

REGULASI EMOSI PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK PENYANDANG AUTISME DI YOGYAKARTA

**Brenda Bella Mega
Sri Respati Andamari**

Program Pendidikan Sarjana Program Studi Psikologi,
Fakultas Bisnis, Psikologi, & Komunikasi,
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email : Brendabella456@gmail.com

ABSTRAK

Menjadi orang tua yang memiliki anak dengan penyandang autisme sebaiknya mampu untuk mengelola emosi atau regulasi emosi ketika melakukan pengasuhan terhadap anak. Ketika orang tua mampu mengelola emosi maka akan membantu dalam mengatasi permasalahan anak. Orang tua dengan anak autis akan mengalami stress yang lebih besar dari pada orang tua dengan anak yang mengalami keterbelakangan mental karena hilangnya respon interpersonal pada anak-anak autisme tersebut. Selain itu tingkat keparahan dari gejala-gejala autisme merupakan salah satu hal yang mempengaruhi stress orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak penyandang autisme di Yogyakarta. Metode penelitian ini menggunakan kualitatif. Subjek penelitian ini berjumlah tiga orang ibu yang memiliki anak autisme di Yogyakarta dengan rentang usia 30 – 36 tahun. Pemilihan subjek yaitu random sampling. Teknik pengumpulan data berupa wawancara semi terstruktur dan observasi. Hasil penelitian adalah ketiga subjek penelitian memiliki regulasi emosi yang cukup sebagai ibu yang memiliki anak penyandang autisme serta memiliki regulasi emosi yang memenuhi keempat aspek, yaitu Strategies to emotion regulation (strategies), Engaging in goal directed behavior (goals), Control emotional (impulse), Acceptance of emotional response.

Kata kunci : Regulasi Emosi, Ibu, Anak Autis.

EMOTIONAL REGULATION TO MOTHERS WITH AUTISTIC CHILDREN IN YOGYAKARTA

**Brenda Bella Mega
Sri Respati Andamari**

Education Undergraduate Program in Psychology,
Faculty of Business, Psychology & Communication,
University of Technology Yogyakarta
Email: Brendabella456@gmail.com

ABSTRACT

Parents who have children with autism should be able to manage emotions when caring for children. *When parents are able to manage their emotions it will help to overcome the problem of children. Parents having autistic children will experience greater stress than parents with children who experience mental retardation due to the loss of interpersonal responses in children with autism. In addition to that the severity of autism symptoms is one of the things that affects the stress of parents.* This study aims to determine the description of emotional regulation in mothers who have children with autism in Yogyakarta. *This method of study uses qualitative. The subjects of this study are three mothers with autism children in Yogyakarta with the age range of 30 – 36years. The subject selection is random sampling. Data collection techniques are in the form of semi-structured interviews and observations. The results of the study are the three research subjects have sufficient emotion regulation as mothers who have children with autism and have emotional regulation that meets all four aspects, namely Strategies to emotion regulation (strategies), Engaging in goal directed behavior (goals), Control emotional (impulse), and Acceptance of emotional response.*

Keywords: *regulation of emotions, mother, autistic children.*