

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Tatah Pemangkih Tengah merupakan salah satu desa dalam wilayah kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan. Untuk mengetahui kondisi desa Tatah Pemangkih Tengah maka penulis akan menguraikan dalam uraian yang didapat dari sumber profil desa sebagai berikut :

a. Letak dan luas wilayah

Luas Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar adalah 35,47 Km yang terdiri dari 13 desa yaitu desa Tatah Bangkal, desa Tatah Bangkal Tengah, desa Mekar Sari, desa Pandan Sari, desa Tatah Layap, desa Tatah Layap Baru, desa Taibah Raya, desa Tampng Awang, desa Pemangkih Darat, desa Pemangkih Baru, desa Tatah Jeruju, desa Jeruju Laut, dan desa Tatah Pemangkih Tengah.

Secara geografis letak Kecamatan Tatah Makmur berbatasan dengan :

Sebelah utara : Kecamatan Kertak Hanyar Dan Kecamatan Banjarmasin Selatan (Kota Banjarmasin)

Sebelah selatan : Kecamatan Aluh-aluh
Sebelah timur : Kecamatan Gambut Dan Kecamatan
Kertak Hanyar
Sebelah barat : Kecamatan Aluh-Aluh

Kecamatan Tatah Makmur berjarak sekitar 40 Km dari Ibu Kota Kabupaten Banjar Martapura. Desa Tatah Pemangkih Tengah merupakan desa dengan wilayah rawa yang subur dengan arus air pasang surut.

b. Jumlah penduduk

Jumlah penduduk yang ada di Kecamatan Tatah Makmur sebanyak 12,066 jiwa untuk keseluruhannya, namun jumlah penduduk untuk desa Tatah Pemangkih tersendiri yaitu berjumlah 1.887 jiwa, untuk jumlah penduduk perempuan sebanyak 929 jiwa, sedangkan untuk jumlah penduduk laki-laki berjumlah 958 jiwa.

2. Penyajian Data

a. Identitas Subjek 1

Nama : NH inisial

Umur : 60 tahun

Pekerjaan : ibu rmah tangga

Alamat : Kecamatan Tatah Makmur, Kabupaten Banjar

Identits anak subjek 1

Nama : SF inisial

Umur :28 tahun

Riwayat gangguan jiwa

Pada tahun 2020 SF mengalami gejala gangguan jiwa dan tepat pada tahun 2021 pertama kali SF di masukan ke rumah sakit jiwa awal mula terjadinya gangguan jiwa pada SF diungkapkan oleh subjek NH dibawah ini.

SF adalah anak ke 7 dari 8 bersaudara SF berusia 29 tahun dan SF adalah seorang pengangguran, SF pernah menikah pada tahun 2012 dikarunia 2 anak, anak pertama laki-laki berusia 8 tahun tinggal bersama SF, kemudian anak yang kedua perempuan berusia 3 tahun tinggal bersama ibu dari almrahum istri nya di jakarta.

“umurnya 28 tahun, kada begawi, 8 badingsanak inya nomor 7, kawin sudah 2012 dulu, tapi nang bini eniggal 2021 semalam, bisi anak 2 anak pertama lalakian umur 8 tahun nang kedua bebinian umur 3 tahun, nang lalakian begana disini lawan abah nya nag bebinian begana di jakarta lawan kuitan nang bini”(l.k.10)

berdasarkan pemaparan dari subjek NH asal mulanya menjadi penderita gangguan jiwa berawal

dari putus sekolah kemudian SF terjerumus dan mengikuti pergaulan teman pada usia 17 tahun SF mulai mengkonsumsi obat-obatan terlarang dan sering keluyuran, bahkan sampai menikah pun SF masih saja mengkonsumsi obat-obatan tersebut namun dengan berjalannya waktu, SF sudah mulai stop mengkosumsi obat tersebut.

“awal nya inya ampih sekolah asalnya sekolah pesantren tapi inya bekakawanan pas umur 17 tahun tuh melihat kakawanan

meminum obat-obat nang kada baik tuh taumpat jua maminum nang ngitu”(1.k.10)

“inya kawin lawan urang jakarta, sampai inya kawin tuh masih haja mamaminum nangitu, tapi lawas kelawasan mulai ampih meminum obat tuh inya”(1.k.10)

namun dengan perekonomian yang belum stabil dan tuntutan dari istri dan orangtua yang membuat SF harus memutar otak untuk mencari pekerjaan namun dengan ijazah yang tidak ada maka sulit untuk SF mendapatkan pekerjaan, sampai pada saatnya SF mengikuti perkataan teman nya untuk melakukan ritual-ritual sesat seperti meminta kekayaan kepada selain Allah SWT, namun dengan hal tersebut SF merasa tidak perlu lagi untuk bekerja.

“baduit kadada kalo bininya aku lawan abah nya menyuruh ae begawi, lalu inya mau mencari gawian tapi ijazah kadada kalo jadi ngalih mencari gawian, pas ada kakawanan inya membawai umpat mengaji kasugihan, sesat tuh teumpat oleh kawannnya”(1.k.10)

SF mulai melakukan ritual sesat dan membuat kamar kosong yang ada dirumahnya menjadi satu tempat untuk melakukan ritual tersebut, setiap malam tepat pada jam 12 SF masuk ke kamar tersebut untuk melakukan ritual dan menyerahkan sesajen untuk jenglot yang dipeliharanya di kamar tersebut sehingga SF perlu mengeluarkan banyak uang untuk membeli sesajen dan minyak wangi untuk jenglot tersebut, dengan iming-iming, si jenglot tersebut akan mendatangkan uang untuk SF, namun dengan berjalannya waktu uang yang di harapkan oleh SF tidak kunjung datang dan membuat SF merasa kesal sehingga depresi dan halusinasi mulai ia rasakan karena ia merasa

tertipu dengan ritual-ritual yang ia lakukan yang sudah mengeluarkan banyak uang untuk melakukan ritual-ritual tersebut.

“maharap-harap inya nih dapat duit banyak lo imbah mengaji kasugihan tuh, kadada jua duit nya lalu inya disittu mulai sangkal mulai merasa didustai, lalu meulah inya depresi stres bahalusinasi pang”(1.k.10)

sehingga membuat SF kehilangan kontrol diri, seperti sering berbicara sendiri, tertawa dan menangis sendiri juga beguling-guling yang membuat diri ia sakit, dan bahkan sering juga sholat dengan arah kiblat yang berbeda dan tidak jarang SF tidak tidur bahkan sampai 3-4 hari tidak tidur.

“inya kada sadar pada bepandir sorangan, tatawa kaina menangis sorangan beaguling-guling sakitan awak nya tuh sorang melihat ja sakit, apalagi bila sembahyang salah kiblat pang, guring gin bisa 3 hari 4 hari kada begurigan”(1.k.10)

Sehingga dengan berjalannya waktu NH dan keluarga besarnya memutuskan untuk membawa SF ke orang pintar, habib dan kiyai, namun semua usaha yang dilakukan tidak ada hasil. akhirnya SF di putuskan untuk dimasukkan ke RSJ Samban Lihum, untuk yang pertama kali, setelah 2 minggu SF di rawat akhirnya SF di pulangkan semuanya kembali normal SF juga sudah mulai kembali seperti semula.

“kami nih bingung ae sudah melihat tuh, kami berunding sekeluarga lawan dangsanak nya membawa betetamba ke urang pintar habib, tapi kada ampih jua, kami bawai pulang ke rmah sait jiwa, pas sudah 2 minggu disana di bulik akan ampih dah urangnya kaya biasa ae pulang”(1.k.10)

Namun kabar duka datang dari istri SF yang berinisial RY meninggal dunia sehingga membuat SF mulai melepaskan obat dari dokter dan kembali mengkonsumsi obat-obatan terlarang sehingga membuat penyakit SF kambuh kembali dan langsung dibawa ke RSJ Sambang Lihum untuk yang kedua kalinya, seperti yang pertama kali SF dirawat selama 2 minggu lagi dan kembali sembuh lagi sampai ke 3 kali nya SF masuk ke RSJ Sambang Lihum.

“pas inya mulai baik tuh sekalinya bini nya meniggal, pasiya pulang inya kada mau minum obat dokter lagi tapi inya meminum obat yang dahulu pulang, pas kambuh pulang di bawai pulang ke rumah sakit jiwa, sampai 3 kali kluar masuk rumah sakit”(1.k.10)

Setelah pulang dari RSJ SF harus selalu meminum obat dari dokter agar penyakit SF tidak kambuh, sekeluarga yang langsung memnumkan obat agar tidak di buang SF hingga sekarang SF harus selalu mengkonsumsi obat dari dokter RSJ tidak boleh terputus.

“pas bulik di rumah sakit tuh harus tarus minum obat dokter tuh, sekira kada kambuh pulang, kami pang sekeluargaan meminu akan obat bila kada di buang nya obatnya, sampai wahini minum obat tuh kada boleh putus”(1.k.10)

Dari penjelasan subjek NH diatas bahwa gejala awal yang dialami anak adalah karena putus sekolah akhirnya mengikuti pergaulan teman sehingga mengkonsumsi dan kecanduan obat-obatan terlarang, karena tekanan untuk mencari kerja dari istri dan orangtua anak tersebut merasa tertekan sehingga pada suatu saat ada teman nya yang mengajak melakukan ritual-ritual sesat sehingga membuat anak

tersebut merasa tertipu hingga pada akhirnya mengalami gangguan jiwa karena tidak menerima kenyataan bahwa sudah kena tipu.

b. Identitas subjek 2

Nama ibu : SR inisial

Usia : 45 tahun

Pekerjaan : pedagang kue

Alamat : Kecamatan Tatah Makmur, Kabupaten Banjar

Identitas anak subjek 2

Nama : AR inisial

Usia : 27 tahun

Riwayat gangguan jiwa

Pada tahun 2019 AR mengalami gejala gangguan jiwa, sehingga tepat pada 2020 AR dibawa berobat ke para kiyai melakukan pengobatan dengan metode Ruqqyah namun AR tidak pernah berobat langsung ke rumah sakit jiwa, karna tidak punya biaya. Asal mula AR mengalami gangguan jiwa seperti ungkpa subejk SR dibawah ini.

AR adalah seorang laki-laki berusia 27 tahun AR dulunya sekolah pesantren dan lulus tepat waktu AR juga pernah menikah namun belum di karuniai anak dan AR sekarang adalah seorang duda.

“umurnya nih 27 tahun dulu sekolah pesantren lulus dah, suah jua inya kawin tapi balum bisi anak, sekalinya cerai inya jadi duda wahini”(2.k.10)

Menurut subjek AR sebelumnya menjalani kehidupan normal seperti orang pada umumnya namun dengan seiring berjalannya waktu AR mulai berubah mulai banyak diam dan selalu mengurungkan diri dikamarnya, karena kedua orangtua AR yang sibuk sehingga tidak terlalu diperhatikan sampai pada munculnya gejala tersebut membuat orangtua AR merasa sudah ada yang beda dari anak tersebut.

kebiasaan AR adalah mengurung diri dikamar bahkan ibunya pun tidak diperbolehkan masuk dan berbicara kepadanya namun dengan lama kelamaan AR mulai berteriak, menangis dan tertawa sendiri dikamarnya.

“biasanya inya bakurung dikamar pang aku gin kada di bolehinya masuk, bepandir lawan inya. Tapi lawas kelawasan mulai lain inya ni pina kuciak-kuciak, tatawa, bapandir , manangis sorangan dikamar tuh”(2.k.10)

AR keluar rumah biasanya menggunakan motor dan benyanyi dengan suara keras sambil tertawa sendiri. Orang sekitarnya juga khawatir dengan nya karena setelah berapa lama ia mengurug diri dikamar akhirnya ia keluar namun dengan sepeda motor nya.

“inya keluar rumah bakandraan maka sambil benyanyi nyaring banar maka tetawa sorangaan, orang nang melihat tuh takutanannya soalnya inya lawas mengurung diri dikamar nya sekali inya keluar bakandaraan”(2.k.10)

AR juga mengkonsumsi minum-minuman keras dengan sepupunya namun setelah sepupunya meninggal AR mengkonsumsi itu sendirian dikamarnya.

“inya nih maminum-minuman tuh pang asalnya lawan sapupunya sapupunya maninggal sudah, pas sorangan inya maminum dikamar nya”(2.k.10)

AR juga pernah di bawa ke orang pintar dan habib. Dan sekarang AR hanya berdiam diri dirumah.

“suaah jua sudah di bawa batatamba kehabib, keguru-guru. Wahini inya di rumah pang badiam”(2.k.10)

Dari penjelasa subjek SR diatas gejala awal yang munculkan anak adalah mengurung diri dikamar cukup lama dan sampai pada akhirnya berteriak, tertawa dan menangis sendiri, tidak pernah sebelumnya diajak berobat ke rumah sakit jiwa karena terkendala dari biaya jua, sehingga hanya melakukan secara spiritual saja.

Karena untuk data subjek 2 kurang lengkap maka peneliti akan melihat lagi dalam buku rujukan PPDGJ-III yaitu panduan penggolongan dan diagnosis gangguan jiwa-III ialah menganuk pendekatan teroretik dan deskriptif. Pendekatan ateoretik adalah tidak mengacu pada teori tertentu yang berkenaan dengan *etiologic* ataupun *patofisilogik*, kecuali untuk gangguan yang sudah jelas dan disepakati penyebabnya. Pendekatan *eteoretik* dilaksanakan dengan cara menguraikan da melukiskan secara keseluruhan apa manifestasi gangguan jiwa dan jarang mengusakan penjelasan bagaimana timbulnya gangguan jiwa itu sendiri.

PPDGJ-III tidaklah menganggap setiap gangguan jiwa merupakan satu kesatuan yang tegas dan batasan yang jelas antara gangguan jiwa tertentu dengan gangguan jiwa lainnya, sebagaimana

antara adanya gangguan jiwa dan tidak gangguan jiwa. Suatu anggapan yang salah bahwa semua orang yang menderita gangguan jiwa yang sama adalah serupa dalam berbagai hal yang penting. Yang benar adalah walaupun beberapa orang terkena gangguan jiwa yang sama, persamaan tersebut hanyalah terletak pada ciri-ciri gangguan jiwa itu sendiri, namun mereka dapat menunjukkan beberapa perbedaan dalam banyak hal yang penting yang dapat mempengaruhi terapi dan hasil terapi.

Metode diagnosis dengan pendekatan multiaksial ini pertama kali dipakai oleh swedia dengan mengacu pada proposal Essen Moller. Sistem baru yang memaki metode multiaksial adalah system DSM-IV.¹

Diagnosis Multiaksial

Aksis I : F10 Gangguan Mental dan Perilaku Akibat Penggunaan Alkohol
F1x.00 Tanpa Komplikasi

Aksis II : F60.1 Gangguan Kepribadian Skizoid

Aksis III : Tidak Ada (none)

Aksis IV : Kurang Perhatian Dari Keluarga

Aksis V : 0 Infomasi Tidak Ade Kuat

¹Rusdi Maslin, “*diagnosa gangguan jiwa*”, diterbitkan bagian ilmu kedokteran jiwa FK-Unika Atmajaya, Jakarta (2013)

3. Strategi Regulasi Emosi

a. *Cognitif Reappraisal*

Cognitive reappraisal yaitu sebagai cara yang digunakan untuk menafsirkan kembali situasi yang membangkitkan emosi untuk merubah dampak emosionalnya. Merupakan bentuk perubahan kognitif yang digunakan individu untuk menubah cara berpikir tentang situasi yang dapat berpotensi akan memunculkan emosi sehingga mampu mengubah perubahan emosionalnya.

Dalam menafsirkan emosi negatif ke emosi positif subjek NH perlu melakukan beberapa strategi dalam meregulasi kan emosi nya seperti ungkapan subjek NH dibawah ini.

“Rasa khawatir tuh ada, sedih ya jua khawatir memikirkan takutannya inya meanu urang, amun sedih melihat inya kaya itu pang soalnya inya dahulu kada kaya itu lo rasa rawwan ae hati nih melihat anak kaya itu” (l.k.64)

(“rasa khawatir tuh ada, sedih juga khawatir memikirkan takutnya dia bikin masalah sama orang, kalo sedih melihat dia seperti itu soalnya dia dulu ngak kayak gitu jadi rasa sedih melihat anak seperti itu”)

“Aku bawa tulak ke majelis, kekebun, memasak kaya itu pang” (l.k.68)

(“saya bawa pergi ke majelis, kekebun, memasak seperti itu”)

Subjek NH merasa khawatir dengan anak, terlebih subjek juga merasakan sedih, subjek melakukan strategi regulasi emosi melalui kegiatan agar pikiran subjek bisa berpikir positif.

“Mungkin aku rajin berpikir amun aku meluapkan emosi ku kada baik gasan aku awan jua anak ku malah betabah meulah aku sakit kepala” (l.k.70)

(“kalo saya biasanya berpikir kalo saya meluapkan emosi saya tidak baik bagi saya dan anak saya dan malah bikin saya sakit kepala”)

“Amun anak-anak ku membantui haja kaya menyaabari akan memadahi aku jua lo sekira aku kada tebawa emosi”(1.k.72)

(“kalo anak-anak saya membantu saja seperti menyabari dan memberikan nasehat agar saya tidak terbawa emosi”)

Karena itu subjek berpikir agar tidak terjadi kekambuhan penyakit pada nya maka subjek berpikir bahwa hal tersebut harus subjek lakukan untuk menghindari hal tersebut.

“Karna itu pang menurut ku yang kawa aku gawi lawan bemanfaat jua, tulak kemajlis dapaat ilmu hen kaya itu pang”(1.k.74)

(“karna itu menurut saya yang bisa saay kerjakan dan bermanfaat juga, pergi kemajelis dapat ilmu seperti itu”)

“Karna aku melihat anak yang ketuju mehamuk atau bekelakuan macam-macam muyak aku melihat lalui tebawa emosi kita lo, apa lagi amun inya meulah hual lawan urang meanu urang nah itu pang”(1.k.76)

(“karna saya melihat anaknya suka ngamuk atau berkelakuan yang tidak-tidak pusing saya melihat sehingga terbawa emosi lo kita, apa lagi kalo dia bikin gara-gara sama orang”)

Menurut subjek 1 seorang ibu yang memiliki anak gangguan jiwa tentu merasa sedih akan penyakit yang diderita oleh sang anak terlebih jika anak tersebut sebelumnya tidak memiliki riwayat sakit apapun tentu itu hal yang sangat membust seorang ibu sedih tentu hal yang berat bagi subjek 1 karna harus merawat anaknya seorang diri. Tentu hal itu sangat membuat ibu yang memiliki anak gangguan jiwa perlu melakukan strategi regulasi emosi subjek 1 memiliki beberapa cara dalam melakukan strategi regulasi emosi kognitif reappraisal yang paling

sering di lakukan oleh subjek 1 yaitu pergi kemajelis, dan pergi berkebun, menurut subjek dengan melakukan hal tersebut membantu subjek dari pikiran yang negatif hingga mampu merubahnya menjadi pemikiran yang positif tentu hal itu mampu membuat subjek tenang dan dapat meregulasi kan emosinya dengan baik.

Brbeda pula dengan strategi yang dilakukan oleh subejk SR, seperti ungkpan subjek SR di bawah ini.

“amun aku nih sabar haja masih untung bisi laki, aku jua begawian dirumah bejualan wadai jadi kawa menjaga anak, lawan jua ak bejualan jadi kada ti tepikirkan masalah anak ku” (2.k.17)

(“kalo saya sih sabar saja masih untung punya suami, saya juga bekerja dirumah berjualan kue jadi bisa aja menjaga anak, sama saya juga berjualan jadi tidak terlalu terpikirkan masalah ana saya”)

“aku sadar haja pang anak ku nih kaya ini tapi aku kada handak sedih ku melihat anak kaya ini terlalu kelawasan, aku rancak emosi jua melihat anak kaya ini, jadi cara aku mehadapi keadaan kaya ini ku bawa bejalanan lawan laki ku amun anak ku nang AR nih ada adingnya nang menjagai, meulah hati senang sekira kada kepikirn nang kada baik, meulah diri rasa nyaman jua” (2.k.25)

(“saya sadar saja anak saya seperti ini, saya tidak mau sedih melihat anak seperti ini terlalu lama, saya juga sering emosi melihat anak saya seperti ini, jadi cara saya menghadapi keadaan seperti ini saya bawa berjalan dengan suami saya, kalo anak saya ada adikny yang menjaga, bikin senag hati biar tidak kepikiran yang negatif, bikin rasa nyaman jua”)

Subjek merasakan kesadaran betapa pentingnya melakukan strategi regulasi emosi agar dapat terkontrol dengan baik sehingga kita maampu berpikir positif sesuai dengan cara individu masing-masing.

“amun aku pas emosi tuh berusaha pang mencari ketenangan, tapi pas sudah tenang aku sadar amun aku emosi malah merugikan diri ku sorang lawan jua meulah aku sakit kepala, jadi ku cari

ketenangan sekira aku dapat pikiran yang baik-baik aja jangan yang buruk-buruk lagi” (2.k.27)

“kalo saya lagi emosi sih berusaha mencari ketenangan, tetapi kalo sudah tenang aku sadar kalo aku emosi terus malah merugikan diri saya sendiri sama juga bikin sakit kepala, jadi saya cari ketenangan biar saya dapat pikiran yang positif jangan yang negatif”

“Kalo iya membawa kendaraan tuh nah, maka bisa banar tulak mengelunyer bebandaraan sorangan” (2.k.60)

“kalo dia membawa motor , bisa pergi sendiri”

Subjek merasakan dampak dari emosi negatif setelah endapatkan ketenangan baru mampu berpikir secara positif agar emosi tidak terlalu buruk.

“Gelisah banar aku, bila inya mulai kuciak-kucak tuh hancap haja lagi diminumi obat bodrex ampih to inya teguring langsung” (2.k.64)

“gelisah saya, kalo dia mulai teriak-teriak cepat saj saya minumi obat warungan diam langsung tidur”

“Tulakan aku lawan laki ku bejalan, beulahan wadai jua” (2.k.70)

“pergi saya sama suami saya jaln-jalan, bikin kue juga”

Gelisah tentu ada pada diri seorang ibu yang memiliki anak gangguan jiwa hal itu tentu menjadi pemicu emosi, kemuadin agar subjek tidak mudah terpancing oleh emosi maka subjek melakukan kegiatan seperti bepergian dan melakukan kegiatan yang disukai.

“Anak ku nang pehalus nya aku kasian melihat inya jua amun aku sarik emosi inya takutan apa lagi bila aku meluapkan emosi ku.” (2.k.72)

“anak saya paling kecil saya kasin melihat dia juga kalo saya marah emosi dia takut apa lagi kalo saya melapkan emosi saya”

“Laki pang biasanya nang memadahi aku sekira jangan kaya itu kesian anak-anak” (2.k.74)

(“suami biasanyaa yang menasehati saya biar jangan seperti itu kesian anak-anak”)

Berdasarkan paparan subjek SR diatas dapat dilihat dalam melakukan strategi regulasi emosi bagi ibu yang memiliki anak gangguan jiwa itu berbeda-beda menurut subjek 2 dalam melakukan strategi regulasi emosi kognitif reappraisal subjek lebih sering melakukan kegiatan yang membuat diri subjek merasa nyaman subjek juga sering mengalihkan pikiran negatif ke pikiran positif dengan cara mengalihkan nya kepekerjaan.

Berdasarkan wawancara kedua subjek dapat disimpulkan masing-masing ibu yang memiliki anak gangguan jiwa itu berbeda-beda dalam melakukan strategi regulasi emosi yang dimiliki oleh masing-masing individu.

1. *Expressive Suppression* atau *Response Focused*

Expressive suppression yaitu bentuk dari pengaturan respons dengan menghambat perilaku ekspresi emosi yang terus menerus yaitu meliputi ekspresi wajah, nada suara dan perilaku atau perubahan fisiologis. Ini hanya mampu untuk menghambat respons emosi yang berlebih, namun tidak membantu mengurangi emosi.

Dalam mengekspresikan emosinya ibu yang memiliki anak gangguan jiwa tentu memiliki emosi dan mengekspresikan emosinya melalui berbicara dengan nada tinggi dan terus menerus berbicara secara keras kepada anak, tentu dengan melakukan kegiatan sesuai dengan hal

yang disukai subjek akan merasa lebih bisa mengontrol emosinya.

Seperti yang diungkapkan oleh subjek NH di bawah ini.

“aku biasanya amun sarik meluahkan nya emosi lawan anak tuh bepandir nyaring bepandir tarus, gasan mengeluarkan nya aku biasanya berkata-kata haja, kada sampai memukul” (1.k.27)

(“saya biasanya meluapkan emosi dengan anak itu berbicara dengan nada tinggi dan berbicara dengan terus menerus, untuk mengekspresikan nya saya biasanya mengeluarkan kata-kata saja, tidak sampai memukul”)

“aku masih perlu waktu gasan meulah aku tenang, lawan perlu istirahat gasan meulah aku lega” (1.k.29)

(“saya masih memerlukan waktu untuk membuat diri saya tenang dan perlu sedikit istirahat untuk membuat saya lega”)

Dalam mengekspresikan emosi subjek NH melakukan dengan berbicara nada tinggi agar subjek merasa puas dan lega hal tersebut sedikit membantu agar subjek mampu untuk mengeluarkan emosi yang di pendam dan setelah itu akan mendapatkan ketenangan.

“Ku bawa bekegiatan yang aku ketujui” (1.k.78)

(“saya bawa berkegiatan yang saya sukai”)

“Iya kegiatan majelis setiap hari jumat setiap malam selasa, malam rabu lawan kekabun itu kegiatan yang ku gawi biar kawa berpikir nang baik” (1.k.80)

(“iya kegiatan majelis setiap hari jumat, setiap malam selasa, malam rabu dan kekebun itu kegiatan yang saya kerjakan agar bisa berpikir positif”)

“Membantu banar karna itu aku kawa memikirkan yang baik-baik kada bepikiran buruk” (1.k.82)

(“membantu banget karna itu saya bisa memikirkan yang baik-baik tidak berpikiran yang buruk”)

Berdasarkan ungkapan subjek 1 diatas dapat dilihat subjek 1 melakukan strategi regulasi emosi dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang disukai dan bermanfaat seperti apa yang subjek lakukan diatas, menurut subjek tindakan subjek mampu membantu subjek untuk mengontrol emosinya.

Tentu hal berbeda pula bagi subjek SR dalam melakukan strategi regulasi emosi dengan cara mengekspresikan emosi seperti lebih sering di bawa jalan-jalan, dan mengekspresikannya melalui kegiatan-kegiatan yang bermanfaat. Seperti ungkapan subjek SR dibawah ini.

“aku biasa haja, bediam ae aku, koler jua bepandir banyak amun kebanyakn pandir meulah aku emosi malah, mun aku bediam aku malah lebih kawa mengontrol emosi ku dapat jua yang baiknya” (2.k.31)

“(saya biasa saja, diam saja saya, males juga bicara banyak kalo terlalu banyak bicara bisa bikin saya makin emosi, kalo saya berdiam saya malah lebih bisa mengontrol emosi saya dapat juga hal yang positif”)

“aku biasanya tulak lawan laki ku bejalanan mencari kesenangan diluar amun aku merasa emosi dirumah , pas kondisi emosi yang kada memungkin kan gasan begana dirumah” (2.k.33)

“(saya biasanya pergi sama suami saya jalan-jalan mencari kesenangan diluar kalo saya merasa emosi dirumah, saat kondisi emosi yang tidak memungkinkan untuk berdiam dirumah”)

Dalam mengespresikan emosi tentu berbeda-beda seperti yang dilakukan subjek SR diatas dan menurut subjek hal itu dapat membantu subjek dalam melakukan pengekspresian dalam regulasi emsoi.

“hiih, aku biasanya ketuju meulah wadai, memasak makan nang dikatujui di keluarga nih, meulah aku tuh menghingkan pikiran yang kada baik, malah aku merasakan emosi nang baik gasan aku karna aku melakukan kegiatan yang baik pang jua lo” (2.k.35)

(“iya, saya biasanya suka bikin kue, memasak makan yang disukai di keluarga, bikin saya tuh menghilangkan pikiran yang tidak baik, malah saya merasakan emosi yang baik untuk saya karena saya melakukan kegiatan yang baik juga”)

“Amun kita bawa bejlanan lo itu muelah kaya kita terlepas dari rasa emosi tuh nah” (2.k.76)

(“kalo kita bawa jalan-jalan itu bikin seperti kita terlepas dari rasa emosi nya itu”)

“Ku bawa bejualan, bejlanan lawan laki ku” (2.k.80)

(saya bawa pergi jalan-jalan sama suami saya”)

“Palingan meulah wadai, bemasakan lawan dangsanak ku”(SR.17)

(biasanya bikn kue, masak-masakan dengan saudara saya”)

“Membantu aku jadi kawa jernih amun berpikir jadinya” (2.k.76)

(“membantu saya jadi bisa berpikir jernih”)

Berdasarkan ungkapan subjek SR diatas dapat dilihat subjek dalam melakukan strategi reguasi emosi dengan cara pergi jaln-jalan bersama suami untuk mencari kesenangan dan ketenanga untuk dapat merubah emosi negatif menjadi emosi positif.

Dan dari hasil wawancara dari kedua subjek dapat dilihat perbedaan dalam melakukan strategi regulasi emosi *Expressive suppression* masing-masing ibu yang memiliki anak gangguan jiwa mempunyai cara masing-masing dalam meregulasikan emosinya seperti wawancara diatas dan itu menurut masing-masing subjek cukup membantu dalam melakukan strategi regulasi emosi.

Di dalam melakukan strategi regulasi emosi maka didapat pula aspek-aspek regulasi emosi, maka dari itu peneliti paparkan juga seputar aspek-aspek regulasi emosi sebagai berikut.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, peneliti menangkap empat aspek regulasi emosi yang muncul pada masing-masing subjek diantaranya sebagai berikut.

1. Kemampuan strategi regulasi emosi

Aspek ini merupakan keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menentukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi berlebihan. Ini ungkapan subjek NH dibawah ini.

“aku kaya biasa ae sekan akan baik haja bediam aku, soalnya amun aku kada banyak pandir kaya biasa aja, meulah aku mendapat emosi yang baik gasan anak ku gasan diri ku. Aku merasa itu sudah cukup gasan mehindari emosi” (1.k.48)

(“saya seperti biasa saja seakan baik-baik saja diam saya, soalnya kalau saya tidak banyak bicara seperti biasa bikin saya mendapatkan emosi positif untuk saya dan anak saya, saya rasa itu sudah cukup untuk menghindari emosi.)

Subjek NH merasa lebih terbiasa diam dan tidak terlalu banyak bicara, agar mendapatkan emosi positif. Sama seperti ungkapan subjek SR dibawah ini.

“amun aku rajin, bila rasa kada nyaman dah aku pastii lakas-lakas membawai laki ku bejalan atau bila kada, aku beulah wadai dirumah laawan anak ku nang bebinian atau bemasakan nah itu ae” (2.k.37)

(“kalo saya biasa kalo udah rasa tidak enak saya pasti cepat-cepat ajak suami jalan-jalan kalau tidak saya bikin kue dirumah sama anak saya yang perempuan atau masak-masakan”)

Subjek SR lebih suka pergi jalan-jalan bersama suaminya untuk mendapatkan emosi positif.

Terdapat perbedaan antara subjek NH dan subjek SR seperti hasil wawancara di atas. Subjek NH lebih memilih untuk diam dan tidak banyak berbicara, sedangkan untuk subjek SR lebih memilih untuk mengajak suami pergi jalan-jalan.

2. Kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif

Aspek ini merupakan kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakan sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik. Berdasarkan ungkapan subjek NH di bawah ini.

“aku ketuju bekabun, bamasak, lawan babarasih rumah, pas aku meanu kegiatan tuh aku merasa senang lawan pikiran-pikiran buruk kada datang kawadah ku, pas melihat kebun lawan rumah ku barasih kawa meulah aku bepikir nang baik-baik” (1.k.56)

(“saya suka berkebun, memasak, sama berbersih rumah, saat saya melakukan kegiatan itu saya merasa senang dan pikiran-pikiran buruk tidak datang sama saya, saat melihat kebun rumah saya bersih bisa bikin saya berpikir positif)

Subjek NH merasa dapat menerima emosi negatif jika ia melakukan hal-hal yang disukai dan membuat hati senang.

Sedangkan menurut subjek SR seperti ungkpanya di bawah ini.

“hiih, aku biasanya ketuju meulah wadai, memasak makan nang dikatujui di keluarga nih, meulah aku tuh menghilangkan pikiran yang kada baik, malah aku

merasakan emosi nang baik gasan aku karna aku melakukan kegiatan yang baik pang jua lo” (2.k.35)

(“iya saya biasanya suka bikin kue, memasak makanan yang disukai keluarga, bikin saya menghilangkan pikiran negatif, malah saya merasakan emosi positif karena saya melakukan kegiatan yang baik juga”)

Subjek SR dapat menghilangkan pikiran-pikiran negatif dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang baik dan bermanfaat.

Berdasarkan hasil wawancara diatas kedua subjek melakukan aspek regulasi emosi yang sama walau berbeda dengan kegiatan yang dilakukan oleh masing-masing subjek.

3. Kemampuan mengontrol emosi

Aspek ini merupakan kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respons emosi yang ditampilkan (respons fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respons emosi yang tepat. Berikut ungkapan subjek NH dibawah ini.

“aku biasanya amun sarik meluapkannya emosi lawan anak tuh berpandir nyaring berpandir tarus, gasan mengeluarkannya aku biasanya berkata-kata haja, kada sampai memukul” (1.k.27)

(“saya biasanya saat emosi meluapkannya dengan anak tuh seperti berbicara dengan nada tinggi mengoceh terus-menerus, untuk mengeluarkan emosinya cuman kata-kata saja tidak sampai memukul anak”)

Subjek NH melakukannya dengan berbicara dengan nada tinggi dan mengulang kata-kata yang sama secara terus-menerus.

Sedangkan ungkapn subjek SR seperti berikut ini.

“biasaya ku pukul sambil bepandir ikam mun kada measi kada boleh belanja, tapi aku kada gancang pang memukul jadi inya kada kesakitan” (2.k.23)

(“biasanya saya pukul sambil bicara kalo kamu tidak nurut tidak boleh jajan, tapi saya tidak keras memukul jadi dia tidak kesakitan”)

Subjek SR melakukannya dengan memukul si anak dengan pelan agar mampu melakukan mengontrol emosi.

Berdasarkan hasil wawancara kedua subjek diatas nampak sekali perbedaan antara keduanya, seperti subjek NH berbicara dengan nada tinggi sedangkan subjek SR dengan memukul dan megancam.

4. Kemampuan menerima respons emosi

Aspek ini merupakan kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut. Ini ungkapan subjek NH dibawah ini.

“Hiih, ambil baiknya haja sudah, kita kada kwa memaksakan takdir, mungkin ini ujian hidup ku”(1.k.95)

(“iya, ambil baiknya aja sudah, kita tidak bisa memkasakan takdir, mungkin ini ujian idup saya”)

Subjek NH berpasrah akan semua ujian yang Allah berikan kepadanya.

Sdangkan menurut subjek SR seperti ungkapannya dibawah ini.

“Ya mau kada mau ae sudah yalo, nang ampunnya handak kaya ini jadi jalani ae” (2.k.86)

(“iya mau tidak mau seperti ini ae, yang punya maunya seperti ini jalani aja”)

Subjek NH merasa harus menjalani ini semua karna ini kehendak yang punya.

Berdasarkan hasil peneitian diatas kedua subjek sama-sama berpasrah dengan keadaan dan situasi yang dialamiya sekarnag dengan kondisi anak nya masing-masing.

Maka di perlukan pula proses regulasi emosi dan akan peneliti paparkan data yang telah di dapat sebagai berikut:

1. Pemilihan situasi (*situation selection*)

Regulasi emosi muncul ketika setiap individu memapu mengatasi masalah yang dihadapi, dengan cara yang positif. Hal ini akan menyebabkan individu terhindar dari situasi yang menimbulkan stres pada dirinya dan kondisi dapat terkontrl dengan baik. Strategi *situation selection* juga didapat digunakan terhadap ibu yang memiliki anak gangguan jiwa yang merasa emosi ketika dihadapkan dengan situasi itu agar tidak mudah terketan dan stres. Hal tersebut diungkap langsung oleh subjek saat sedang diwawancarai. Seperti ungkapan subjek NH dibawah ini.

“aku biasanya amun sudah mulai gelisah kada nyaman aku pasti meanu kegiatan tulak ke majelis maun kadada jadwal, aku biasanya bekabun memasak lawan bebersih rumah” (l.k.66)

(“saya biasanya kalo sudah mulai gelisah dan tidak nyaman saya akan melakukan kegiatan majelis ta’lim dan kalo lagi tidak ada jadwal saya biasanya berkebun memasak dan bebersih rumah”)

“hih membantu banget lawan kegiatan nih”(1.k.68)

(“ya sangat membantu sekali, dengan semua kegiatan itu”)

Sedangkan ungkapan dari subjek SR berbeda pula, subjek SR melakukan *sitation selection* biasanya dengan cara bepergian, jalan-jalan bersama suami, bikin kue dan masak-masak dirumah. Seperti ungkapan nya dibawah ini.

“amun aku rajin, bila rasa kada nyaman dah aku pastii lakas-lakas membawai laki ku bejalan atau bila kada, aku beulah wadai dirumah laawan anak ku nang bebinian atau bemaskan nah itu ae”(2.k.37)

(“saya biasanya, kalo ada rasa kurang enak saya cepat-cepat ajak suami pergi atau kalo tidak, saya bikin kue dirumah dengan nak saya yang perempuan bisa juga masak-masak itu aja”)

Berdasarkan hasil wawancara diatas dengan subjek yang berbeda subjek sudah menjelaskan, dapat di jadikan kesimpulan bahwa untuk mengalihkan situasi yang membuat individu merasa tidak nyaman dan berakibat stres, antara subejk NH dan subje SR itu berbeda-beda yang bertujuan agar subjek tersebut mampu menghindari emosi negatif dan mampu megontrol dirinya.

2. Modifikasi situasi (*situation modification*)

Modifikasi situasi meupakan suatu upaya yang dilakukan individu untuk memotivasi diri atau pun orang lain untuk menunjukkan rasa peduli dan empati. Hal ini juga dilakukan

oleh ibu yang memiliki anak gangguan jiwa ketika menerapkan strategi modifikasi situasi untuk memberikan dukungan dan stimulus positif bagi diri sendiri maupun orang lain. Seperti yang diungkapkan oleh subjek berikut ini.

“aku baik badiam kada banyak pandir kecuali lawan kawan mungkin aku bekisah ae lawan memberi masukan atau di beri masukan” (1.K.70)

(“saya lebih memilih untuk diam dan tidak berpendapat apa pun terkecuali sama teman mungkin akan berbagi cerita dan akan memberikan masukan dan diberi masukan”)

Berbeda pula yang dilakukan subjek SR dalam memodifikasi situasi upaya yang dilakukan subjek SR dalam melakukan modifikasi situasi seperti lebih banyak diam tidak berbicara, tidak mau berpendapat dan tidak mau diberi pendapat. Seperti ungkapan subjek SR dibawah ini.

“aku lebih baik bediam, kada bapandir, kada handak berpendapat lawan urang kada handak jua minta pendapat itu pang amun aku” (2.k.39)

(saya lebih baik diam, tidak berbicara, tidak mau berpendapat dengan orang dan tidak mau minta pendapat itu kalo saya”)

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek, setiap ibu yang memiliki anak gangguan jiwa memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam merubah dan memodifikasi suatu keadaan.

3. Mengarahkan perhatian (*attention deployment*)

Mengarahkan perhatian merupakan suatu kemampuan dalam mengubah situasi dan kondisi negatif menjadi positif baik dari dirinya sendiri maupun dari lingkungan sekitarnya, sehingga ketika ada masalah bisa dikendalikan dan menghindari adanya stimulus negatif yang muncul. Dalam hal ini peneliti dalam penelitiannya menemukan adanya pengarahannya perhatian ke arah yang positif baik dari perasaan maupun tindakan pada ibu yang memiliki anak gangguan jiwa. Seperti halnya yang dilakukan oleh subjek dibawah ini. Seperti ungkapan subejk NH dibawah ini.

“baik badiam kada menanggapi apa yang meulah emosi, lawan aku mealihkan perhatian nang kaya apa sudah aku jelaskan tada kekebun, kemajelis, bemasak nah itu pang” (1.K.74)

(“lebih baik diam tidak menanggapi apa yang bikin emosi, dan lebih mengalihkan perhatian yang seperti apa yang tuturkan diatas, seperti kekebun, pergi kemajelis, memasak seperti itu”)

Berbeda pula dengan pengalihan perhatian yang dilakukan subjek SR, seperti ungkapan seubjek SR dibawah ini.

“amun nya ada yang meulah emosi tuh aku rancak bediam pang memendam sorangan, lawan rajin ku alihkan kaya meulah wadai pas selajuran bejulan wadai jua lo, bejalanan lawan laki ku, bamasakan” (2.k.40)

(“kalo saya ada yang bikin emosi saya biasanya diam saja, memendam sendiri, sama jua saya biasanya bikin kue karna saya jualan kue juga, jalan-jalan sama suami, masak-masak juga”)

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat dilihat dalam proses regulasi emosi pengalihan perhatian itu berbeda-beda setiap ibu yang memiliki anak gangguan jiwa seperti wawancara yang sudah dilakukan diatas.

4. Perubahan kognitif (*cognitive change*)

Perubahan dari setiap individu akan mempengaruhi masa depan yang akan dijalaninya. Perubahan yang dilakukan individu ketika berada disituasi bermasalah dengan cara merubah emosi menjadi lebih baik akan berdampak positif dari segi stimulus positif. Seperti hal yang dilakukan subjek di bawah ni. Seperti ungkapan subjek NH dibawah ini.

“aku kawa dah menerima keadaan saat ini, selawas ini jua aku sudah kawa mengendalikan emosi yang ada diri ku, aku beusaha jadi yang baik gasan anak ku” (1.K.78)

(“saya mampu menerima kondisi saat ini, sejauh ini saya juga sudah mengendalikan emosi yang muncul dari diri saya, saya berusaha menjadi yang terbaik untuk anak saya”)

Hal yang sama dilakukan oleh subjek SR berikut ungkapan subjek SR dibawah ini.

“hiih, takawa pang sudah aku mengontrol emosi kada kaya dahulu handak bessarik tarus, aku handak memberikan jua yang terbaik gasan anak ku sekira inya kena nyaman jua” (2.k.42)

(“iya, sudah bisa saya mengontrol emosi tidak seperti dulu lagi mau marah-marah terus, saya mau memberikan yang terbaik untuk anak saya agar dia enak juga nanti”)

Berdasarkan hasil wawancara diatas dengan subjek setiap ibu yang memiliki anak gangguan jiwa, mempunyai kemampuan

dalam menerima emosi negatif dan tidak merasa malu dengan kondisi saat ini.

5. Perubahan respons (*response modulator*)

Perubahan yang dilakukan setelah emosi itu terjadi yaitu dipengaruhi oleh respons dari stimulus, pengalaman, dan perilaku emosi negatif. Dari temuan lapangan, subjek melakukan aktivitas yang menimbulkan respons positif ketika dihadapkan dengan kondisi anak tersebut. Seperti yang dikatakan subjek NH di bawah ini.

“aku memilih meanu kegiatan yang kawa meulah aku kada emosi lawan membantui aku menuntung akan masalahku”
(1.K.83)

“(saya memilih melakukan kegiatan yang membantu saya mengontrol emosi dan membantu saya dalam menyelesaikan masalah”)

Hal yang sama dilakukan pula oleh subjek SR, seperti ungkap subjek SR dibawah ini.

“akulah meanu ampun ku haja yang kawa meulah aku kada sarik-sarik tarus, yang kawa meulah masalah ku tuntung ngintu pang”
(2.k.44)

“(saya melakukan kegiatan saya saja yang tidak membuat saya emosi, dan yang bisa bikin masalah saya selesai”)

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek, setiap ibu yang memiliki anak gangguan jiwa, selalu melakukan aktivitas-aktivitas yang bermanfaat sehingga dapat mengurangi timbulnya respons negatif yang muncul pada diri individu tersebut.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi

Ada pula faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya regulasi emosi, dalam melakukan strategi regulasi emosi tentu ada pula faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya regulasi emosi tersebut. Berikut faktor-faktor yang mempengaruhinya.

1. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan tempat individu berada termasuk lingkungan keluarga dan kondisi masyarakat. Keharmonisan keluarga dan kondisi masyarakat yang kondusif akan sangat mempengaruhi perkembangan emosi. Faktor lingkungan berpengaruh untuk meregulasikan emosi setiap individu terlebih lagi individu yang memiliki anak gangguan jiwa. seperti ungkapan subjek NH dibawah ini.

“amun keluarga tetanga berataan baik haja kada meulah masalah lawan aku, dukungan keluarga ku jua meulah aku kawa berpikir nang baik-baik jadi keluarga nih penting banar perannya lawan aku” (1.K.85)

(“kalo keluarga, tetangga semua itu baik aja sama saya tidak bikin masalah sama saya, apalagi dukungan keluarga saya juga bikin saya bisa berpikir positif jadi keluarga itu penting perannya dalam kehidupan saya”)

Berbeda pula dengan subjek SR dalam pengaruh lingkungan yang di alami oleh subjek SR merasa saat dalam kondisi seperti ini malah faktor lingkungan yang membuatnya sedih karna omongan tetangga yang bikin subjek SR merasa

marah, dan ada juga peran keluarga dalam hal menguatkan subjek SR. Seperti ungkapan subejk SR dibawah ini.

“amun aku kada tapi beakuran lawan tetangga inya rancak memandirakan aku, sarik ae aku tapi aku masih ada kaluarga yang meulah aku kuat, laki jua” (2.k.46)

(“kalo saya tidak akrab dengan tetangga dia sering ngomongin saya, marah saya tapi saya masih punya keluarga yang bikin saya kuat”)

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat diliat bahwa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi setiap subjek berbeda-beda seperti yang diungkapkan setiap subjek.

2. Faktor Pengalaman

Pengalaman yang diperoleh oleh individu selama hidupnya akan mempengaruhi perkembangan emosinya. Pengalaman selama hidup dalam menghadapi orang dengan gangguan jiwa. Dalam keturunan keluarga atau dalam lingkungan dan orang sekitar tidak ada sama sekali yang mengalami hal yang sedang dialami oleh anak. Seperti ungkapan subjek NH dibawah ini.

“amun di keluarga ku kadada yang megalami gangguan jiwa pang lah tetangga ku kadada jua, jadi aku belum bisa lagi cara nya menghadapi kondisi anak ku sampai aku tebawa emosi pas awal-awal anak ku kaya ini” (1.k.89)

(“kalo dikeluarga dan tetangga itu tidak ada yang mengalami gangguan jiwa, jadi saya belum tau cara menghadapi kondisi anak saya sampai sawa terbawa emosi waktu awal-awal anak saya begini”)

Sama pula yang dirasakan oleh subjek SR dalam faktor pengalaman, tidak ada keturunan dari keluarga atau orang terdekat yang mengalami gangguan jiwa. Seperti ungkapan subjek SR dibawah ini.

“kada, kadada pang dikaluarga ku, orang nang parak kadada jua yang mengalami ni, makanya aku kada tahu kayapa cara menaui anak ku, aur handak besasarik ja tarus aku dahulu wahini takurang dah” (2.k.48)

(“tidak, tidak ada di keluarga saya, orang terdekat tidak ada juga yang mengalami gangguan jiwa, makanya saya tidak tau bagaimana caranya memperlakukan anak saya, mau marah-marah terus saya dulu, tetapi sekarang udah tidak”)

Berdasarkan hasil dari wawancara diatas dapat dilihat dalam faktor pengalaman antara subjek sama sekali tidak ada pengalaman sebelumnya tentang sorang dalam gangguan jiwa.

3. Faktor Pola Asuh

Pola asuh orangtua sangat bervariasi, ada pola asuh yang otoriter, memanjakan, acuh tak acuh, dan ada juga penuh kasih sayang. Bentuk pola asuh itu akan mempengaruhi pola emosi yang dikembangkan individu. Dalam masa pola asuh merasa dimanjakan selalu di turuti keinginan nya dan merasa dirinya anak yang paling disayangi karna anak laki-laki satu-satunya yang dekat dengan orangtua. Seperti ungkap subjek NH dibawah ini.

“hih, inya dimanjakan abahnya tarus, handak apa aja abahnya pasti menukar kan, bila ada apa-apa pasti ina yang dihyau karna inya anak lakian seikngannya nang parak disini” (1.K.91)

(“iya, dia dimanjakan ayahnya, kalo mau apa aja selalu dibelkan ayahnya, kalo ada apa-apa juga selalu dia yang dipanggil karna dia anak laki-laki satu-satunya yag dekta dengan orangtua”)

Berbeda pula dengan pola asuh yang subjek SR lakukan, subjek SR terlalu keras mendidik anak, selalu memukul anak, dan marah terus menerus terhadap anak. Seperti ungkapan subjekSR dibawah ini.

“amun aku karas mendidik anak, amun macam-macam aku pukul, sarik tarus aku lawan anak amun inya salah” (2.k.50)

(“kalo saya keras dalam mendidik anak, kalo berbuat yang macam-macam saya pukul, marah terus saya dengan anak kalo dia berbuat salah”)

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat dilihat bahwa dalam faktor pola asuh setiap orangtua yang memiliki anak gangguan jiwa itu berbeda seperti hasil wawancara yang peneliti dapat seperti diatas

4. Faktor Usia

Kematangan emosi dipengaruhi oleh tingkat pertumbuhan dan kematangan fisiologis seseorang, semakin bertambah usia kadar hormonal seseorang menurun sehingga mengakibatkan penurunan pengaruh emosional seseorang. Seorang ibu yang memiliki umur diatas 50 seperti 60 tahun tetntu akan sangat rentang dalam mengelola emosi terlebih lagi jika seorang ibu itu mempunyai riwayat sakit. Seperti ungkapan subjek NH dibawah ini.

“umur ku 60 tahun amun aku besarik-sarik tarus pasti aku sakit kepala darah tinggi ku naik, jadi ku usahakan banar sakira aku kawa mealihkan emosi ku ke hal-hal yang baik” (1.K.93)

(“usia saya 60 tahun, kalo saya marah-marah terus tentu saya sakit kepala darah tinggi saya jadi naik, saya berusaha untuk mengalihkan emosi terhadap hal-hal positif”)

Sama dengan subjek SR, tentu hal yang tidak mudah kalo sudah tentang emosi terlebih jika kita memiliki usia yang sudah rentang. Seperti ungkapn subjek SR dibawah ini.

“kita ni ngalih banar amun masalah menahani emosi nih, apalagi amun sudah usia-usia yang di sambat tuh tuha lah sudah, jadi bebisa-bisa kita sekira kita nih kawa memikirakan nang baik-baiknya haja” (2.k.52)

(kita ini sulit kalo masalah mengontrol emosi ni, apalagi kalo sudah usia-usia tua, jadi semampunya kita agar bisa memikirkan hal-hal positif”)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan diatas dapat dilihat dalam faktor usia orangtua sama-sama memikirkan usia yang bisa dibilang tua, dan terus berusaha untuk memikirkan hal-hal positif.

5. Analisis Data

1. Bagaimana Gambaran Strategi Regulasi Emosi pada Ibu yang Memiliki Anak Gangguan Jiwa di Desa Tatah Pemangkih Tengah.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di paparkan diatas, dapat di uraikan bahwa strategi regulasi sangat di perlukan bagi setiap ibu yang memiliki anak gangguan jiwagambara strategi regulasi emosi yang dilakukan oleh ibu yang memiliki anak gangguan jiwa yang meliputi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*.

Pada penelitian ini didapat dua orang subjek dengan gambaran strategi regulasi emosi nya masing-masing. Dengan hasil yang didapatkan antara subjek NH dan subjek SR memiliki strategi regulasi emosi yang berbeda namun ada juga yang yang memiliki persamaan.

Pembahasan dalam peneitian ini akan menjelaskan bagaimana strategi regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak gangguan jiwa di desa Tatah Pemangkih Tengah. Berdasarkan menurut teori menurut Gross (2015) strategi regulasi emoi terbagi menjadi dua yaitu, *cognitive reappraisal* yang diartikan sebagai cara yang digunakan untuk menafsirkan kembali situasi yang membangkitkan emosinya, menyangkut hal-hal yang individu lakukan sebelum emosi tersebut diekspresikan. Kemudian *expressive suppression* ialah bentuk dari pengaturan

respons dengan menghambat perilaku ekspresi emosi yang terus menerus.² Hal ini berhubungan dengan strategi regulasi emosi pada kedua subjek dalam melakukan strategi regulasi emosi ibu yang memiliki anak gangguan jiwa.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa strategi regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak gangguan jiwa itu berbeda-beda dan setiap ibu memiliki caranya masing-masing dalam melakukan strategi regulasi emosi namun dapat dilihat dari kedua subjek saling berpedapat bahwa itu sangat membantu, hal ini dilihat dari besarnya jawaban yang diungkapkan ibu, begitupun hasil dari pengamatan dan wawancara peneliti kepada subjek yang menunjukkan bahwa strategi itu sangat penting dalam meregulasikan emosinya. Dikarenakan berbagai hal seperti ibu dapat menyelesaikan masalah dan pekerjaan ketika melakukan strategi regulasi emosi tersebut.

Berdasarkan data yang telah terkumpul bahwa ibu yang memiliki anak gangguan jiwa di Desa Tatah Pemangkih tengah Kabupaten Banjar itu memiliki regulasi emosi yang negatif sehingga tidak berjalan sesuai dengan teori menurut Gross. Selama observasi dan wawancara ibu hanya memikirkan dirinya

²Rusmaladewi, Dewi Rosaria Indah, Intan Kamala, Henny Anggraini, "regulasi emosi pada mahasiswa selama proses pembelajaran daring di program studi PG-PAUD FKIP UPR", *jurnal pendidikan dan psikologi pintar harati*, vol. 16 no. 2 , (2020)

sendiri sehingga anak yang sedang mengalami kekambuhan itu di tinggal begitu saja agar si ibu dapat membuat dirinya merasa tenang dan tidak merasakan tekanan emosi.

Dapat diambil kesimpulan bahwa ibu yang memiliki anak gangguan jiwa tentu merasakan emosi namun dengan berjalannya waktu setiap ibu mampu melakukan perubahan emosi negatif menjadi emosi positif, dengan berbagai strategi yang dilakukannya dengan cara yang berbeda-beda dan dengan waktu yang berbeda-beda pula.

Maka berlawanan pula dengan teori menurut Gross dalam strategi regulasi emosi seperti *cognitive reappraisal* yaitu memikirkan ulang situasi yang membuat emosi dan merubahnya menjadi pikiran-pikiran yang positif, sedang *Expressive suppression* yaitu dengan cara mengalihkan dan memusatkan emosi dengan melakukan kegiatan-kegiatan atau hobi-hobi.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya regulasi Emosi pada Ibu yang Memiliki Anak Gangguan Jiwa.

Dalam strategi regulasi emosi terdapat pula faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya regulasi emosi tentu hal ini melibatkan strategi regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak gangguan jiwa di desa Tatah Pemangkih Tengah.

Hal tersebut berkaitan dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan kedua subjek yang mana terdapat jawab dan

ungkapan yang berbeda dari subjek namun juga ada persamaan di antara kedua subjek maka dapat dikatakan ibu yang memiliki anak gangguan jiwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi. Jika dilihat dari kedua subjek masing-masing subjek terdapat hal yang berbeda di antara beberapa faktor tersebut

Berdasarkan uraian dan temuan dapat dijelaskan dalam bentuk tabel yang merangkum narasi tentang strategi regulasi emosi dan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi.

Jika membahas perihal gambaran strategi regulasi emosi perbedaan subjek penelitian ini dengan gambaran strategi regulasi emosi yang lainnya maka peneliti mengatakan bahwa gambaran strategi regulasi emosi yang dimiliki oleh ibu yang lainnya atau orang lain itu memiliki perbedaan dan masing-masing ibu belum memahami tentang regulasi emosi sehingga masing-masing ibu memiliki strategi regulasi emosi yang negative dan kurang pemahaman tentang apa yang diperlukan anak dengan gangguan jiwa serta penanganan saat anak mengalami kekambuhan.

1.1 PENYAJIAN DATA BENTUK TABEL

Indikator		Subjek NH	Subjek SR	Perbedaan dan persamaan kedua subjek
STRATEGI REGULASI EMOSI	<i>Cognitive reappraisak</i>	NH Mengerjakan pekerjaan yang bermanfaat dapat merubah emosi negatif menjadi emosi positif	SR memilih untuk sabar bersadar diri dan pergi jalan-jalan untuk mengubah emosi negatif menjadi emosi positif	Kedua subjek memberikan tanggapan emosionalnya dengan pergi melakukan kegiatan yang sering dilakukannya
	<i>expressive suppression</i>	NH memilih berbicara dengan nada tinggi, dan melakukan hobi-hobi yang sering dilakukannya	NH memilih memukul dan memberikan sedikit ancaman, pergi dan berdatang.	Kedua subjek berbeda dalam mengekspresikan emosinya.

1.2 PENYAJIAN DATA BENTUK TABEL

Indikator		Subjek NH	Subjek SR	Perbedaan dan persamaan kedua subjek
ASPEK-ASPEK REGULASI EMOSI	Kemampuan strategi regulasi emosi	Subjek NH merasa lebih terbiasa diam dan tidak terlalu banyak bicara, agar mendapatkan emosi positif	Subjek SR lebih suka pergi jalan-jalan bersama suaminya untuk mendapatkan emosi positif	Subjek NH lebih memilih untuk diam dan tidak banyak berbicara, sedangkan untuk subjek SR lebih memilih untuk mengajak suami pergi jalan-jalan
	Kemampuan tidak terpengaruh emosi negative	Subjek NH akan merasakan senang jika melakukan kegiatan-kegiatan yang disukainya.	Subjek SR dapat menghilangkan pikiran-pikiran negatif dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang baik dan bermanfaat	Kedua subjek sama dalam melakukan aspek agar tidak terpengaruh emosi negatif namun berbeda dengan kegiatan yang dilakukannya saja

	Kemampuan mengontrol emosi	Subjek NH meakukannya dengan berbicara dengan nada tinggi dan mengulang kata-kata yang sama secara terus-menerus.	Subjek SR melakukannya dengan memukul si anak dengna pelan agar mampu melakukan mengontrol emosi.	nampak sekali perbedaan antara keduanya, seperti subjek NH berbicara dengan nada tinggi sedangkan subjek SR dengan memukul dan megancam.
	Kemampuan menerima respons emosi	Subjek NH berpasrah akan semua ujian yang Allah berikan kepadanya.	Subjek NH merasa harus menjalani ini semua karna ini kehendak yang punya.	kedua subjek sama-sama berpasrah dengan keadaan dan situasi yang dialaminya sekarnag dengan kondisi anak nya masing-masing.

1.3 PENYAJIAN DATA BENTUK TABEL

		Subjek NH	Subjek SR	Perbedaa dan persamaan kedua subjek
PROSES REGULASI EMOSI	Pemilihan situasi (<i>situation selectio</i>)	melakukan kegiatan pergi ke majelis, berkebun dan memasak.	Cepat-cepat pergi bersama suami jalan-jalan, dan bikin kue.	Kedua subjek memberikan tanggapan emosionalnya dengan cara bepergian melakukan kegitan yang disukai.
	Modifikasi situasi (<i>situation modification</i>)	Berdiam tidak berbicara, menerima masukan dan memberi masukan	Berdiam diri, tidak menerima masukan dan tidak mau memberi masukan.	Kedua subjek lebih memilih tetap berdiam diri dan berusaha merubah emosi negatif.
	Penyebaran perhatian (<i>attintion deploymen</i>)	Tidak menanggapi emosi, lebih memilih pergi kemajelis dan kekebun.	Lebih memenda sendiri, juga mengalihkan ke kegiatan seperti bikin kue dan pergi jalan-jalan	Kedua subjek memilih melakukan pengalihan seperti ke kgiatan yang dilakukan masing-masing subjek

	Perubahan kognitif (<i>cognitive change</i>)	Sudah mulai bisa mengendalikan diri dan berusaha menjadi yang terbaik untuk anak.	Sudah mulai bisa mengontrol emosi dan berusaha menjadi yang terbaik untuk anak.	Kedua subjek sudah mulai bisa mengontrol emosinya dan berusaha melakukan yang terbaik
	Modulasi respons (<i>response modulation</i>)	Lebih memilih kegiatan yang bisa membantu dalam menyelesaikan masalah.	Melakukan kegiatan yang disukai dan dapat menyelesaikan masalah.	Perubahan yang dilakukan yaitu seperti melakukan kegiatan yang mampu membantu menyelesaikan masalah.

1.4 PENYAJIAN DATA BENTUK TABEL

Indikator		Subjek NH	Subjek SR	Perbedaan dan persamaan kedua subjek
FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI REGULASI EMOSI	lingkungan	Tidak ada penghambat dalam faktor lingkungan.	Ada sedikit penghambat dalam faktor lingkungan	Subjek NH tidak mengalami hambatan dalam faktor lingkungan, subjek SR mengalami hambatan dalam faktor lingkungan
	pengalaman	Tidak mempunyai pengalaman sebelumnya.	Tidak mempunyai pengalaman sebelumnya.	Kedua subjek tidak memiliki pengalaman sebelumnya
	Pola asuh	Mendidik anak dengan cara dimanja dan tidak keras.	Mendidik anak dengan keras.	Berbeda antara kedua subjek dalam mendidik anak.

	Usia	Sudah mulai tua dan ini sangat berpengaruh terhadap emosi.	Belum terlalu tua namun merasakan emosi terus-menerus	Berbedaan usia yang lumayan jauh namun merasakan emosi yang sama.
--	------	--	---	---

