

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PARENTAL SELF-EFFICACY PADA IBU ANAK PRASEKOLAH KB-TK 'AISYIYAH DI SIDOARJO

Oleh:

Asyifa Qulubiyah,

Widyastuti

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Agustus, 2023

Pendahuluan

- Anak usia prasekolah merupakan anak yang berusia antara 3-6 tahun (Maghfuroh and Chayaning Putri 2018). Pada masa usia prasekolah, anak mengalami masa keemasan (*golden periode*) serta jendela kesempatan (*window of opportunity*). Periode pada masa prasekolah merupakan periode yang sangat penting bagi anak-anak, karena anak akan memasuki lingkungan baru yang tidak mereka kenal dan anak pun akan mulai belajar mengenal orang baru (Potterton, Hilburn, and Strehlau 2016).
- Anak prasekolah juga merupakan makhluk sosial. Maka dari itu, sebagai makhluk sosial anak dituntut untuk bisa berperilaku sesuai dengan norma, kaidah, ataupun aturan yang ada di lingkungan baik di rumah, sekolah, maupun masyarakat. Tujuannya agar dapat diterima dan dihargai di masyarakat. Seseorang yang tidak berperilaku baik, pasti akan dikucilkan dari lingkungannya (Aprianisa, Hasan, and Fatmawati 2017). Karena 50% anak usia 4-6 tahun dinegara maju menunjukkan adanya gangguan perilaku anti sosial dan jika terus didiamkan akan terjadi gangguan perilaku tetap untuk masa mendatang (Sosial et al. 2016).
- Perilaku merupakan suatu tingkah laku yang ditampilkan oleh seseorang dalam kehidupan sehari-hari (Aprianisa et al. 2017). Perilaku terbentuk dari ragam aktivitas manusia kemudian terbagi menjadi dua, yakni perilaku adaptif dan perilaku maladaptif (Kuncoro 2017). Pembahasan mengenai perilaku maladaptif anak sangat penting untuk dipahami, sebab jika mengkaji penyebab mengapa orang tua rentan mengalami penurunan kesejahteraan, merasakan emosi negatif, dan akhirnya berdampak pada stres selama proses pengasuhan, salah satunya disebabkan oleh perilaku maladaptif yang ditampilkan oleh anak (Daulay 2021).

Pendahuluan

- Adapun pelaksanaan peran dan tugas seorang ibu sangatlah erat hubungannya dengan *parental self-efficacy*. *parental self-efficacy* tidak hanya bermanfaat bagi anak, tetapi juga bagi orang tua (Listiyarningsih, M. D., & Nirmasari 2019). *Parental self-efficacy* adalah penilaian atau persepsi orang tua terkait kemampuan yang dimiliki dalam memengaruhi perilaku dan perkembangan anak secara positif (Coleman, P. K. & Karraker 2003).
- Mengenai pengasuhan orang tua terhadap anak, disini peran sebagai orang tua merupakan sebuah pengalaman emosi yang terus menerus akan terjadi. Maka dari itu, menjadi orang tua harus ekstra sabar dalam menghadapi perilaku anak, sehingga orang tua harus memiliki regulasi emosi yang baik untuk diterapkan dalam situasi yang seperti ini (Brier and lia dwi jayanti 2020). Regulasi emosi merupakan kemampuan mengontrol emosi dan perilaku sebagai cara mengekspresikan emosi agar sesuai dengan lingkungan di sekitarnya (Pratisti and Prihartanti 2012).
- Adapun penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai regulasi emosi orang tua dengan *parental self-efficacy*, yaitu penelitian dari Sagui-Henson et al., (2020) Regulasi emosi memungkinkan individu mengevaluasi ulang dan mengekspresikan emosi sesuai dengan situasi yang dihadapi, terutama untuk situasi yang tidak menyenangkan. Ketika mampu meregulasi emosi, orang tua akan lebih terampil dalam menyelesaikan persoalan dalam pengasuhan anak, termasuk dalam mengatur diet anak (Laura et al. 2020).

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan *parental self-efficacy* ibu anak prasekolah KB-TK 'Aisyiyah di Sidoarjo?

Metode

Jenis Penelitian

Kuantitatif Korelasional

Subjek Penelitian

Orang tua dengan anak prasekolah (usia 3-6 tahun) KB-TK 'Aisyiyah di Sidoarjo

Sampel Penelitian

205 Orang

Teknik Pengumpulan Data

Skala Regulasi Emosi dan Skala Parental Self-Efficacy

Hasil

Uji Normalitas

Berdasarkan dari data tabel 2 *Kolmogorof-smirnov* dapat diketahui nilai signifikansi yaitu 0,003 berarti nilai tersebut kurang dari 0,05 ($0,003 < 0,05$) dan dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi tidak normal. Berdasarkan dari pernyataan tersebut maka dapat diartikan bahwa variabel tersebut memiliki distribusi tidak normal.

Uji Linieritas

Berdasarkan dari data tabel 3. dapat diketahui nilai signifikansi *linearity* yaitu 0,014 berarti nilai tersebut kurang dari 0,05 ($0,014 < 0,05$) dan dapat dikatakan bahwa variabel tersebut linier.

Sumbangan Efektif

Berdasarkan hasil dari tabel diatas diketahui bahwa nilai *R Square* adalah $0,156 \times 100\%$ hasilnya 15,6%. Maka diketahui pengaruh regulasi emosi terhadap *parental self efficacy* sebesar 15,6% sedangkan 84,4% dipengaruhi oleh variabel lain.

Uji Hipotesis

Hasil analisis berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 0.213$ dengan nilai signifikansinya 0,002 ($p < 0.05$). Maka dapat diartikan adanya hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan *parental self efficacy*. Jadi semakin tinggi regulasi emosi maka akan semakin tinggi juga *parental self efficacy* yang dimiliki, sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka akan semakin rendah juga *parental self efficacy* yang dimiliki.

Sumbangan Efektif

Berdasarkan tabel kategorisasi skor subjek diatas menunjukkan bahwa regulasi emosi berada pada kategori tinggi dan *parental self efficacy* berada pada kategori sedang. Dari 205 subjek penelitian, 24 orang memiliki regulasi emosi dalam kategori rendah dengan prosentase sebesar 12%, 86 orang memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang dengan prosentase sebesar 42%, dan 95 orang berada dalam kategori tinggi dengan prosentase sebesar 46% dalam memiliki regulasi emosi.

Parental self efficacy memiliki sebanyak 31 orang yang memiliki *parental self efficacy* dalam kategori rendah dengan prosentase 15%, sebanyak 146 orang dalam kategori sedang dengan prosentase sebesar 71%, dan sebanyak 28 orang memiliki kategori *parental self efficacy* tinggi.

Pembahasan

- Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa regulasi emosi memiliki hubungan positif dengan parental self efficacy pada ibu anak prasekolah Kb-Tk 'Aisyiyah di Sidoarjo. Dengan ditunjukkannya hasil uji hipotesis diperoleh koefisien korelasi = 0,213 dengan signifikansi $0,003 < 0,05$. Hasil tersebut memiliki arti bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan parental self efficacy. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, semakin tinggi regulasi emosi maka akan semakin tinggi juga parental self efficacy yang dimiliki, sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka akan semakin rendah juga parental self efficacy yang dimiliki. Hasil ini mendukung penelitian yang pernah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya.
- Regulasi emosi yang baik juga dapat mempengaruhi kemampuan orang tua dalam membantu anak-anak mereka mengatur emosi mereka sendiri (Haryono 2018). Ketika orang tua memiliki tingkat *parental self efficacy* yang tinggi, mereka cenderung memberikan dukungan emosional yang lebih baik kepada anak-anak mereka. Hal ini memungkinkan anak-anak belajar mengatur dan mengekspresikan emosi mereka secara adaptif, karena mereka merasa didukung dan terhubung dengan orang tua yang dapat membimbing mereka melalui proses regulasi emosi.

Temuan Penting Penelitian

- Hasil penelitian serupa juga didapatkan dari penelitian Pramesti menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan *parental self efficacy* dimana regulasi emosi memiliki peran penting untuk memberikan penilaian atau persepsi orang tua terkait kemampuan yang dimiliki dalam memengaruhi perilaku dan perkembangan anak secara positif ($p = 0.001 < 0.05$) (Sagui-Henson et al. 2020). Kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi dengan cara yang sehat dan adaptif membantu orang tua menghadapi tantangan yang muncul dalam peran mereka. Dalam situasi stres atau ketegangan, orang tua yang mampu mengatur emosi negatif seperti kelelahan atau frustrasi lebih efektif dalam mengatasi tugas-tugas orang tua, sehingga meningkatkan persepsi diri mereka sebagai orang tua yang mampu (Anggraini 2020).
- Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan regulasi emosi dengan *parental self-efficacy* pada ibu anak prasekolah KB-TK 'Aisyiyah di Sidoarjo yakni terlihat adanya pengaruh regulasi emosi *parental self-efficacy*. *Parental self efficacy* ini akan baik jika ada regulasi emosi yang baik oleh karena itu orang tua diharapkan dapat meningkatkan regulasi emosi dalam kemampuan yang dimilikinya untuk mengatasi masalah yang dialami oleh anak. Orang tua dapat mengikuti kegiatan parenting agar meningkatkan *parental self efficacy* dan regulasi emosi yang dimiliki.

Manfaat Penelitian

- Manfaat teoritis dari penelitian ini dapat memberikan sumbangsi pengetahuan dalam bidang psikologi mengenai regulasi emosi dan parental self-efficacy.
- Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi seputar regulasi emosi dan parental self-efficacy.
- Diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan bagi orang tua terutama pada ibu yang mempunyai anak usia prasekolah mengenai regulasi emosi dan parental self-efficacy.

Referensi

- Albintary, Resti, Hetti Rahmawati, and Farah Farida Tantiani. 2018. “Dukungan Sosial Dan Parenting Self-Efficacy Pada Orang Tua Anak Autism Spectrum Disorder Di Kota Blitar.” *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP* 7(1):46–52.
- Anggraini, Wina Ayudya. 2020. “Strategi Regulasi Emosi Pada Ibu Yang Memiliki Anak Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD).”
- Aprianisa, Ikrami, Yarmis Hasan, and Fatmawati. 2017. “Upaya Mengurangi Perilaku Maladaptif Di Kelas Bagi Anak Tunagrahita Sedang Melalui Pengukuhan Negatif.” *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus* 1(1).
- Brazeau, Natalie. 2018. “UNDERSTANDING THE CONNECTION BETWEEN ATTACHMENT TRAUMA AND MATERNAL SELF-EFFICACY IN DEPRESSED MOTHERS.” 39(1):30–43. doi: 10.1002/imhj.21692.
- Brier, Jennifer, and lia dwi jayanti. 2020. “Regulasi Emosi Ibu Mendampingi Anak Dalam Belajar Dimasa Pandemi Covid-19.” 21(1):1–9.
- Burkhardt, Tiffany. 2014. “Loyola ECommons Predicting Emotion Regulation in Early Childhood : The Impact of Maternal Well-Being , Infant Crying , and Dyadic Mutuality.”
- Coleman, P. K. & Karraker, K. H. 2003. “Maternal Self-Efficacy Beliefs, Competence in Parenting and Toddlers’ Behavior and Developmental Status.” *Infant Mental Health Journal* 24(2):126–48.
- Coleman, Priscilla K., and Katherine H. Karraker. 1998. “Self-Efficacy and Parenting Quality : Findings and Future Applications.” (March):46–85. doi: 10.1006/drev.1997.0448.
- Daulay, N., Ramdhani, N., & Hadjam, N. R. 2018. “Sense of Competence as Mediator on Parenting Stress.” 11(1):198–209. doi: <http://dx.doi.org/10.2174/1874350101811010198>.
- Daulay, Nurussakinah. 2021. “Perilaku Maladaptive Anak Dan Pengukurannya.” *Buletin Psikologi* 29(1):45. doi: 10.22146/buletinpsikologi.50581.
- Dominick, Kelli C., Naomi Ornstein Davis, Janet Lainhart, Helen Tager-Flusberg, and Susan Folstein. 2007. “Atypical Behaviors in Children with Autism and Children with a History of Language Impairment.” *Research in Developmental Disabilities* 28(2):145–62. doi: 10.1016/j.ridd.2006.02.003.

