

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam berumah tangga, kehadiran anak merupakan sebuah momen yang selalu dinanti oleh setiap pasangan suami istri, dimana hal tersebut menjadi kebahagiaan tersendiri dalam kehidupan rumah tangga mereka.¹ Tidak semua pasangan bisa mendapatkan amanah untuk menjadi orang tua.² Tidak sedikit kita temui disekitar kita maupun di media sosial ada pasangan yang sudah menikah tapi sangat sulit untuk mendapatkan anak.

Tidak sedikit ikhtiar dan tawakal yang telah mereka lakukan demi mendapatkan buah hati, tetapi karena memang belum mendapatkan amanah dan anugrah dari Allah pasangan-pasangan tersebut belum dikaruniai seorang anak. Allah memberikan tanggung jawab anak kepada orang tua sebagai amanah.³ Maka dari itu, bagi para pasangan yang sudah mendapatkan amanah untuk menjadi orang tua jalani tugas tersebut dengan rasa tanggung jawab yang sungguh-sungguh.

Menjadi orang tua memang bukanlah tugas yang mudah, tetapi pekerjaan yang dijalani dengan keikhlasan karena Allah tidak akan menjadi hal yang sia-sia.

¹Sance Mariana Tameon dan Talita Tlonaen, “Analisis Penerimaan Orang Tua Terhadap Anak Autis Di Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang,” *Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity (JIREH)* 1, no. 2 (Desember 2019): 139–148.

²Rimalia, Riawani Elyta, dan Risa Mutia, *Menjadi Orang Tua Bijaksana Solusi Jitu Mengatasi Permasalahan Terbanyak yang Dihadapi Orang Tua* (Surakarta: Penerbit Indiva Media Kreasi, 2020), 7.

³Ridwan Abdullah Sani dan Muhammad Kadri, *PENDIDIKAN KARAKTER Mengembangkan Karakter Anak yang Islami* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2016), 185.

Setiap tetesan keringat yang mereka lakukan untuk menjalankan amanah Allah Swt., maka akan bernilai pahala bagi mereka, mendapatkan kedudukan yang mulia serta mendapat banyak keutamaan baik itu di dunia maupun di akhirat. Hal ini sebagaimana dalam firman Allah yaitu pada *Surah al-Baqarah/2:286* yang berbunyi:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ

Artinya: “Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebaikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya.” (QS. al-Baqarah/2:286)

Menjadi orang tua merupakan sebuah anugrah kebahagiaan dan juga bisa menjadi ujian kesabaran dari Allah Swt. Namun, yakinlah bahwa Allah Swt., menguji hambanya sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Dan setiap kesulitan dalam hidup ini pasti akan diiringi oleh kemudahan. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam *Surah Al-Insyirah/94:5-6* yang berbunyi:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ

Artinya: “Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. (QS. Al-Insyirah/94:5-6)

Sejatinya, setiap orang tua pasti mengharapkan kehadiran anak dengan kondisi sehat dan tidak mengalami kekurangan baik secara jasmani maupun rohaninya.⁴ Namun, pada realitanya tidak semua orang tua bisa mendapatkan apa yang diharapkannya. Manusia hanya bisa berencana dan keputusan akhir berada ditangan Allah. Ada orang tua yang dikaruniai anak dengan keterbatasan misalnya mengalami gangguan autisme, hal ini tidak terelakan dan orang tua harus

⁴Meidiana Dwidiyanti dkk., “DAHAGA: An Islamic Spiritual Mindfulness-based Application to Reduce Depression Among Nursing Student During The COVID-19 Pandemic,” *BNJ: Belitung Nursing Journal* 7, no. 3 (2021): 219–226.

menghadapi kenyataan yang ada, meskipun hal tersebut akan membuat orang tua merasa sedih dan terpukul.⁵

Autism Spectrum Disorder (ASD) dan sering disebut dengan autis merupakan salah satu klasifikasi dari anak berkebutuhan khusus. Autis merupakan gangguan pada perkembangan saraf yang ditandai dengan kesulitan dalam berkomunikasi, interaksi sosial, pola perilaku, minat, aktivitas yang berulang dan terbatas. Pada dasarnya gejala autis ini bisa dideteksi atau diobservasi sejak dini, akan tetapi pada kenyataannya banyak para orang tua yang melewatkan atau mengabaikan kondisi anak yang sebenarnya menunjukkan indikasi mengalami gangguan autis.⁶

Mengasuh dan merawat anak autis merupakan sebuah kenyataan yang tidak mudah untuk dihadapi bagi para orang tua atau *caregiver*.⁷ Istilah *caregiver* sendiri dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) memiliki arti orang yang mengasuh atau wali. Orang tua sebagai *caregiver* akan memiliki tanggung jawab dan tuntutan yang lebih besar dalam merawat anak mereka. Kebanyakan orang tua akan merasa sedih, kaget, marah, khawatir, dan bahkan cemas ketika mengetahui jika anak mereka didiagnosa autis.⁸

Seperti hasil wawancara pada Jum'at 12 Agustus 2022 bersama Ibu T yang berbagi pengalamannya dalam merawat anak dengan gangguan autis. Ibu T

⁵Mayyadah, *Inspirasi Parenting Dari Al-Qur'an* (Jakarta: Penerbit PT Elex Media Komputindo, 2016), 7.

⁶Amalia Novianti, Aradewi Laksmi Ayuningtyas, dan Farida Kurniawati, "Intervensi Orang Tua pada Anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD): Kajian Literatur Sistematis," *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6, no. 2 (2022): 918–934.

⁷Anindya Ikasari dan Ika Febrian Kristiana, "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Stres Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Cerebral Palsy," *Jurnal Empati* 6, no. 4 (Oktober 2017): 323–328.

⁸Sinta Wahidayanti, "Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar," *Jurnal Psikologi MANDALA* 4, no. 1 (2020): 57–70.

mengatakan bahwa pada awalnya beliau cukup kaget dan tidak menyangka dengan kondisi putranya. Namun, seiring berjalannya waktu Ibu T menerima keadaan tersebut dan berusaha memberikan pengasuhan terbaik untuk anaknya. Ibu T juga menyebutkan merawat anaknya bukanlah perkara yang mudah.

Tidak dipungkiri bahwa Ibu T sering merasa lelah secara fisik maupun mental dalam merawat anaknya. Apalagi ketika harus menghadapi reaksi lingkungan sekitar yang kurang mengerti akan kondisi anaknya. Dihadapkan dengan tekanan yang ada sering kali membuat Ibu T sulit untuk mengendalikan emosinya dan malah meluapkannya dengan cara marah-marah, yang malah menyebabkan anaknya takut dan merasa tidak aman.

Ibu T sadar hal tersebut tidak bisa terus berlanjut dan malah akan berpengaruh buruk pada proses pengasuhan anak. Untuk mengatasi hal tersebut Ibu T belajar untuk mengendalikan emosinya agar tidak lepas kendali dengan cara bersabar, beristigfar dan senantiasa berdoa pada Allah. Ibu T mengatakan pelan namun pasti beliau sudah mulai bisa mengontrol emosi yang dimilikinya agar tidak lepas kendali dan malah memberikan pengaruh buruk pada anak.⁹

Berdasarkan pengalaman Ibu T dapat dipahami bahwa penting bagi orang tua dalam mengasuh atau merawat anak dengan gangguan autisme untuk mengendalikan emosi yang mereka miliki. Tidak menutup kemungkinan sering kali ada emosi negatif yang dirasakan namun tidak serta merta menghalangi kasih sayang orang tua untuk menyangi dan memberikan yang terbaik untuk anaknya.

⁹Ibu T, Orang tua anak, Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 12 Agustus 2022.

Gross dan Thompson mendefinisikan regulasi emosi sebagai sekumpulan proses tempat emosi diatur. Regulasi emosi merujuk pada proses dalam mengendalikan emosi dengan menyesuaikan waktu dan lingkungan.¹⁰ Gross juga menyebutkan bahwa kemampuan yang dimiliki individu untuk mengekspresikan emosi disebut dengan regulasi emosi.¹¹ Aspek regulasi emosi menurut Thompson yaitu; 1) Memantau emosi, 2) Mengevaluasi emosi, dan 3) Memodifikasi emosi.¹²

Orang tua dituntut untuk bisa menerima kondisi anaknya dan memperdalam pengetahuan mereka tentang anak autis. Selain itu mereka diharapkan untuk bisa mengelola emosi yang dimilikinya agar tidak memberikan dampak buruk pada pengasuhan yang diberikan pada anak.¹³

Dihadapkan dengan tuntutan dan tanggung jawab yang besar membuat orang tua kesulitan untuk mengelola emosi yang mereka miliki. Ketidakmampuan untuk mengelola emosi mereka menyebabkan orang tua mengalami tekanan, menimbulkan reaksi yang emosional dan bahkan emosi yang negatif. Di mana hal tersebut akan memberikan pengaruh yang buruk dalam proses pengasuhan atau perawatan anak.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sinta Wahidayanti dengan judul "Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar". Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa

¹⁰Triyono dan Muh. Ekhsan Rifai, *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik* (Sukoharjo: CV Sindunata, 2019), 30.

¹¹James J Gross, "Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences," *Psychophysiology* 39 (2002), <https://doi.org/10.1017.S0048577201393198>.

¹² Triyono dan Rifai, *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, 36.

¹³ Wahidayanti, "Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar."

orang tua mampu meregulasi emosinya berdasarkan empat aspek yaitu strategi regulasi emosi, keterlibatan perilaku yang diarahkan pada tujuan, pengendalian respon emosional, dan penerimaan respon emosionalnya.¹⁴

Berdasarkan pada penelitian diatas peneliti akan mencoba untuk melihat dari arah yang berbeda yaitu melalui aspek regulasi emosi yang dikemukakan oleh Thompson yaitu; 1) Kemampuan memantau emosi, 2) Kemampuan mengevaluasi emosi, dan 3) Kemampuan memodifikasi emosi.¹⁵

Menurut Ahmad Kamaluddin mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan individu dalam mengatur emosi yang mereka miliki dan mempertimbangkan tindakan yang akan diambil agar tidak berlebihan dan mampu memberikan ketenangan diri.¹⁶

Orang tua yang memiliki anak autisme akan merasakan berbagai emosi yang akan berpengaruh pada perkembangan anak. Disatu sisi orang tua akan mengalami keterkejutan, penolakan, ketakutan, rasa bersalah, kemarahan, kesedihan, bahkan stres yang mana hal tersebut akan berpengaruh pada perkembangan anak. Disisi lain orang tua berusaha untuk menerima kondisi anaknya dan mengupayakan yang terbaik untuk memahami kondisi, emosi dan berkomunikasi dengana anak. Memperlakukan anak tanpa membedakannya dan tidak mengasingkannya dalam keluarga ataupun masyarakat.¹⁷

¹⁴Wahidayanti.

¹⁵Triyono dan Rifai, *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, 36.

¹⁶Ahmad Kamaluddin, *Kontribusi Regulasi Emosi Qur'ani Dalam Membentuk Perilaku Positif* (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2022).

¹⁷Andini Arzetta Bilbina Pohan dkk., "Gambaran Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus," *BIBLIO COUNS: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan* 6, no. 1 (Maret 2023): 1–12.

Pada penelitian ini regulasi emosi yang dimaksud peneliti merujuk pada kemampuan yang dimiliki orang tua dalam mengendalikan atau mengontrol emosi negatif pada situasi tertentu agar tidak menimbulkan reaksi yang negatif pula selama proses perawatan dan pengasuhan anak. Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Gambaran Regulasi Emosi Orang Tua sebagai *Caregiver* Anak Autis di Pusat Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusi (PLDPI) Provinsi Kalimantan Selatan”.

B. Rumusan Masalah

Dengan merincikan konteks yang telah dijelaskan dalam latar belakang, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran regulasi emosi orang tua sebagai *caregiver* anak dengan gangguan autis?
2. Faktor apa saja yang mempengaruhi regulasi emosi orang tua sebagai *caregiver* anak dengan gangguan autis?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dirumuskan di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran regulasi emosi yang dimiliki orang tua sebagai *caregiver* anak dengan gangguan autis.

2. Untuk memahami faktor-faktor yang bisa mempengaruhi regulasi emosi yang dimiliki oleh orang tua sebagai *caregiver* anak dengan gangguan autis.

D. Signifikansi Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka diharapkan kedepannya penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kegunaan yaitu, sebagai berikut:

1. Dari segi praktis
 - a. Bagi penulis dan pembaca, diharapkan dapat menambah pengalaman dan wawasan baru tentang orang tua yang memiliki anak autis, khususnya bagaimana cara meregulasi emosi selama merawat atau mengasuh anak.
 - b. Bagi Universitas, diharapkan dapat digunakan untuk menambah khazanah kepustakaan kampus dan dapat digunakan sebagai referensi atau pedoman bagi penelitian selanjutnya yang mengambil topik sejenis.
2. Dari segi teoritis
 - a. Dapat digunakan sebagai sarana referensi atau acuan untuk penelitian-penelitian selanjutnya.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan, dalam konteks gambaran atau dinamika, serta faktor-faktor regulasi emosi orang tua dengan anak autis.

E. Definisi Istilah

1. Regulasi Emosi

Gross dan Thompson mendefinisikan regulasi emosi sebagai sekumpulan proses tempat emosi diatur. Regulasi emosi merujuk pada proses dalam mengendalikan emosi dengan menyesuaikan waktu dan lingkungan.¹⁸ Gross juga menyebutkan bahwa kemampuan yang dimiliki individu untuk mengekspresikan emosi disebut dengan regulasi emosi.¹⁹ Aspek regulasi emosi yang digunakan pada penelitian ini dikemukakan oleh Thompson yaitu;²⁰ 1) Memantau atau memonitor emosi, 2) Mengevaluasi emosi, dan 3) Memodifikasi emosi.

Pada penelitian ini regulasi emosi yang dimaksud peneliti merujuk pada kemampuan yang dimiliki orang tua dalam mengendalikan atau mengontrol emosi negatif pada situasi tertentu agar tidak menimbulkan reaksi yang negatif pula selama proses perawatan dan pengasuhan anak. Regulasi emosi akan mengambil peran penting dalam proses pengasuhan dan perawatan anak, stabilnya emosi orang tua akan menjadi penunjang bagi orang tua untuk memberikan pengasuhan dan perawatan yang lebih siap bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

2. Caregiver

Secara harfiah, kata *caregiver* memiliki arti pengasuh. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pengasuh berarti orang yang mengasuh atau

¹⁸Triyono dan Rifai, *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, 30.

¹⁹Gross, "Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences."

²⁰Triyono dan Rifai, *Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, 36.

wali.²¹ Orang tua yang menjadi *caregiver* untuk anaknya disebut dengan *family caregiver* yang berarti orang yang memiliki tanggung jawab untuk memenuhi ataupun menyediakan kebutuhan sehari-hari orang lain yang tidak mampu untuk merawat dirinya sendiri. *Family caregiver* juga berperan untuk memberikan dukungan secara fisik, emosional dan finansial.²²

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan di atas *caregiver* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ayah dan ibu yang terlibat langsung dalam proses perawatan dan pengasuhan anak dengan gangguan autis, seperti mengurus dan menyediakan kebutuhan sehari-hari anak, memberikan dan memilih pendidikan yang tepat untuk anak dan mendampingi anak saat melakukan terapi.

3. *Autism Spectrum Disorder (ASD)*

Saroinsong mengutip pendapat Sutadi mengatakan bahwa *Autism Spectrum Disorder* atau sering disebut dengan autis merupakan gangguan yang terjadi dalam perkembangan saraf yang memberikan pengaruh pada cara anak dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain di sekitarnya.²³ Pada penelitian ini autis yang dimaksud adalah anak yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan bahasa, interaksi sosial, komunikasi, memiliki perilaku yang hiperaktif dan bahkan bisa melukai diri sendiri. Anak dengan gangguan autis

²¹Hanun Nurfadiyah dan Tri Kurniati Ambarini, "Peran Caregiver dalam Pemberian Metode Visual Support pada Individu ASD," *BRPKM: Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental* 1, no. 1 (2021).

²²Yusi Desriyani, Ikeu Nurhidayah, dan Fanny Adistie, "Burden of Parents in Children with Disability at Sekolah Luar Biasa Negeri Cileunyi," *NurseLine Journal* 4, no. 1 (Mei 2019).

²³Margarice Saroinsong, "Penggunaan Prosedur Overcorrection Terhadap Perilaku Berlebihan Siswa Autis," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 6, no. 4 (Desember 2020).

memiliki karakteristik khusus yang dapat dilihat sejak lahir yaitu anak cenderung tidak merespon dan tidak menunjukkan adanya komunikasi dengan sekitarnya.²⁴

F. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan penelusuran yang telah dilakukan, peneliti menemukan penelitian lain yang relevan serta memiliki kemiripan dan bisa dijadikan sebagai bahan referensi dalam penelitian terdahulu, yaitu sebagai berikut;

1. Penelitian oleh Sinta Wahidayanti pada tahun 2020 dengan judul "Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar", pada penelitian ini metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif berdasarkan pendekatan fenomenologi. Hasil penelitian menyebutkan bahwa orang tua yang memiliki anak autis mampu meregulasi emosinya dengan mengevaluasi dan mengubah reaksi emosional sehingga bisa berperilaku secara adaptif sesuai dengan situasi yang terjadi dan didukung oleh empat aspek yaitu strategi regulasi emosi (*strategies to emotion regulation*), keterlibatan perilaku yang diarahkan pada tujuan (*engaging on goal directed behavior*), pengendalian respon emosional (*control emotional response*), dan penerimaan respon emosional (*acceptance of emotional response*).

²⁴Lia Utari, Kurniawan, dan Irwan Fathurrochman, "Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membina Akhlak Peserta Didik Autis," *JOEAI: Journal of Education and Instruction* 3, no. 1 (Juni 2020).

Regulasi emosi orang tua juga dipengaruhi oleh tujuh faktor yaitu usia, jenis kelamin, religiusitas, budaya, goals, frekuensi, dan capabilities.²⁵

2. Penelitian oleh Maria Angelina Setiadji pada tahun 2020 dengan judul “Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus”, pada penelitian ini metode yang digunakan adalah penelitian fenomenologi, metode yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah melalui wawancara dan observasi pada tiga orang ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa gambaran regulasi emosi ketiga subjek berbeda-beda. Subyek pertama mengalami proses regulasi emosi yaitu pemilihan situasi (*situation selection*). Subyek kedua mengalami proses regulasi emosi yaitu modifikasi situasi (*situation modification*) dan perubahan kognitif (*cognitive change*). Subyek ketiga mengalami proses regulasi emosi yaitu pemilihan situasi (*situation selection*) dan modulasi respon (*response modulation*).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa regulasi emosi dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berbeda pada setiap subjek. Subjek pertama dan kedua menekankan bahwa dukungan keluarga, khususnya dukungan dan motivasi dari suami, memiliki pengaruh paling signifikan dengan pengingatannya untuk merawat dan mendidik anak dengan kesabaran dan ikhlas. Di sisi lain, subjek ketiga mengungkapkan bahwa dukungan sosial menjadi faktor utama dalam regulasi emosinya. Hal ini

²⁵Wahidayanti, “Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar.”

disebabkan oleh kurangnya keluarga dekat setelah bercerai dengan suami, sehingga ia hanya tinggal bersama ibunya yang sudah lanjut usia dan anak semata wayangnya.²⁶

Perbedaan dengan penelitian ini adalah subjek yang digunakan. Pada penelitian yang dilakukan peneliti tidak hanya berhubungan dengan regulasi emosi ibu tetapi juga pada regulasi emosi ayah. Sehingga pada penelitian ini juga bisa melihat perbandingan regulasi emosi yang berbeda-beda antara ibu dan ayah.

3. Penelitian oleh Sarah Halimah dan Farida Hidayati pada tahun 2015 dengan judul “Regulasi Emosi Peran Ibu Dari Anak *Sindrom Down*: Penelitian Kualitatif Fenomenologis pada Ibu dari Anak dengan *Sindrom Down*”, pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, catatan lapangan dan dokumen rekaman. Hasil penelitian menemukan bahwa ibu dengan anak *Sindrom Down* merasakan kesedihan yang mendalam saat mengetahui kondisi anak.

Cara ketiga subjek mengelola emosinya beragam, yaitu mengelola emosi dengan bantuan dorongan positif dari keluarga, atau mengaji dan menenangkan diri selama beberapa bulan. Melalui kegiatan terapi atau menyekolahkan anak menjadi usaha ketiga subjek dalam memenuhi kebutuhan anak. Ketiga subjek mengasuh anak dengan kesabaran karena memahami keterbatasan anak yang *Sindrom Down*.

²⁶Maria Angelina Setiadji, “Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” (Skripsi, Semarang, Universitas Semarang, 2020).

Ketiga subjek memiliki harapan positif terhadap masa depan anak berhasil dan menerima kondisi anak.²⁷

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada subjek dan pada gangguan yang dialami anak. Pada penelitian yang dilakukan peneliti subjek tidak hanya ibu tetapi juga ayah, dan gangguan yang dialami anak adalah *autis spectrum disorder*.

4. Penelitian oleh Anindya Ikasari dan Ika Febrian Kristiana pada tahun 2017 dengan judul “Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak *Cerebral Palsy*”, hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dan stres pengasuhan. Subjek penelitian ini adalah 50 ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* dan menjalani terapi di YPAC dan PNTC. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi, maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan ibu dan sebaliknya. Regulasi emosi memberikan sumbangan sebesar 20,3% terhadap stres pengasuhan ibu.²⁸

Perbedaan dengan penelitian ini adalah masalah yang dikaji berbeda. Pada penelitian ini mengkaji tentang hubungan antara regulasi emosi dan stres selama pengasuhan secara umum, sedang pada penelitian yang dilakukan peneliti adalah tentang regulasi secara lebih dalam lagi dan apa saja faktor-faktor yang mempengaruhinya.

²⁷Sarah Halimah dan Farida Hidayat, “Regulasi Emosi Peran Ibu Dari Anak Sindrom Down: Penelitian Kualitatif Fenomenologis pada Ibu dari Anak dengan Sindrom Down,” *Jurnal Empati* 4, no. 1 (Januari 2015): 161–167.

²⁸Ikasari dan Kristiana, “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Stres Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Cerebral Palsy.”

5. Penelitian oleh Ainaini Shofiyah pada tahun 2021 dengan judul “Hubungan Antara *Self-Compassion* dengan Regulasi Emosi Pada Ibu yang Memiliki Anak Autis” , pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif korelasional. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner yang telah dikembangkan oleh peneliti. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan *self-compassion* yang dimiliki maka semakin tinggi pula tingkat regulasi emosi yang dimiliki pada ibu yang memiliki anak autis.²⁹

Perbedaan dengan penelitian ini adalah masalah utama yang diteliti berbeda. Pada penelitian ini masalah yang diteliti tentang Hubungan Antara *Self-Compassion* Dengan Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan adalah tentang regulasi emosi orang tua baik itu ayah dan ibu secara lebih mendetail lagi. Meskipun sama-sama meneliti tentang regulasi emosi pada penelitian ini hanya melihat secara umum saja tidak terlalu mendalam seperti yang peneliti lakukan pada penelitiannya.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dibuat untuk memudahkan penyusunan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut;

²⁹Ainaini Shofiyah, “Hubungan Antara *Self-Compassion* Dengan Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis” (Skripsi, Surabaya, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2021).

1. Bab I Pendahuluan, mencakup pengantar yang melibatkan konteks masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, pentingnya penelitian, dan studi-literatur sebelumnya.
2. Bab II Kajian Teori dan Kerangka Pikir, berisi tentang definisi teoritik dan tinjauan teoritik mengenai variabel penelitian. Pertama isi dari definisi teoritik yaitu tentang pengertian regulasi emosi, *caregiver* dan autis. Kedua, tinjauan teoritik berisi tentang perspektif islam memandang regulasi emosi, aspek-aspek regulasi emosi, faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi, strategi-strategi regulasi emosi, regulasi emosi dan kesehatan mental, jenis-jenis *caregiver*, beban *caregiver*, gejala anak autis dan terapi anak autis. Pada bab ini juga memuat kerangka pikir penelitian.
3. Bab III berisi tentang pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini, melibatkan jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta uji keabsahan data.
4. Bab IV menyajikan hasil penelitian dan pembahasan penelitian.
5. Bab V berisikan rangkuman penelitian dan rekomendasi sebagai penutup, disusun berdasarkan pembahasan yang telah disajikan oleh peneliti.