingkat kelas 3 dan 4 rata-rata berada pada kategori sedang.
7. Gambaran regulasi emosi ibu selama mendampingi anak sekolah daring di Kota Makassar pada kategori tertinggi ditinjau dari usia anak dengan kategori sedang di usia 9-12 tahun sebesar 96 (24%). Artinya bahwa, tingkat regulasi emosi ibu yang mendampingi anak sekolah daring rata-rata berada pada kategori sedang.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian maka saran yang diberikan yaitu:

### **a. Bagi Orang Tua**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dengan melihat gambaran regulasi emosi ibu selama pendampingan anak Sekolah

Daring bahwa menunjukkan masih terdapat ibu yang belum baik dalam meregulasi emosinya sehingga diharapkan kedepannya dapat meregulasi emosi dengan baik saat mendampingi anak sekolah baik itu secara daring atau pun tidak dengan menggunakan strategi regulasi emosi atau proses regulasi emosi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian mengenai regulasi emosi dengan mengaitkan variabel dan subjek lain baik di Kota Makassar atau pun di luar Kota Makassar.



UNIVERSITAS  
**BOSOWA**

### Daftar Pustaka

- Abdullah, S. & Sutanto, T. (2015). *Statistik Tanpa Stres*. Jakarta: Transmedia.
- Aji, S. H. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan proses Pembelajaran. *Sosial & Budaya Syar'i*, 395-402.
- American Psychological Associate. (2015). *American Psychological Associate: APA Dictionary of Psychology*. Washington: American Psychological Associate.
- Aminudin. 2020. Ternyata ini sosok di balik video viral ibu 'ba urat' ajari anaknya belajar online hafal pancasila. <https://batam.tribunnews.com/2020/10/01/ternyata-ini-sosok-di-balik-video-viral-ibu-ba-urat-ajari-anaknya-belajar-online-hafal-pancasila>
- Amone-P'Olak, K., Garnefki, N., & Kraaij, V. (2007). Adolescent cought between fires: cognitive emotion regulation in response to war experiences in Northern Uganda. *Journal of Adolescence*, 30 (4). 655-669.
- Anastasia, T. (2020). Cara orang tua tahan emosi saat dampingi anak sekolah online. *Klikdokter*.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2019). *Konstruksi Tes kemampuan kognitif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). *Validitas dan Realibilitas Edisi 4*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Azwar, S. (2017). *Metodologi penelitian psikologi Edisi II*. Bandung: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi kedua)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bariah, C. (2020). Pengaruh Corona Terhadap Kehidupan Sosial Masyarakat. <https://www.google.co.id/amp/s/aceh.tribunnews.com/amp/2020/03/21/pengaruh-corona-terhadap-kehidupan-sosial-masyarakat>.
- Balter, L. & Tamis-LeMonda, Catherine. S. (2003). *Child Psychology: a handbook of contemporary issues*. New York: Psychology Press.
- Bornas, X., Tortella-Feliu, M., Balle, M., & Llabres, J. (2013). Self-focused cognitive emotional regulation syle as associated with widespread diminished EEG frontal dimension. *Journal of Psychology*. 695-702.
- Bramasta, B.D. (2020). Menteri Nadiem Wacanakan Belajar Jarak Jauh

Permanen Setelah Pandemi Covid-19, Mungkin?.  
<https://www.kompas.com/tren/read/2020/07/03/155830065/menteri-nadiem-wacanakan-belajar-jarak-jauh-permanen-setelah-pandemi-covid?page=1>

Brooks, Jane. (2011). *The Process of Parenting*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Bungin, B. M. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana

Cahyanti, N., & Kusumah, R. (2020). Peran Orang Tua dalam Menerapkan Pembelajaran di Rumah saat pandemi Covid 19. *Jurnal Golden Age, Universitas Hamzanwadi*, 152-159.

Cahyadi, N. (2020). *Pengaruh Corona Terhadap Dunia Pendidikan*.  
<https://disdik.purwakartakab.go.id/berita/detail/pengaruh-corona-terhadap-dunia-pendidikan?berita/detail/pengaruh-corona-terhadap-dunia-pendidikan>

Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Dariyo, Agoes. (2003). *Psikologis Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Gramedia Pustaka.

Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Dewi, S, A, W. (2020). Dampak COVID-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 55-61.

Fatha, A. (2019). Peran Ibu bagi Anak. Jakarta Pusat: Direktorat pembinaan pendidikan keluarga, direktora jenderal PAUD dan Diknas, Kemendikbud.

F.J. Monks, dkk. Psikologi perkembangan. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2002.

Graha, C. (2007). *Keberhasilan Anak tergantung Orang Tua, Panduan bagi Orang Tua untuk Memahami Perannya dalam Membantu Keberhasilan Pendidikan Anak*. Jakarta : PT Alex Media Komputindo.

Gross, J. J., and John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and social Psychology*. 85(2), 348-362

Gross, J.J., (2003). *Handbook of regulation*. New York: Guilford Press.

Gross, J.J. (2014). *Handbook of regulation emotion second edition*, New York: Guilford Press.

Gross, J.J. & Thomson, R.A. (2007). *Emotional regulation: Conceptual foundations*. In Gross,J.J.(Eds). *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press

- Gunarsa, D. S. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hamdani, R. A., & Priatna, A. (2020). Efektifitas Implementasi Pembelajaran Daring (Full Online) Dimasa Pandemi Covid-19 pada Jenjang Sekolah Dasar Di Kabupaten Subang. *Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang* , 1-9.
- Hurlock E, B. (2002). *Psikologi Perkembangan Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Ikasari, A., & Kristiana, F. I. (2017). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak Cerebral Palsy. *Jurnal Empati* , 323-328.
- Indriani. 2020. Pembukaan sekolah di zona hijau dan kuning mulai dari jenjang SD. <https://www.antaraneews.com/berita/1686682/pembukaan-sekolah-di-zona-hijau-dan-kuning-mulai-dari-jenjang-sd#:~:text=Pembukaan%20sekolah%20boleh%20dilakukan%20di,rumah%20dan%20tidak%20dapat%20dipaksa>.
- Jelantik, K. A. (2015). *Menjadi Kepala Sekolah yang Profesional Panduan menuju PKKS*. Yogyakarta: Deepublish.
- John W. Santrock, dkk. (2011). *Perkembangan anak*, Jakarta: Salemba Humanika
- Kasih, P.A. (2020). *Orangtua Bunuh Anak Saat Sulit Belajar Online, KPAI:Kekerasan Picu Masalah*.  
<https://www.kompas.com/edu/read/2020/09/16/074947171/orangtua-bunuh-anak-saat-sulit-belajar-online-kpai-kekerasan-picu-masalah?page=all>.
- Kaye T. (2003). *Blended Learning; How to Integrate Online and Tradisional Learning*, Kogan Page Limited.
- Khairunnisa, I., Hasanah, U., Rasidah, R., & Dkk. (2018). *Kebijakan Pendidikan Dasar & Islam dalam Berbagai Perspektif* . Banyumas Jawa Tengah: Omera Pustaka.
- Komite Penanganan Covid 19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. 2020. *Peta Sebaran*. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>.
- Maharani, L. A. (2017). Regulasi Emosi pada Ibu Bekerja yang Mengalami Konflik Peran Ganda.
- Makmuroch. (2014). Keefektifan pelatihan keterampilan regulasi emosi terhadap penurunan tingkat ekspresi emosi pada caregiver pasien Skizofrenia di Rumah sakit jiwa Daerah Surakarta. *Wacana Jurnal Psikologi* Vol.6. no. 11 Januari 2014.
- Maramis. 2009. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Edisi 2. Surabaya: Airlangga.

- Merliany, R., Nasrudin, E., Rika, R., & Zulmi, R. (2020). Regulasi emosi, stres, dan kesejahteraan psikologis: studi pada Ibu work from home dalam menghadapi pandemi COVID-19.
- Ndari, S. S., & dkk. (2018). *Metode Perkembangan Sosia Emosi Anak Usia Dini*. Tasikmalaya, Jawa Barat: Edu Publisher .
- Nurrahmah. (2020). Harga diri dan regulasi emosi sebagai prediktor terhadap perilaku asertif pada Mahasiswa di Kota Makassar. Makassar
- Prastisi, W. D, (2012). Peran kehidupan emosiona Ibu, budaya dan karakteristik remaja pada regulasi emosi remaha. Prosiding Nasional Psikologi Islami UMS. 116-130
- Prastuti, E. (2019). *Rasa Syukur Kunci Kebahagiaan Dalam Keluarga*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pora, Y. (2004). *Selamat Tinggal Sekolah*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Puspitawati, H. (2013). *Pengantar Studi Keluarga*. Bogor, ID: IPB Press
- Rahayu, S. H. (2018). *Hubungan Regulasi Emosi terhadap Subjective Well Being pada Remaja dengan Orang tua Bercerai*. 1-84.
- Rahmah Nur, D. D., & Fahmie, A. (2019). Strategi Regulasi Emosi Kognitif dan Stres Kerja Petugas Kebersihan Jalan Raya Wanita . *Jurnal Psikologi* , 88-98.
- Reihana. (2020). Pengelolaan Emosi Ibu pada Anak Selama Pembelajaran dari Rumah (Dampak Covid 19). *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* .
- Rofatina, Karyanta, A. N., & Satwika, A. P. (2016). Hubunga antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Resiliensi pada Ibu yang memiliki Anak Tunagrahita di SLBC YPSLB Kerten Surakarta. 1-14.
- Roziyah, R. (2017). *Alasan Mengapa Kita Harus Menuntut Ilmu Setinggi Langit*. <https://www.kompasiana.com/rifqohroziyah/59b49878085ea668001e7392/tuntutlah-setinggi>
- Saffer, DR. (2005). *Social and Personality Development*. USA : Thomson
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak. Edisi Kesebelas. Jilid I*. Penerjemahan Oleh: Mila Rahmawati S, Psi dan Anna Kuswanti. Jakarta: Erlangga
- Santrock, W. J. (2003). *Adolescence Edisi keenam Perkembangan Remaja* . Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sander, D., & Scherer, R. K. (2009). *The Oxford Companion to Emotion and the Affective Sciences*. New York: United States by Oxford University Press.

- Saputri Eka, K. I., & Sugiariyanti. (2016). Hubungan Sibling Rivalty dengan Regulasi Emosi pada masa Kanan akhir. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Shobirin, M. (2016). *Konsep dan Implementasi Kurikulum 2013 di Sekolah Dasar*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sihombing, D. N. (2018). Kemampuan mengelola emosi. Skripsi. Universitas Sanata Dharma.
- Sobron, A. N., Bayu. B., Rani. R., & Meidawati, M. (2019). Pengaruh Daring Learning terhadap hasil belajar IPA siswa Sekolah Dasar. In seminar Nasional Sains & Enterpreneurship.
- Srifianti. (2020). Hubungan antara parenting stres dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar (middle childhood) di Jabodetabek. *Junral Psikologi* , 93-99.
- Strongman, T. K. (2003). *The Psychology Of Emotion Fifth Edition*. New Zealand: British Library Cataloguing In Publication Data.
- Suswandari, M. (2021). Dampak Pembelajaran Daring Bagi Siswa Sekolah Dasar Selama Covid-19. *Jurnal Imliah Kependidikan*. 9-15.
- Sugiyono. (2013). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA.
- Sujawerni, V. W., & Endrayanto, P. (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Yogyakarta:Graha
- Suryabrata, S. (2005). *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Andi.
- Tiarasari, R. 2020. Viral curhatan para ibu yang anaknya harus belajar di rumah dan banyak tugas, ini kata pemerhati. <https://palu.tribunnews.com/2020/04/12/viral-curhatan-para-ibu-yang-anaknya-harus-belajar-di-rumah-dan-banyak-tugas-ini-kata-pemerhati>
- Wati, E. D., & Puspitasari, I. (2018). Kekerasan Terhadap Anak, Penanaman Disiplin, dan Regulasi Emosi Orang Tua. *Jurnal Pendidikan* , 21-26.
- Widiningsih. 2018. Hubungan antara tingkat pendidikan dan regulasi emosi dengan kekerasan ibu terhadap anak. *Jurnal psikologi klinis Indonesia*.
- Widuri, E.L. (2012). Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Humanitas*, 9, 147-156
- Wilson, J. W. (1999). Emotional Related Regulation : An Emerging Construct. *Developmental Psychology*, 35, 214–222.
- Wisma, N., Nirwana, H., & Afdal. (2018). Differences in emotional regulation of Bugis student and Malay cultural background Implication for counseling and guildance services. *journal of research in counseling and education* , 32-39



Yanti, M. T., Kuntarto, e., & Kurniawan, A. R. (2020). Pemanfaatan portal rumah belajar Kemendikbud sebagai model pembelajaran daring di Sekolah Dasar. *Adi Widya Jurna Pendidikan Dasar*, 61-68.

<https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200917002449-12-547436/kasus-ibu-bunuh-anak-dpr-singgung-tekanan-psikologis-pjj>





Bagian 1 dari 4

## SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.  
Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam.

Bunda sekalian yang saya hormati,

Perkenalkan saya Ayu Dwi Ramadhani, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar. Saat ini, saya sedang melakukan pengambilan data dalam rangka penyelesaian tugas akhir (Skripsi). Untuk itu, saya mohon kesediaan Bunda untuk mengisi skala penelitian ini. Dalam pengisian skala ini tidak ada jawaban salah, maupun jawaban yang benar. Dengan demikian, dimohon Bunda untuk memberikan jawaban sesuai dengan kondisi Bunda yang sebenarnya. Seluruh jawaban serta identitas Bunda akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian saja. Partisipasi Bunda akan sangat membantu penyelesaian studi saya. Dengan mengisi skala ini, Bunda dianggap bersedia menjadi responden penelitian. Atas bantuan Bunda, saya haturkan terima kasih.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Peneliti

Ayu Dwi Ramadhani

4516091059

Bagian 2 dari 4

## Bagian Tanpa Judul

Deskripsi (opsional)

Nama (Boleh Inisial) \*

Teks jawaban panjang

Usia \*

Teks jawaban singkat

Agama \*

Islam

Kristen

## SKALA PENELITIAN

### PSIKOLOGI

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan, Anda diharapkan untuk menjawab setiap pernyataan dalam skala ini sesuai dengan keadaan diri Anda yang sebenarnya dengan cara memilih:

Pilihlah 'Sangat Sesuai' bila pernyataan tersebut sangat sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah 'Sesuai' bila pernyataan tersebut sesuai dengan dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah 'Agak Sesuai' bila pernyataan tersebut agak sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah 'Netral' bila pernyataan tersebut netral dengan dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah 'Agak Tidak Sesuai' bila pernyataan tersebut agak tidak sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah 'Tidak Sesuai' bila pernyataan tersebut tidak sesuai dengan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah 'Sangat Tidak Sesuai' bila pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan kondisi Anda yang

Dalam mendampingi anak sekolah daring/online, saya mengendalikan emosi saya dengan mengubah cara saya berpikir tentang situasi yang sedang saya hadapi. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Agak Sesuai
- Netral
- Agak Tidak Sesuai
- Tidak Sesuai
- Sangat Tidak Sesuai

Ketika saya ingin mengurangi emosi negatif yang saya rasakan dalam mendampingi anak saya sekolah daring/online, maka saya mengubah cara saya berpikir tentang situasi. \*

- Sangat Sesuai
- Sesuai
- Agak Sesuai

UNIVERSITAS  
**BOSOWA**





**LAMPIRAN 2  
CONTOH TABULASI DATA**

**DEMOGRAFI**

Usia	Agama	jenis Kelamin	Suku	Pekerjaan	Jumlah Anak Sekolah Daring	Tingkatan Kelas Anak	Usia Anak
35	1	1	1	3	1	3	2
25	4	1	3	2	1	2	2
30	1	1	2	2	2	2	2
47	1	1	2	2	1	1	1
24	1	1	1	1	1	2	1
21	1	1	1	2	2	1	1
22	1	1	2	4	1	1	1
33	1	1	1	2	2	1	1
33	1	1	4	1	1	1	1
54	1	1	1	2	1	3	2
32	1	1	1	1	2	2	2
35	1	1	1	1	2	2	2
44	1	1	1	2	2	3	2
39	1	1	4	4	2	1	1
21	1	1	1	2	2	2	1
43	1	1	1	2	3	3	2
34	1	1	1	2	2	1	1
35	1	1	4	1	3	2	2
40	1	1	1	1	2	2	2
35	1	1	1	1	2	4	4
45	1	1	2	1	3	3	2
32	1	1	4	1	1	2	2
21	1	1	1	4	1	1	1
40	1	1	4	2	2	1	1
31	1	1	4	4	1	1	1
37	1	1	4	1	2	3	2
33	1	1	2	2	2	1	1
40	1	1	1	2	3	3	2



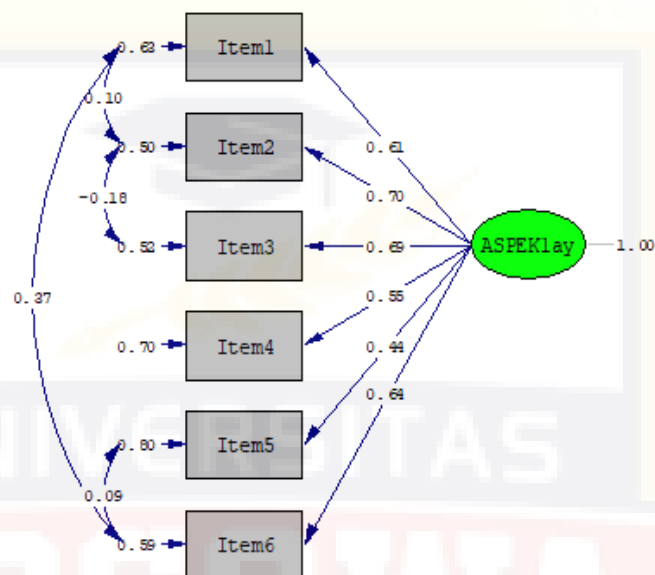
## REGULASI EMOSI

item1	item2	item3	item4	item5	item6	item7	item8	item9	item10
2	5	1	1	3	2	5	1	2	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
1	1	1	2	2	1	1	4	1	1
2	2	2	2	2	2	2	5	3	2
2	1	1	2	4	2	1	2	4	2
3	3	1	1	3	3	3	1	2	2
4	2	1	1	2	4	2	1	3	2
3	3	3	2	2	3	3	5	6	5
1	1	1	3	2	1	1	4	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	4	6
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
1	2	2	2	2	1	2	3	5	6
1	2	6	2	2	1	2	6	6	6
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
2	2	2	2	2	2	2	5	5	6
4	2	2	2	2	4	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
2	4	3	4	3	2	4	1	4	5
1	1	1	1	1	1	1	4	6	4
2	3	2	1	2	2	3	3	4	3
2	3	2	2	3	2	3	2	2	5
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	1	1	1	2	2	2	3	6
1	1	2	2	2	1	1	2	3	6
2	2	2	2	2	2	2	4	5	5
3	2	2	2	4	3	2	4	5	4
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	2	3	2	3	3	3	3	2
3	2	2	2	2	3	2	1	5	3



**LAMPIRAN 3**  
**HASIL UJI VALIDITAS KONSTRUK**

**Path Diagram Aspek  
Cognitive Reappraisal**

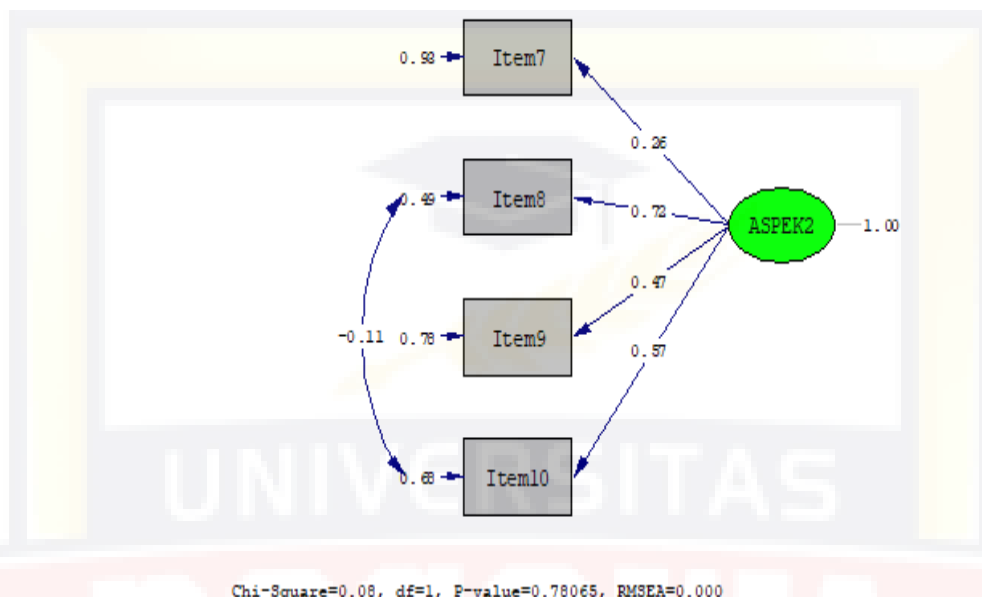


Chi-Square=7.04, df=5, P-value=0.21763, RMSEA=0.032

***Cognitive Reappraisal***

ITEM	T-VALUE	ERROR	FACTOR LOADING	KETERANGAN
ITEM 1	<b>11.24</b>	<b>0.06</b>	<b>0.61</b>	<b>VALID</b>
ITEM 2	<b>12.08</b>	<b>0.06</b>	<b>0.69</b>	<b>VALID</b>
ITEM 3	<b>12.08</b>	<b>0.06</b>	<b>0.44</b>	<b>VALID</b>
ITEM 4	<b>10.48</b>	<b>0.05</b>	<b>0.64</b>	<b>VALID</b>
ITEM 5	<b>8.23</b>	<b>0.05</b>	<b>0.64</b>	<b>VALID</b>
ITEM 6	<b>12.16</b>	<b>0.05</b>	<b>0.64</b>	<b>VALID</b>

### Path Diagram Aspek *Expressive Suppression*



#### *Expressive Suppression*

AITEM	T-VALUE	ERROR	FACTOR LOADING	KETERANGAN
AITEM 7	<b>3.70</b>	<b>0.07</b>	<b>0.26</b>	<b>VALID</b>
AITEM 8	<b>4.82</b>	<b>0.15</b>	<b>0.71</b>	<b>VALID</b>
AITEM 9	<b>4.65</b>	<b>0.10</b>	<b>0.47</b>	<b>VALID</b>
AITEM 10	<b>4.32</b>	<b>0.13</b>	<b>0.57</b>	<b>VALID</b>



**LAMPIRAN 4  
HASIL UJI RELIABILITAS**

**Reliabilitas *Regulasi Emosi***  
**Realibility Statistics**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,742	10





**LAMPIRAN 5  
HASIL ANALISIS SUBJEK BERDASARKAN  
DEMOGRAFI**

### Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal Empiris

#### Cognitive Reappraisal

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sangat Tinggi	25	6,2	6,2	6,2
Tinggi	87	21,4	21,4	27,6
Sedang	170	41,9	41,9	69,5
Rendah	98	24,1	24,1	93,6
Sangat Rendah	26	6,4	6,4	100,0
Total	406	100,0	100,0	

#### Usia

#### Cognitive Reappraisal \* Usia Crosstabulation

Count

		Usia				Total
		20-30 Tahun	31-40 Tahun	41-50 Tahun	> 51 Tahun	
Cognitive Reappraisal	Sangat Tinggi	11	11	3	0	25
	Tinggi	33	41	13	0	87
	Sedang	68	82	19	1	170
	Rendah	31	45	20	2	98
	Sangat Rendah	8	15	2	1	26
Total		151	194	57	4	406

#### Suku

#### Cognitive Reappraisal \* Suku Crosstabulation

Count

		Suku				Total
		Bugis	Makassar	Toraja	Lainnya	
Cognitive Reappraisal	Sangat Tinggi	12	4	4	5	25
	Tinggi	31	20	6	30	87
	Sedang	79	39	11	41	170
	Rendah	53	19	2	24	98



	Sangat Rendah	8	6	0	12	26
Total		183	88	23	112	406

### Pekerjaan

#### Cognitive Reappraisal \* Pekerjaan Crosstabulation

Count

		Pekerjaan				Total
		Ibu Rumah Tangga	Pegawai Negeri Sipil/Swasta	Wirasaha	Lainnya	
Cognitive Reappraisal	Sangat Tinggi	9	7	7	2	25
	Tinggi	23	31	30	3	87
	Sedang	59	62	41	8	170
	Rendah	33	40	15	10	98
	Sangat Rendah	12	10	3	1	26
Total		136	150	96	24	406

### Jumlah Anak yang Sekolah Daring

#### Cognitive Reappraisal \* Jumlah Anak Sekolah Daring Crosstabulation

Count

		Jumlah Anak Sekolah Daring			Total
		1 Anak	2 Anak	3 Anak	
Cognitive Reappraisal	Sangat Tinggi	21	3	1	25
	Tinggi	73	12	2	87
	Sedang	137	29	4	170
	Rendah	73	21	4	98
	Sangat Rendah	19	5	2	26
Total		323	70	13	406

### Tingkat Kelas Anak

#### Cognitive Reappraisal \* Tingkat Kelas Anak Crosstabulation

Count

		Tingkat Kelas Anak				Total
		Kelas 1-2	Kelas 3-4	Kelas 5-6	Lebih dari satu	
Cognitive Reappraisal	Sangat Tinggi	7	8	8	2	25
	Tinggi	17	33	26	11	87

	Sedang	45	59	52	14	170
	Rendah	24	29	36	9	98
	Sangat Rendah	5	7	10	4	26
Total		98	136	132	40	406

### Usia Anak

#### Cognitive Reappraisal \* Usia Anak Crosstabulation

Count

		Usia Anak				Total
		6-8 Tahun	9-12 Tahun	> 13 Tahun	2-3 Anak	
Cognitive Reappraisal	Sangat Tinggi	10	13	0	2	25
	Tinggi	35	41	0	11	87
	Sedang	72	83	1	14	170
	Rendah	37	52	0	9	98
	Sangat Rendah	6	16	0	4	26
Total		160	205	1	40	406

### Regulasi Emosi Expressive suppression Empiris

#### Expressive Suppression

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tinggi	36	8,9	8,9	8,9
	Tinggi	81	20,0	20,0	28,8
	Sedang	179	44,1	44,1	72,9
	Rendah	81	20,0	20,0	92,9
	Sangat Rendah	29	7,1	7,1	100,0
	Total	406	100,0	100,0	

## Expressive Suppression \* Usia Crosstabulation

		Usia				Total
		20-30 Tahun	31-40 Tahun	41-50 Tahun	> 51 Tahun	
Expressive Suppression	Sangat Tinggi	12	18	6	0	36
	Tinggi	22	44	15	0	81
	Sedang	75	79	23	2	179
	Rendah	30	39	11	1	81
	Sangat Rendah	12	14	2	1	29
Total		151	194	57	4	406

## Expressive Suppression \* Suku Crosstabulation

Count

		Suku				Total
		Bugis	Makassar	Toraja	Lainnya	
Expressive Suppression	Sangat Tinggi	15	9	4	8	36
	Tinggi	42	19	4	16	81
	Sedang	68	38	10	63	179
	Rendah	44	17	5	15	81
	Sangat Rendah	14	5	0	10	29
Total		183	88	23	112	406

## Expressive Suppression \* Pekerjaan Crosstabulation

Count

		Pekerjaan				Total
		Ibu Rumah Tangga	Pegawai Negeri Sipil/Swasta	Wirasaha	Lainnya	
Expressive Suppression	Sangat Tinggi	14	8	10	4	36
	Tinggi	28	27	21	5	81

	Sedang	53	71	46	9	179
	Rendah	27	34	14	6	81
	Sangat	14	10	5	0	29
	Rendah					
Total		136	150	96	24	406

#### Expressive Suppression \* Jumlah Anak Sekolah Daring Crosstabulation

Count

		Jumlah Anak Sekolah Daring			Total
		1 Anak	2 Anak	3 Anak	
Expressive Suppression	Sangat Tinggi	26	8	2	36
	Tinggi	61	18	2	81
	Sedang	147	28	4	179
	Rendah	64	13	4	81
	Sangat Rendah	25	3	1	29
Total		323	70	13	406

#### Expressive Suppression \* Tingkat Kelas Anak Crosstabulation

Count

		Tingkat Kelas Anak				Total
		Kelas 1-2	Kelas 3-4	Kelas 5-6	Lebih dari satu	
Expressive Suppression	Sangat Tinggi	12	9	11	4	36
	Tinggi	17	28	24	12	81
	Sedang	41	61	61	16	179
	Rendah	20	30	25	6	81
	Sangat Rendah	8	8	11	2	29
Total		98	136	132	40	406

#### Expressive Suppression \* Usia Anak Crosstabulation

Count

		Usia Anak				Total
		6-8 Tahun	9-12 Tahun	> 13 Tahun	2-3 Anak	
Expressive Suppression	Sangat Tinggi	16	16	0	4	36
	Tinggi	30	39	0	12	81

	Sedang	72	91	0	16	179
	Rendah	33	42	0	6	81
	Sangat Rendah	9	17	1	2	29
Total		160	205	1	40	406

### Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal Hipotetik

#### Cognitive Reappraisal

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	37	9,1	9,1	9,1
Sedang	245	60,3	60,3	69,5
Rendah	124	30,5	30,5	100,0
Total	406	100,0	100,0	

#### Cognitive Reappraisal \* Usia Crosstabulation

Count		Usia				Total
		20-30 Tahun	31-40 Tahun	41-50 Tahun	> 51 Tahun	
Cognitive Reappraisal	Tinggi	16	16	5	0	37
	Sedang	96	118	30	1	245
	Rendah	39	60	22	3	124
Total		151	194	57	4	406

#### Cognitive Reappraisal \* Suku Crosstabulation

Count		Suku				Total
		Bugis	Makassar	Toraja	Lainnya	
Cognitive Reappraisal	Tinggi	16	6	6	9	37
	Sedang	106	57	15	67	245
	Rendah	61	25	2	36	124
Total		183	88	23	112	406

#### Cognitive Reappraisal \* Pekerjaan Crosstabulation

Count

		Pekerjaan				Total
		Ibu Rumah Tangga	Pegawai Negeri Sipil/Swasta	Wirausaha	Lainnya	
Cognitive Reappraisal	Tinggi	14	9	12	2	37
	Sedang	77	91	66	11	245
	Rendah	45	50	18	11	124
Total		136	150	96	24	406

### Cognitive Reappraisal \* Jumlah Anak Sekolah Daring Crosstabulation

Count

		Jumlah Anak Sekolah Daring			Total
		1 Anak	2 Anak	3 Anak	
Cognitive Reappraisal	Tinggi	32	3	2	37
	Sedang	199	41	5	245
	Rendah	92	26	6	124
Total		323	70	13	406

### Cognitive Reappraisal \* Tingkat Kelas Anak Crosstabulation

Count

		Tingkat Kelas Anak				Total
		Kelas 1-2	Kelas 3-4	Kelas 5-6	Lebih dari satu	
Cognitive Reappraisal	Tinggi	10	10	15	2	37
	Sedang	59	90	71	25	245
	Rendah	29	36	46	13	124
Total		98	136	132	40	406

### Cognitive Reappraisal \* Usia Anak Crosstabulation

Count

		Usia Anak				Total
		6-8 Tahun	9-12 Tahun	> 13 Tahun	2-3 Anak	
Cognitive Reappraisal	Tinggi	15	20	0	2	37

	Sedang	102	117	1	25	245
	Rendah	43	68	0	13	124
Total		160	205	1	40	406

### Regulasi Emosi Expressive suppression Hipotetik

#### Expressive Suppression

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	117	28,8	28,8	28,8
Sedang	216	53,2	53,2	82,0
Rendah	73	18,0	18,0	100,0
Total	406	100,0	100,0	

#### Expressive Suppression \* Usia Crosstabulation

Count

		Usia				Total
		20-30 Tahun	31-40 Tahun	41-50 Tahun	> 51 Tahun	
Expressive Suppression	Tinggi	34	62	21	0	117
	Sedang	88	94	32	2	216
	Rendah	29	38	4	2	73
Total		151	194	57	4	406

#### Expressive Suppression \* Tingkat Kelas Anak Crosstabulation

Count

		Tingkat Kelas Anak				Total
		Kelas 1- 2	Kelas 3-4	Kelas 5-6	Lebih dari satu	
Expressive Suppression	Tinggi	29	37	35	16	117
	Sedang	47	77	73	19	216
	Rendah	22	22	24	5	73
Total		98	136	132	40	406

#### Expressive Suppression \* Suku Crosstabulation

Count

		Suku				Total
		Bugis	Makassar	Toraja	Lainnya	
Expressive Suppression	Tinggi	57	28	8	24	117
	Sedang	86	46	13	71	216
	Rendah	40	14	2	17	73
Total		183	88	23	112	406

### Expressive Suppression \* Pekerjaan Crosstabulation

Count

		Pekerjaan				Total
		Ibu Rumah Tangga	Pegawai Negeri Sipil/Swasta	Wirausaha	Lainnya	
Expressive Suppression	Tinggi	42	35	31	9	117
	Sedang	64	86	55	11	216
	Rendah	30	29	10	4	73
Total		136	150	96	24	406

### Expressive Suppression \* Jumlah Anak Sekolah Daring Crosstabulation

Count

		Jumlah Anak Sekolah Daring			Total
		1 Anak	2 Anak	3 Anak	
Expressive Suppression	Tinggi	87	26	4	117
	Sedang	178	33	5	216
	Rendah	58	11	4	73
Total		323	70	13	406

### Expressive Suppression \* Usia Anak Crosstabulation

Count



		Usia Anak				Total
		6-8 Tahun	9-12 Tahun	> 13 Tahun	2-3 Anak	
Expressive Suppression	Tinggi	46	55	0	16	117
	Sedang	84	113	0	19	216
	Rendah	30	37	1	5	73
Total		160	205	1	40	406





**LAMPIRAN 6**  
**HASIL ANALISIS VARIABEL**  
**BERDASARKAN TINGKAT SKOR**

**Deskriptif variabel berdasarkan aspek****Aspek 1****Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
aspek1	406	6	36	15,88	4,809
Valid N (listwise)	406				

**Aspek 2****Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
aspek2	406	4	23	12,56	3,580
Valid N (listwise)	406				

**BOSOWA**