

GAMBARAN REGULASI EMOSI PADA IBU DENGAN ANAK DISLEKSIA

Zahrotin Nisail Islamiyah

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, e-mail zahrotin.18022@mhs.unesa.ac.id

Riza Noviana Khoirunnisa

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, e-mail rizakhoirunnisa@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengkaji proses dan faktor regulasi emosi seorang ibu yang memiliki seorang anak disleksia. Ketertarikan untuk meninjau persoalan ini didasari pada seorang ibu dengan anak disleksia yang mengalami gangguan kesehatan mental akibat kesulitan untuk melakukan regulasi emosinya. Seorang ibu memiliki peranan yang sangat penting dalam mengasuh, mendidik, dan merawat anak. Hal ini tidak mudah ditambah kondisi anak yang memiliki kebutuhan khusus salah satunya disleksia. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi cara regulasi emosi pada ibu yang memiliki anak disleksia. Penelitian ini berupa penelitian kualitatif bermetodekan studi kasus dengan tiga partisipan. Studi kasus dipilih untuk dapat mendalami peneliti memilih pendekatan studi kasus dikarenakan memiliki potensi untuk membantu memberikan pemahaman secara mendalam mengenai gambaran regulasi emosi pada ibu dengan anak disleksia serta faktor yang mempengaruhinya. Berdasarkan latar belakang, wawancara, dan observasi maka diperoleh hasil analisis bahwasanya regulasi emosi ibu dengan anak disleksia melalui proses yang tidak mudah. Ketiga partisipan melewati tiga proses regulasi emosi yaitu *emotion monitoring*, *emotion evaluating*, dan *emotion modification*. Regulasi emosi ibu dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu waktu dan usia, attachment ibu dengan anak, dan hubungan interpersonal ibu dengan keluarga inti atau orang lain.

Kata Kunci: regulasi emosi, ibu, anak disleksia

Abstract

This study aims to examine the process and factors of emotional regulation of a mother who has a dyslexic child. Interest in reviewing this issue is based on a mother with a dyslexic child who has a mental health disorder due to difficulty in regulating her emotions. A mother has a very important role in nurturing, educating, and caring for children. This is not easy plus the condition of children who have special needs, one of which is dyslexia. This research is expected to be useful as a reference for how to regulate emotions in mothers who have dyslexic children. This research is in the form of qualitative research coded case studies with three participants. Case studies are chosen to be able to explore researchers choosing a case study approach because it has the potential to help provide an in-depth understanding of the picture of emotion regulation in mothers with dyslexic children and the factors that influence it. Based on the background, interviews, and observation the results of the analysis obtained that the regulation of the emotions of mothers with dyslexic children through a process that is not easy. The three participants went through three emotional regulation processes, namely emotion monitoring, emotion evaluating, and emotion modification. Maternal emotion regulation is influenced by several factors, namely time and age, maternal attachment to the child, and the mother's interpersonal relationship with the nuclear family or others.

Keywords: emotion regulation, mother, dyslexic child

PENDAHULUAN

Setiap orang tua memimpikan memiliki seorang anak yang sehat jasmani maupun rohani. Tidak ada satu pun orang tua yang mengharapkan anaknya tumbuh dan berkembang secara abnormal. Faktanya dalam beberapa kasus terdapat anak yang tumbuh dan berkembang dengan berbagai macam gangguan. Ada yang secara fisik tumbuh dengan baik, ada pula yang mengalami keterlambatan pertumbuhan. Beberapa anak mampu berkembang dengan

optimal secara psikologis, ada pula yang mengalami hambatan dalam proses berkembang. Masalah-masalah yang muncul tersebut menjadi tantangan bagi orang tua dalam proses mengasuh dan memberikan pendidikan.

Pendidikan adalah sebuah proses komunikasi antar individu dengan tujuan transformasi nilai, norma, budaya, pengetahuan, dan keterampilan baik yang terjadi pada lembaga formal maupun informal (Hasan dkk., 2021). Menempuh pendidikan merupakan hak dari setiap anak, tidak terkecuali anak yang memiliki gangguan, sehingga

orang tua berkewajiban untuk memfasilitasinya. hal tersebut juga telah ditegaskan dalam UU No 20 Tahun 2003 pasal 7 ayat (2) “Orang tua dari anak usia wajib belajar, berkewajiban memberikan pendidikan dasar kepada anaknya” (UU Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003, 2003).

Kegiatan belajar mengajar tentunya memiliki beberapa potensi masalah yang dapat menjadi hambatan, salah satunya adalah adanya kesulitan belajar spesifik. Kesulitan belajar spesifik merupakan kesulitan belajar yang dialami oleh anak dengan tingkat intelegensi normal yang berkaitan dengan kemampuan berbahasa, membaca, menulis, dan matematika (Sperry dkk., 2014). Menurut American Psychiatric Association (2013) kesulitan belajar spesifik yaitu ringan, sedang, dan berat. Kesulitan belajar disleksia sendiri merupakan gangguan *neurobiologis* dengan asal genetik yang menyebabkan seseorang mengalami kesulitan dalam membaca dan berbahasa (Wydell & Pollack, 2012). Asosiasi Disleksia Indonesia (2019) mengungkapkan disleksia adalah salah satu dari bentuk kesulitan belajar spesifik yang ditandai dengan adanya kesulitan belajar dan gangguan pada fungsi eksekutif yang dialami oleh individu dengan tingkat kecerdasan normal atau rata-rata. Paracchini dkk (2016) mendefinisikan disleksia sebagai kesulitan belajar yang secara spesifik mempengaruhi perkembangan literasi dan keterampilan berbahasa seseorang yang dibawa sejak lahir dan berlangsung seumur hidup.

Paracchini dkk (2016) juga memaparkan beberapa karakteristik anak disleksia, diantaranya adalah mengalami kesulitan membaca, mengeja, dan menulis, mengalami kesulitan mengingat dan mengatur informasi, mengalami gangguan fonologis, serta gangguan pada fungsi eksekutif. Anak disleksia juga mengalami beberapa permasalahan lain, menurut penelitian yang dilakukan oleh Sako (2016) anak disleksia juga mengalami gangguan emosional, kecemasan, citra diri yang buruk, rendahnya tingkat percaya diri, permasalahan keluarga, dan lain sebagainya. Oleh karena itu peran orang tua, terutama ibu menjadi salah satu faktor penting dalam perkembangan anak disleksia.

Ibu yang memiliki anak disleksia membutuhkan kemampuan lebih untuk merawatnya. Meskipun mengasuh anak merupakan kewajiban setiap orang tua. Namun, di Indonesia yang masih menganut budaya patriarki beban pengasuhan anak lebih diberikan kepada ibu daripada ayah. Ibu sebagai pengasuh utama anak memiliki peran penting dalam menyediakan lingkungan belajar yang baik, hal tersebut dilakukan untuk memastikan anak dapat berkembang dengan baik dan memperoleh prestasi yang baik dalam proses pendidikan. Membesarkan dan mengasuh anak disleksia memberikan tantangan khususnya kepada ibu sebagai pengasuh utama.

Menurut Alias dkk (2015) ibu yang memiliki anak disleksia mengalami tingkat stress yang lebih tinggi dibanding ayah, hal ini dipengaruhi oleh intensitas dan frekuensi kebersamaan antara ibu dengan anak.

Alias dkk (2015) juga menjelaskan bahwa memiliki anak disleksia dapat mempengaruhi kehidupan pribadi ibu, diantaranya adalah kurangnya keterlibatan dalam kegiatan sosial, gangguan dalam kegiatan sehari-hari, masalah kesehatan, dan kecemasan yang kerap muncul ketika memikirkan masalah-masalah yang dialami oleh anak disleksia. Isa dkk (2017) menjelaskan bahwa mengasuh anak disleksia seringkali menyebabkan ibu mengalami kelelahan, baik secara fisik maupun emosional. Hal ini disebabkan karena ibu sebagai pengasuh utama anak harus menghadapi tuntutan terkait kebutuhan anak disleksia yang lebih spesifik dibandingkan anak normal. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rauf dkk (2018) yang menunjukkan bahwa ibu dengan anak disleksia seringkali menunjukkan respon negatif seperti frustrasi, penolakan, ketidakstabilan emosional, serta stress yang disebabkan oleh ketidaksesuaian harapan yang mereka miliki pada anak disleksia.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk (2019) menunjukkan bahwa ibu sebagai pengasuh utama anak merasakan tekanan yang sama dengan apa yang dirasakan anak disleksia, pada penelitian ini menunjukkan bahwa ibu dengan anak disleksia mempunyai tingkat kesejahteraan yang sedang. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Reid (2011) menjelaskan bahwa orang tua yang memiliki anak disleksia mengalami beberapa permasalahan yakni merasa frustrasi dengan hasil belajar anak, memiliki kecemasan dengan konflik yang terjadi pada anak, turut mengontrol emosional pada anak, dan permasalahan lain terkait pendidikan, serta hubungan anak dengan teman sebaya.

David (2015) menjelaskan bahwa beberapa orang tua yang memiliki anak disleksia mengalami frustrasi dan kecemasan dikarenakan permasalahan yang dialami oleh anak mereka. Sehingga dalam mengasuh anak disleksia membutuhkan energi dan perhatian yang lebih dibandingkan dengan anak non disleksia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Miranda (2013) bahwa pengasuhan anak berkebutuhan khusus mengalami tingkat kesusahan yang lebih tinggi, dengan demikian orang tua yang terlibat dengan anak berkebutuhan khusus memerlukan pengaturan regulasi emosi yang lebih baik untuk penyesuaian pola asuh anak berkebutuhan khusus.

Tetangga penulis memiliki seorang anak disleksia. Penulis sering kali mendapati tetangga penulis mengeluhkan kesulitannya dalam menangani anaknya. Anaknya berusia delapan tahun, ibunya memiliki

kesulitan ketika ada tugas sekolah terutama membaca dan menulis. Tetangga penulis sampai pada tahap ia tidak mau menemui anaknya selama tiga minggu karena nilai anaknya yang di bawah rata-rata teman sekelasnya dan ia merasa marah ketika memberitahu anaknya tetapi tidak paham akan hal yang sudah dijelaskan. Ibunya sering lepas kontrol dan memarahi anaknya, kemudian menangis, dan sampai mengganggu jam tidurnya. Penulis pun menyarankan untuk menemui profesional yaitu psikolog dan ia didiagnosis mengalami depresi.

Penulis menyadari bahwa peran seorang ibu dalam mengasuh anak adalah penting. Sehingga kesehatan mental ibu menjadi faktor utama untuk dapat mendampingi tumbuh kembang anaknya, terlebih lagi yang memiliki kebutuhan khusus. Seorang ibu diharapkan mampu mengatur emosi yang dimilikinya dan mengatasi tekanan yang dirasakan di hidupnya (regulasi emosi). Untuk itu penulis melakukan kajian teori dan ingin mendalami lebih lanjut mengenai regulasi emosi dari ibu yang memiliki anak disleksia.

Thompson (2011) mengungkapkan regulasi emosi merupakan suatu proses yang terdiri dari faktor internal dan eksternal individu yang memicu proses pengarah, pengendalian, dan pemodifikasian emosi dalam situasi tertentu. Urry dan Gross (2010) menjelaskan regulasi emosi sebagai sebuah proses yang secara otomatis, sadar maupun tidak sadar dilakukan oleh individu untuk mengatur emosi dan mungkin berpengaruh pada proses generatif emosi.

Thompson (2011) menjelaskan terdapat beberapa aspek regulasi emosi diantaranya yakni pertama, *emotion monitoring* (pemantauan emosi). Pemantauan emosi merupakan keterampilan emosional untuk memantau perasaan mereka sehubungan dengan situasi dan kondisi yang sedang berlangsung. Aspek kedua dari regulasi emosi merupakan *emotion evaluating* (evaluasi emosi). Evaluasi emosi adalah keterampilan yang dimiliki individu untuk memutuskan emosi apa yang ingin mereka rasakan dan mempertimbangkan konsekuensi jangka pendek dan jangka panjang terhadap emosi tersebut. Aspek ketiga dan merupakan yang terakhir ialah *emotion modification* (modifikasi emosi). Modifikasi emosi adalah keterampilan yang dimiliki individu untuk mengubah reaksi emosi yang mereka rasakan untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi pada setiap individu dapat berbeda, Nisfiannor dan Kartika (dalam Zonya & Sano, 2019) memaparkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi, diantaranya adalah hubungan anak dengan orang tua, jenis kelamin dan umur, serta hubungan interpersonal.

Individu dapat melakukan regulasi emosi dengan beberapa strategi, Gross (2013) menyatakan beberapa strategi dari regulasi emosi : 1) *situation selection*

(pemilihan situasi), strategi ini dilakukan dengan cara memprediksi emosi yang akan dikeluarkan dalam sebuah situasi dan menentukan situasi seperti apa yang dapat diterima oleh individu; 2) *situation modification* (modifikasi situasi), strategi ini dilakukan dengan cara mengubah situasi yang akan menimbulkan emosi negatif; 3) *attentional deployment* (pengalihan perhatian), strategi ini dilakukan dengan cara mengalihkan perhatian pada situasi tertentu untuk mempengaruhi emosi; 4) *cognitive change* (perubahan kognitif), strategi ini dilakukan dengan cara merubah persepsi individu pada situasi tertentu yang nantinya akan berpengaruh pada emosi mereka; 5) *response modulation* (modulasi respon), pada strategi ini individu melakukan pengaturan respon perilaku ekspresi pada emosi yang muncul.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada ketiga calon partisipan, calon partisipan pertama mengaku lelah dalam menghadapi sikap anak disleksia. Hal tersebut juga dialami oleh calon partisipan kedua, mereka mengatakan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam menahan amarah ketika menangani permasalahan yang dialami anak, calon partisipan kedua mengatakan bahwa ia merasa cemas ketika memikirkan permasalahan yang dialami anak mereka sehingga calon partisipan seringkali mengalami susah tidur. Calon partisipan ketiga dan kedua juga menjelaskan bahwa perasaan marah, kesal, dan frustrasi ia rasakan ketika menangani anaknya yang menyandang disleksia, Selain itu ketiga partisipan menjelaskan bahwa menangani anak disleksia memiliki kesulitan dua kali lipat dibanding ketika ia menghadapi permasalahan satu anaknya yang lain.

Perilaku yang muncul pada calon partisipan, menunjukkan bahwa calon partisipan mengalami gejala kelelahan emosional. Hal ini sesuai dengan aspek-aspek dari teori kelelahan emosional yang dijelaskan oleh Maslach dkk (dalam Miranda, 2013) bahwa terdapat tiga aspek dari kelelahan emosional diantaranya adalah fisik, emosi, dan mental. Dan dari ketiga aspek tersebut perilaku pada calon partisipan yang menunjukkan adanya kelelahan emosional diantaranya adalah partisipan lelah secara fisik, mudah terpancing amarah saat berinteraksi dengan anak, dan mengalami kecemasan.

Kelelahan emosional sendiri merupakan suatu keadaan dimana seseorang cenderung merasakan emosi negatif yang disebabkan oleh ketidakmampuan dalam mengerjakan suatu pekerjaan secara berlebihan dan terus menerus (Thompson dkk., 2020; Wright & Cropanzano, 1998). Seseorang yang mengerjakan banyak hal secara intens dan dalam waktu yang lama akan merasakan kelelahan secara fisik, yang kemudian hal tersebut diwujudkan dalam tekanan-tekanan psikologis yang memicu perasaan emosional yang berlebihan (Wright &

Cropanzano, 1998). Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Miranda (2013) yang menjelaskan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan ibu dengan anak berkebutuhan khusus mengalami kelelahan emosional diantaranya adalah kelelahan fisik, kebosanan, perasaan cemas, sulit beradaptasi, dan mudah putus asa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran secara mendalam mengenai proses regulasi emosi pada ibu dengan anak disleksia serta mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhinya. Dari pemaparan diatas dapat kita lihat bahwa ibu dengan anak disleksia mengalami tantangan secara fisik dan psikis yang cukup berat sehingga hal tersebut menyebabkan mereka mengalami kelelahan emosional, disamping itu anak disleksia sangat membutuhkan dukungan keluarga terutama kedekatan dengan ibu untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri serta pengoptimalan kompetensi yang mereka miliki (Nalavany dkk., 2015). Sehingga dapat dipahami bahwa strategi pengaturan emosional sangat penting bagi ibu dengan anak disleksia.

Berdasarkan hal-hal di atas maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran regulasi emosi pada ibu dengan anak disleksia dengan harapan dapat memberikan pengetahuan baru baik pada akademisi maupun masyarakat sekitar, khususnya pada keluarga yang memiliki anak disleksia untuk dapat melakukan proses regulasi emosi dengan baik dengan harapan dapat membantu pengoptimalan kompetensi yang dimiliki anak disleksia yang berguna bagi kehidupan masa depannya.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode studi kasus. Studi kasus merupakan salah satu metode penelitian kualitatif yang berfokus untuk mendalami suatu kasus ataupun fenomena yang terjadi di masa sekarang di kehidupan nyata (Stake, 2005). Peneliti memilih pendekatan studi kasus dikarenakan memiliki potensi untuk membantu memberikan pemahaman secara mendalam mengenai gambaran regulasi emosi pada ibu dengan anak disleksia serta faktor yang mempengaruhinya.

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan yakni wawancara dan observasi. Menurut Maulida (2020) wawancara adalah proses pengambilan data yang secara langsung dilakukan oleh pewawancara pada narasumber untuk mendapatkan data yang lebih rinci terkait kasus yang diteliti. Jenis wawancara yang digunakan oleh peneliti merupakan wawancara semi terstruktur, hal tersebut bertujuan untuk mengantisipasi ketika terdapat pertanyaan yang membutuhkan jawaban yang lebih mendalam maka peneliti dapat memberikan pertanyaan tambahan untuk mendukung data penelitian.

Observasi dalam penelitian ini adalah pendukung dari hasil wawancara. Observasi penelitian ini menggunakan *event & time sampling*. Pencatatan hasil observasi didasari pada tingkah lakku yang spesifik terkait dengan tujuan penelitian (Kusdiyati & Fahmi, 2019) yaitu mengenai regulasi emosi partisipan. Hasil observasi akan penulis rangkum dan uraikan dalam hasil wawancara sesuai keterkaitannya. Hal ini bertujuan untuk mendukung hasil wawancara dari sikap atau perilaku partisipan.

Untuk teknik wawancara, *indepth interview* digunakan dalam hal ini. Tujuan dari menggunakan *indepth interview* adalah untuk memperdalam sebuah topik dari partisipan dan menggali hal tersebut secara signifikan. Prinsip dari teknik *indepth interview* ini adalah wawancara yang diaplikasikan secara luring atau bertatap muka. Berdasarkan hal ini maka pertanyaan yang peneliti susun bersifat semi terstruktur yang memungkinkan adanya tambahan pertanyaan seiring berjalannya proses wawancara.

Sebelum peneliti melakukan wawancara dengan partisipan membangun rapport terlebih dahulu. Rapport merupakan sebuah mekanisme pengenalan antara peneliti dengan partisipan agar partisipan bisa merasa bebas menceritakan yang dirasakan dan nyaman tanpa adanya paksaan atau tekanan. Wawancara dilakukan secara luring dan bertempat di rumah partisipan serta berdasarkan pedoman yang telah dibuat dengan penyesuaian pada situasi dan kondisi selama proses berlangsung. Peneliti melakukan proses wawancara selama 45-60 menit sebanyak dua kali untuk setiap partisipan di luar pembangunan rapport untuk studi pendahuluan. Wawancara pertama untuk menggali data dan wawancara kedua untuk melihat konsistensi jawaban. Observasi pada penelitian ini adalah observasi partisipan pengamat, yang mana peneliti turut berpartisipasi dalam penelitian ini (Creswell, 2012). Observasi dilakukan peneliti selama 4-5 jam sebanyak 2 pertemuan setiap partisipannya dengan turut melakukan kegiatan bersama dengan partisipan.

Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah *thematic analysis* (teknik analisis tematik), peneliti memilih teknik analisis tematik untuk dapat menemukan tema yang akan digunakan peneliti untuk melakukan interpretasi data penelitian. Menurut Shaughnessy dkk (2012) terdapat enam tahapan dalam teknik analisis tematik : 1) mengenali dan memahami data; 2) memberikan kode pada data; 3) menemukan tema; 4) meninjau ulang tema; 5) memberikan definisi dan nama pada tema; 6) menyusun laporan.

Kriteria partisipan dalam penelitian ini sebagai berikut: wanita yang telah menikah, memiliki anak disleksia dengan kategori ringan sampai sedang yang masih sekolah, dan memiliki kesibukan selain pekerjaan rumah tangga. Kategori pada anak disleksia diketahui oleh

peneliti melalui guru pembimbing khusus yang berada di sekolah anak. Berdasarkan penentuan kriteria tersebut peneliti menemukan tiga partisipan:

Tabel 1. Karakteristik Partisipan Penelitian

Nama Samaran	Ko-de	Usia	Kesibukan	Usia anak dan kategori
Mushofiat-un	P1	47	Pengusaha tata rias	SMP (13 Tahun) Ringan
Sulastri	P2	45	Penjahit	SMP (15 Tahun) Ringan
Diana	P3	43	Pedagang <i>online shop</i>	SMP (14 Tahun) Ringan

Peneliti bertemu dengan partisipan P1 dan P2 saat peneliti melakukan kunjungan ke salah satu SLBN di Kabupaten Lamongan. Peneliti dalam pengenalan dengan partisipan P1 dan P2 dibantu oleh guru untuk bertemu dengan partisipan yang merupakan wali murid dari siswa SLBN. Pada pertemuan tersebut akhirnya peneliti memperkenalkan diri serta menjalin *rapport* antara peneliti dengan partisipan. Berawal dari pertemuan tersebut akhirnya peneliti melakukan studi pendahuluan kepada P1 dan P2. Sedangkan untuk P3 adalah teman dari ibu peneliti, peneliti sering bertemu dengan P3 dan memiliki hubungan yang baik. Pada kesempatan bertemu peneliti melakukan studi pendahuluan dengan partisipan P3 dan melalui studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti mendapatkan informasi dari partisipan terkait fenomena penelitian.

Uji keabsahan data dilakukan dengan triangulasi data. Triangulasi data adalah sebuah uji keabsahan data pada penelitian kualitatif dengan cara melakukan penggabungan berbagai sumber data, teori maupun metode terkait topik penelitian untuk mendukung data (Creswell, 2014). Triangulasi data yang akan dilakukan oleh peneliti adalah berupa wawancara yang dilakukan dengan *significant others*.

Signifikan other yang bersedia membantu melengkapi data dalam penelitian ini adalah Nana (21 tahun) yang merupakan anak kandung dari P1, Rahma (25 tahun) yang merupakan saudara kandung dari P2, dan Mazwa (37 tahun) yang merupakan saudara kandung dari P3. Berikut adalah identifikasi melalui tabel.

Tabel 2. Identifikasi *Significant Others*

Nama Samaran	Usia	Hubungan Dengan Partisipan
Nana	21 tahun	Anak dari Mushofiatun
Rahma	25 tahun	Saudara kandung dari Sulastri
Mazwa	37 tahun	Saudara kandung dari Diana

Selain itu validitas dalam penelitian kualitatif digunakan dengan cara *Member cheking*. Memeriksa keabsahan data penelitian yang telah diperoleh dengan wawancara melalui proses pengecekan kembali hasil dari data penelitian yang telah diolah menjadi tema spesifik ke hadapan partisipan. *Member checking* bertujuan untuk memvalidasi data yang telah disampaikan oleh partisipan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah regulasi emosi milik Thompson (2011) yang menjelaskan terdapat beberapa aspek regulasi emosi diantaranya yakni *emotion monitoring* (pemantauan emosi), *emotion evaluating* (evaluasi emosi), dan *emotion modification* (modifikasi emosi). Selain melihat aspek yang muncul pada ketiga partisipan, penulis menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya aspek regulasi emosi pada partisipan. Faktor tersebut adalah waktu dan usia, hubungan anak dengan ibu, dan hubungan interpersonal ibu. Regulasi emosi pada setiap individu dapat berbeda, Nisfiannor dan Kartika (dalam Zonya & Sano, 2019) memaparkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi, diantaranya adalah hubungan anak dengan orang tua, jenis kelamin dan umur, serta hubungan interpersonal. Namun dalam penelitian ini telah dikhususkan bahwa partisipan berjenis kelamin sama yaitu perempuan yang berstatus sebagai ibu dari seorang anak disleksia.

Berikut adalah uraian tema yang ditemukan pada penelitian ini.

Tabel 3. Kategorisasi Tema dan Sub Tema Temuan Penelitian

Tema	Sub Tema
<i>Emotion Monitoring</i> (Pemantauan Emosi)	Aktivitas Keseharian Aktivitas dengan Anak Afeksi terhadap Anak

<i>Emotion Evaluating</i> (Evaluasi Emosi)	Perspektif terhadap Masalah
<i>Emotion Modification</i> (Modifikasi Emosi)	<i>Problem Solving</i>
Waktu dan Usia	<i>Self Controlling</i>
Hubungan Interpersonal Ibu	Hubungan dengan Keluarga Inti Hubungan dengan orang lain

Berikut akan diuraikan secara mendetail hasil temuan pada setiap tema berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan.

Tema 1-*Emotion Monitoring*

Pemantauan emosi merupakan keterampilan emosional untuk memantau perasaan mereka sehubungan dengan situasi dan kondisi yang sedang berlangsung. Pemantauan emosi atau *emotion monitoring* dapat dilihat dari penilaian subjek terhadap kejadian sehari-harinya khususnya dalam hal ini aktivitas anaknya yang berkebutuhan khusus (disleksia), serta perasaan subjek ketika menghadapi anaknya dalam situasi-situasi tertentu.

Sub Tema: Aktivitas Keseharian

Ketiga partisipan melalui hasil wawancara diketahui merupakan seorang ibu rumah tangga yang memiliki usaha berjualan online dan dua diantaranya merupakan penyedia layanan jahit pakaian. Sulastris (2021) mengungkapkan bahwa ia menghabiskan banyak kegiatannya di rumah dan mengembangkan usaha layanan jahit pakaian bersama anak-anaknya. Berikut ungkapan Diana dan Mushofiatun.

[...] pagi ibu ngantar DN ke sekolah, terus habis itu kalo DN sudah pulang sekolah DN makan gitu saya sudah ngelakuin pekerjaan rumah lagi, sampe sore ya gini mbak saya ya bekerja ya ibu rumah tangga, kadang merias manten (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

Hasil observasi memperlihatkan jika partisipan mudah terpengaruh emosi negatif. Ketika anak partisipan membuatnya kesal, partisipan menggerutu dan membentak anak di depan peneliti. Namun setelahnya partisipan meminta maaf pada peneliti karena merasa tidak enak hati.

Di rumah aja mbak saya jualan online, terus ngantar anak-anak sekolah itu wes tiap hari, dia juga mulai bisa bantu pekerjaan rumah (Diana, 10 Desember 2021; 19 Januari 2022).

Hasil wawancara dengan ketiga partisipan menandakan bahwasanya memilih pekerjaan yang memang dapat dikerjakan di rumah. Hal ini dikarenakan ketiga partisipan ingin tetap bisa terhubung dengan anak mereka yang dalam hal ini memiliki kekhususan yaitu disleksia. Berbeda dengan anak pada umumnya, anak dengan disleksia membutuhkan lebih banyak perhatian dari orang terdekatnya dalam hal ini ibunya.

Ibu yang mengurus dan merawat anak disleksia sekaligus bekerja bukanlah sebuah hal yang mudah dilakukan. Terungkap dalam hasil wawancara sebagai berikut.

[...] Ya kadang-kadang gini mbak, *nelongso* (sedih) kadang-kadang, *sakno* (kasihan) anakku, gitu itu saya tetep merias mbak (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

Ya bingung pas mau ngerjain pekerjaan rumah atau jualan online, mood FT berubah, kaya kemarin temannya lama balas chat, dia marah (Diana, 10 Desember 2021).

Dua partisipan seperti uraian di atas mengungkapkan bahwasanya bekerja dan mengurus anak membuat mereka menjadi bingung dan sedih. Hal ini tidak jauh berbeda dengan Sulastris, yang telah divalidasi oleh *significant othersnya*.

Ya kadang ada masanya bingung ketika harus menyelesaikan jaitan sedangkan RQ butuh saya (Sulastris, 20 Januari 2022).

Beberapa kali pas ada masalah sama RQ dia itu sampai nggak ngapa-ngapain jadi dia meskipun ada cucian atau rumah kotor ya sudah dibiarin mbak (Rahma, 8 Februari 2022).

Pada kasus Sulastris diungkapkan bahwa ia sering kebingungan ketika harus menyelesaikan pekerjaan sedangkan di waktu yang bersamaan anaknya juga membutuhkannya. Rahmah juga menegaskan pernyataan Sulastris bahwa ketika RQ membutuhkan Sulastris atau ketika ada masalah

menyangkut RQ maka Sulastri akan kesulitan untuk menyelesaikan pekerjaannya.

Sub Tema: Aktivitas Dengan Anak

Ketiga partisipan merasa bahwa mengasuh dan mengajar anak disleksia bukanlah hal yang mudah. Berikut adalah ungkapan perasaan ketiga partisipan pada saat harus mengajar anak disleksia.

saya itu sudah terforsir berkerja jadi untuk anak itu kadang terbebani [kalau harus mengajar]. merasa lebih ringan kalau pas dia nggak sekolah [...] (Mushofiatun, 21 Januari 2022).

Observasi memperlihatkan 10 menit sebelum wawancara di mulai partisipan melihat anaknya ke kamar, dan partisipan mendapati anak meletakkan baju kotor berserakan di lantai, partisipan berteriak memanggil anak dan memarahi anaknya yang tidak meletakkan baju kotor di tempatnya. Kemudian setelah itu partisipan kembali pada peneliti dan bercerita bahwa hal seperti ini sangat sering terjadi sehingga membuatnya bosan.

Dia sekarang lebih sering belajar sendiri mungkin karena sudah besar, sebelumnya lumayan susah (Sulastri, 8 Desember 2021).

Kedua partisipan mengungkapkan bahwasanya merasa kesulitan, merasa terbebani ketika harus mengajar anak disleksia karena memang dibutuhkan perlakuan khusus.

Ga masalah kok kalau mengajar mbak, dulu pernah bimbel tapi sama aja, jadi saya ambil alih, belajar sama saya terus (Diana, 10 Desember 2021).

Berbeda dengan dua partisipan lainnya, bagi Diana mengajar anak disleksia tidaklah terlalu berat dibanding menyerahkan kepada orang lain.

Sub Tema: Afeksi terhadap Anak

Ibu yang memiliki anak yang sehat, pintar, dan tumbuh kembangnya berjalan pada umumnya adalah sebuah harapan. Namun ada terlahir dengan keistimewaan, seperti disleksia yang dipengaruhi oleh beragam faktor. Tidak sesuai kenyataan dengan ekspektasi dapat menimbulkan perasaan-perasaan

negatif. Berikut adalah ungkapan ketiga partisipan dan validasi dari masing-masing *significant others*.

Ya kadang juga saya merasa kecewa [...] kadang itu emosi mbak (marah) tapi ya itu anak saya (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

Hasil observasi menunjukkan bahwa ketika bercerita tentang hambatan yang dialami ketika mengasuh anak partisipan berbicara dengan nada pelan dan ekspresi wajah yang sayu. Pada beberapa sesi partisipan menangis dan mengatakan bahwa partisipan merasa *nelongso* (sedih) ketika anak sering membuat masalah dan juga bercerita bahwa partisipan sering kali merasa cemas ketika berpikir mengenai masa depan anaknya. Partisipan mudah terpengaruh emosi negatif. Ketika anak partisipan membuatnya kesal, partisipan menggerutu dan membentak anak di depan peneliti. Namun setelahnya partisipan meminta maaf pada peneliti karena merasa tidak enak hati.

ya mama bilang “*nduk mama iki puegel ngurus adek nduk*” (nduk mama ini capek banget ngurus adek nduk) (Nana, 2 Februari 2022).

Sakjane piye yo (seharusnya gimana ya) mbak saya menyadari kalo anak saya gitu, mau saya salahkan ya gimana ya mbak, saya juga gak menyalahkan orang yang memicu emosi anak saya karena orang itu kan ya pasti membela diri. Cuma gini mbak anak saya itu nggak mulai duluan, cuma dia mudah tersinggung kalo ada sesuatu yang bikin dia gak nyaman. Ya perasaan saya *yo sungkan* (ya malu) mbak pas anakku bikin masalah (Sulastri, 8 Desember 2021; 20 Januari 2021).

lebih gampang marah, lebih gampang nangis gitu terus juga dia pernah cerita ke saya takut gitu mbak (Rahma, 8 Februari 2022).

Partisipan mudah terpengaruh dari emosi negatif, partisipan memukul anak ketika partisipan merasa kesal dengan anak. Setelah wawancara selesai peneliti memutuskan untuk tidak langsung pulang dan mengobrol bersama partisipan dan anaknya, ketika peneliti bertanya pada anak dan anak tidak menjawab partisipan memukul anaknya dan membentak “itu ditanyain kakaknya jawab” sampai akhirnya anak pergi ke kamar kembali.

Aku sering mbak *nelongso* (sedih) *tak apakno* (saya apain) ya Allah, aku kadang nangis *dewe* (sendiri) mbak *nggak isok turu* (nggak bisa tidur) nangis *ae ga karuan* (nggak beraturan/tidak menentu) mbak, *tak angen- angen (saya pikir-pikir)*. Mikirku *ngunu* (gitu) mbak. Kadang *nek pas* (kalau saat) tak marahin aku merasa bersalah dan aku kudu berusaha *dewe mbak opo-opo* (sendiri mbak apa-apa) (Sulastri, 8 Desember 2021).

Observasi menunjukkan ketika partisipan selesai bercerita tentang rasa kesalnya partisipan menangis karena mengaku tidak tega ketika melihat anaknya menjadi korban *bullying* di sekolah dan tidak mempunyai teman.

Rasanya jengkel sampai kadang nangis sendiri mbak kalau pas FT ada masalah (Diana, 10 Desember 2021).

sejak ada FT dia lebih emosional, mungkin juga efek FT anak pertama (Mazwa, 3 Februari 2022).

Perasaan kecewa, jengkel, lelah, malu, marah, bahkan sampai menangis adalah perasaan yang muncul ketika mengetahui dan harus merawat anak dengan disleksia. Perasaan-perasaan umum yang muncul jika kenyataan tidak sesuai dengan yang diharapkan. Meskipun seperti itu, namun ketiga partisipan tetap menerima anak mereka.

[...] tapi ya itu anak saya (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

“*Nduk wes to wes nang dilakoni ae, delok en iku lo akeh arek seng luweh nang nisormu*” (Nduk sudahlah dilakuin saja, lihat diluar sana banyak orang yang lebih susah dari kita) (Nana, 2 Februari 2022).

Mau gimana lagi, kan tetap anak saya (Sulastri, 8 Desember 2021).

Dia kekuatan saya mbak, kalau gak saya, siapa lagi, dia anak saya (Diana, 19 Januari 2022).

Dalam hal ini ketiga partisipan menerima keadaan anak mereka yang terlahir disleksia. Mereka beranggapan bahwa apapun keadaannya, itu adalah buah hati mereka yang dikandung sembilan bulan dan penuh perjuangan dalam melahirkan.

Tema 2-Emotion Evaluating

Aspek kedua dari regulasi emosi merupakan *emotion evaluating* (evaluasi emosi). Evaluasi emosi adalah keterampilan yang dimiliki individu untuk memutuskan emosi apa yang ingin mereka rasakan dan mempertimbangkan konsekuensi jangka pendek dan jangka panjang terhadap emosi tersebut. Evaluasi emosi ini dapat ditinjau dari cara subjek untuk melihat suatu permasalahan (terutama menyangkut anak disleksia) serta cara subjek dalam menyelesaikan permasalahan tersebut.

Sub Tema: Perspektif terhadap Masalah

Ibu yang menerima keadaan seorang anak dengan kebutuhan yang khusus memerlukan hati yang lapang. Salah satunya adalah memandang bahwa permasalahan atau cobaan yang telah diberikan merupakan takdir yang harus dijalani.

[...] ya harus dihadapi semampunya. Kalau ga gitu ya mikirnya takdir.[...] terus aku pas mikir gitu ya bersyukur (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

saya pasrahkan ke Allah (Sulastri, 20 Januari 2022).

Sesuai dengan hasil observasi yang menunjukkan partisipan mudah terpengaruh dari emosi negatif, partisipan memukul anak ketika partisipan merasa kesal dengan anak. Setelah wawancara selesai peneliti memutuskan untuk tidak langsung pulang dan mengobrol bersama partisipan dan anaknya, ketika peneliti bertanya pada anak dan anak tidak menjawab partisipan memukul anaknya dan membentak “itu ditanyain kakaknya jawab” sampai akhirnya anak pergi ke kamar kembali. Setelah partisipan membentak anak partisipan mengelus dada dan *beristighfar* (berdoa meminta ampun pada Tuhan), partisipan mengaku sering lepas kontrol ketika merasa kesal dengan anak. Partisipan menenangkan diri dengan membaca doa dan menghela nafas

ini jalan dari Allah mbak (Diana, 10 Desember 2021).

Ibu dalam tahap penerimaan keadaan dan tetap yakin bahwa cobaan yang diberikan takdir, merupakan tanda dari seseorang yang berjiwa besar. Keyakinan bahwa cobaan dari Tuhan tidak akan melampaui kekuatan dariciptaan-Nya.

Tidak dipungkiri bahwa hal tersebut banyak menuai tantangan dan setiap partisipan mempunyai cara yang berbeda-beda untuk menyikapi permasalahannya. “Tapi ya saya cuma ngomel-ngomel gitu teriak meskipun akhirnya menyesal” (Mushofiatun, 9 Desember 2021). Mushofiatun lebih sering bersungut ketika ada permasalahan dengan anaknya. Sulastri (8 Desember 2021) mengungkapkan “aku pas ga sabar iku sering mukul [...]”, ia sering lepas kendali dan memukul anaknya ketika anaknya. Sedangkan Diana lebih kepada mengeluh, menangis, dan meminta bantuan.

saya pas lagi kerja capek saya sakit ya saya mukul dia mbak. Terus saya akhirnya minta maaf ke dia mbak, “mama minta maaf ya DN” gitu tapi ya bukan berarti saya menyianiyakan kan yo mbak. Saya sayang kok mbak ke anak saya cuma saya *kereng* (keras) gitu (Mushofiatun, 8 Desember 2021).

[...]nangis, mengeluh ke Allah sama minta bantuan mbak (Diana, 19 Januari 2022).

Iya mbak pernah nangis, tapi biasanya selain cerita ya dia wis (sudah) ngurung diri di kamar terus mbak (Mazwa, 3 Februari 2022).

Selain perasaan-perasaan yang timbul di atas, perasaan takut akan masa depan anak juga timbul dan di rasakan oleh para partisipan. Ketakutan bahwa ibu akan dipanggil Tuhan dan tidak ada yang mengurus anak mereka yang disleksia menjadi beban pikiran tersendiri pada para ibu.

Iya ada mbak, saya kemarin tiba-tiba kepikiran, kan ini DN disleksia genetik dari suami dan kakek ya. Itu sebenarnya ya ga ada hubungan sih, Cuma kakeknya DN dan ayahnya DN ini lo mbak meninggalnya itu karena sakit dua-duanya. Saya kadang khawatir. Gimana kalau anak saya juga tiba-tiba sakit dan meninggal. Ada mbak cemas yang saya sampe *angen-angen wedi* (kepikiran takut) banget mbak, belum lagi mikir masa depan dia kedepannya. Tapi

namanya orang tua ya apa ya saya mikir saya *soro yowes* (susah nggakpapa) ngasuh dia

yang penting dia masih tetep sama saya (Mushofiatun, 21 Januari 2022)..

Ya pernah seh, yo iyo mbak saya mikir mbak gimana kedepannya FT, saya mikir nanti masa depan dia gitu mbak, kadang juga mikir mbak misal nya aku ini nanti nggak ada siapa mbak yang nemani, merawat, dan mengasuh dia mbak, saya mikir siapa yang tahan sama FT gitu mbak (Diana, 10 Desember 2021)

Terdapat kekhawatiran akan masa depan anak-anak partisipan yang mengalami disleksia. Perihal pekerjaan atau sekadar yang akan menemani dan kebersamaan keseharian anak mereka. Tentu ini menjadi hal yang sangat diperhatikan oleh orang tua terutama oleh ibu. Mereka memiliki keyakinan bahwasanya tidak semua akan bisa bersikap seperti ibu. Ibu dapat menerima anaknya apapun keadaannya karena ia merasakan bagaimana ketika mengandung anak, merasakan mual dan ngidam, hingga bertaruh nyawa ketika akan melahirkan.

Tema 3-*Emotion Modification*

Modifikasi emosi adalah keterampilan yang dimiliki individu untuk mengubah reaksi emosi yang mereka rasakan untuk mencapai suatu tujuan. Salah satu indikator untuk melihat reaksi emosi dan tujuannya adalah caranya menyelesaikan permasalahan atau *problem solving*. Melalui langkah penyelesaian permasalahan subjek dapat dilihat cara subjek untuk memodifikasi emosinya.

Sub Tema: *Problem Solving*

Pada salah satu bagian di atas diketahui bahwasanya ketika ada suatu permasalahan partisipan melakukan cara penyelesaian bervariasi. Seperti marah, memukul, bahkan berdiam diri. Namun partisipan juga sering melakukan alternatif ketika terdapat permasalahan.

[...] ya *nyetel* (menyalakan) lagu2 iki mbak biasanya (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

Kalau ada masalah menyangkut dia, ya memilih diam dan berpikir aja (Sulastris, 8 Desember 2021).

Iya mbak. Saya minta tolong ke adik, dia lebih sabar dan dia itu paham gimana cara mendekati RQ dan enak ngobrol dan nenanginnya (Sulastris, 20 Januari 2022).

Diam saya mbak, saya kalo uda ngerasa ngga suka atau lagi badmood gitu ya diam di kamar sudah (Diana, 10 Desember 2021).

Partisipan ketika mendapati masalah yang disebabkan anak partisipan diam lama dan ketika ditanya oleh peneliti partisipan diam untuk membaca doa dan memberikan kalimat positif supaya tidak sampai memukul anak ketika kesal. Mengalihkan perhatian dari anak seperti melakukan hobi memutar musik kesukaan atau meminta bantuan orang lain, serta memilih diam dan berpikir panjang untuk mengembalikan *mood* merupakan beberapa cara alternatif yang dilakukan partisipan.

Saya selain pesenan saya kemarin nyoba jualan online juga baju, jilbab. Kalau ada yang beli saya syukuri mbak buat kebutuhan anak. Karena kalau saya mikir itu nanti malah *ngenes* (merasa tidak beruntung, menyedihkan) sudah mikir masalah DN, masih ditambah lagi (Mushofiatun, 21 Januari 2022).

Tema 4-Waktu dan Usia

Waktu dan usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi cara regulasi emosi tiap individu. Hal ini nampak pada hasil penelitian dimana para partisipan terlihat bahwa di awal memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu disleksia, mereka cenderung marah, ada rasa tidak terima, bahkan tidak ingin melihat anaknya. Namun seiring waktu dan bertambahnya usia, subjek terlatih untuk lebih bijaksana dalam menanggapi suatu permasalahan, dan mampu untuk melakukan kontrol diri.

Sub Tema: Self Controlling

Yowes anu mbak yowes (Yasudah anu mbak yasudah) kadang ya mencoba sabar, kadang aku mikir salah-salahku mbak, *soale* (soalnya)

aku pas ga sabar iku sering mukul tapi akhir e aku kok mikir mbak eh anakku *wes gede* (sudah besar), jadinya suatu saat apa yang aku tanam kan balik ke aku sendiri mbak jadinya aku ya sering nahan kalo mau mukul mbak. Sekarang aku mencoba nahan mbak, tapi lebih ke marah dengan ocehan mulut iki mbak (Sulastris, 8 Desember 2021).

Waktu dapat mendewasakan seseorang. Ungkapan yang dapat diberlakukan bagi partisipan dalam penelitian ini. Semakin bertambah usia dan waktu, para partisipan semakin terbiasa menerima keadaan dan terlatih dalam mengontrol emosi.

Ya kalau soal pelampiasan emosi ini saya ngerasa lebih baik sekarang (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

Nek soal saya emosional ini saya ngerasa lebih baik sekarang, dalam artian itu dulu awal-awal saat menghadapi DN itu saya lebih gampang kesal dan mukul, kalau sekarang mungkin karena pembiasaan kali ya, saya juga jadi lebih bisa nahan gitu. kalo sekarang saya sudah lumayan ya bisa *ngempet* (nahan) untuk nggak mukul (Sulastris, 8 Desember 2021).

Ya iya mbak nek wes aku ngerasa ga mampu nahan aku langsung *dolen* (pergi/bermain) mbak, misal dia bikin masalah sama adeknya *yawes saya ga betah* (yasudah saya tidak tahan) saya tinggal *mboh karep e dewe aku metu* (terserah saja saya keluar) mbak (Sulastris, 8 Desember 2021).

saya dulu ga bisa mikir jernih gitu, kalau sekarang jarang saya kayak gitu ya sekali-kali pernah (Diana, 10 Desember 2021).

Para partisipan saat ini sudah bisa mengontrol emosinya saat anak mereka memiliki permasalahan atau sedang tantrum. Hal ini tidak lepas dari waktu yang telah mereka lalui dan membuat mereka terlatih.

Tema 6: Hubungan Interpersonal Ibu

Mengasuh, mendidik, dan merawat anak disleksia, bukan perkara mudah. Selain dari diri ibu sendiri, perlu adanya dukungan dari orang sekitar. Jika

ibu merasa tidak mendapatkan dukungan dari sekitar, maka ibu berpotensi untuk menyalahkan dirinya dan tidak mampu meregulasi emosinya. Namun, ketika ibu merasa bahwa ia tidak sendiri maka ibu dapat lebih mudah untuk meregulasi emosinya. Selain dengan keluarga inti, hubungan ibu dengan orang lain juga sangat berarti, salah satunya adalah dengan teman atau tetangga.

Sub Tema: Hubungan dengan Keluarga Inti

Peran ibu sangat signifikan dalam mendampingi anak dengan disleksia. Namun ibu tetap memerlukan dukungan dari orang lain, khususnya dari keluarga inti. Hadirnya anak yang lain yang terlahir dan tumbuh kembang seperti pada umumnya dapat membantu ibu untuk tetap bertahan.

Jadi merasa lebih ringan [...] pas ada kakaknya (Mushofiatun, 21 Januari 2022).

Ya syukurnya ada anak yang lain yang bisa bantu jahit, jadi pas RQ butuh saya, bisa menemani (Sulastri, 8 Desember 2021).

Ya syukurnya adiknya sudah SMP sudah bisa belajar sendiri dan bantu-bantu (Diana, 10 Desember 2021).

Meskipun terbantu dengan kehadiran anak lainnya, namun ketiga partisipan mengungkapkan bahwa mereka tetap perlu adanya dukungan dari suami. Namun sayangnya, semua partisipan tidak mendapatkan hal tersebut. Suami dari partisipan Mushofiatun telah meninggal dunia sehingga anak menjadi tanggung jawabnya dengan penuh. Dua partisipan lain menjawab seperti berikut.

saya pas lagi kerja capek saya sakit ya saya mukul dia mbak. Terus saya akhirnya minta maaf ke dia mbak, “mama minta maaf ya DN” gitu tapi ya bukan berarti saya menyianiyakan kan yo mbak. Saya sayang kok mbak ke anak saya cuma saya *kereng* (keras) gitu (Mushofiatun, 9 Desember 2021).

suami sering nggak mau tahu dengan urusan anak dan rumah. Ya saudara adik ku mbak, tapi bagaimanapun iku kan tidak seperti dukungan suami mbak, misale secara uang gitu untuk keperluan anak, atau kayak ngantar kemana gitu kan jadi ya tetep kurang bisa apa ya *tanek* (puas) dengan dukungan dari orang

lain kalau suami ga dukung. (Sulastri, 8 Desember 2021).

gimana yo mbak suami saya aslinya nggak seberapa mendukung saya mbak, terutama soal anaknya FT, apa ya ayahnya cenderung malu mbak punya anak disleksia. Ya ada, jujur saja saya lumayan terpuruk mbak ketika merasa tidak didukung suami, ya bagaimanapun saya ini membutuhkan dukungannya untuk tetap apa ya bahagia, biar nggak gampang stress gitu lo, dampak yang saya rasakan ya itu saya kan lebih mudah stress, terus saya gampang nangis, misal dia ada buat dukung saya kan saya lebih kuat. (Diana, 10 Desember 2021).

Ungkapan tersebut menandakan bahwasanya suami dari kedua partisipan memilih untuk tidak peduli dengan kondisi anaknya yang mengalami disleksia. Hal ini sangat disayangkan mengingat partisipan sangat membutuhkan dukungan dari pasangannya dan penerimaan terhadap kondisi anak mereka.

Sub Tema: Hubungan dengan Orang Lain

Partisipan berpendapat bahwa mereka kurang mendapat perhatian dari pasangan mereka, namun mereka menyampaikan bahwasanya dukungan keluarga dan teman cukup membantu mereka untuk bertahan.

Ya sebenarnya butuh, apalagi sekarang saya sendiri di rumah dengan anak jadi perhatian tetangga itu berpengaruh (Mushofiatun, 21 Januari 2022).

Ya kerumah saudara atau teman mbak, [...] saya mengalihkan suasana yang bikin saya seneng mbak (Sulastri, 8 Desember 2021).

pas ada masalah saya kumpul sama mbak saya atau teman-teman saya mbak (Diana, 10 Desember 2021).

Support system merupakan hal yang sangat penting untuk diperoleh para partisipan. Penerimaan dari tetangga, teman, maupun anggota keluarga lainnya dapat menjadi *booster* partisipan untuk memberi yang terbaik bagi anak mereka, meskipun dalam kondisi disleksia dan tidak seperti anak pada umumnya.

Pembahasan

Tabel di bawah merupakan gambaran dari identifikasi hasil penelitian yang peneliti lakukan. Terdapat enam persamaan ketiga partisipan, dan dua perbedaan. Persamaan tersebut meliputi aktivitas keseharian; perasaan negatif sekaligus penerimaan kondisi anak; perspektif terhadap permasalahan; proses self controlling; kondisi *attachment*, dan hubungan interpersonal. Sedangkan perbedaan yang teridentifikasi adalah problem solving dan cara mencari solusi alternative.

Tabel 4. Hasil Identifikasi Penelitian

Persamaan Partisipan	Perbedaan Partisipan
1. Aktivitas keseharian dengan anak	1. <i>Problem Solving</i>
2. Perasaan negatif sekaligus penerimaan kondisi anak	2. Cara mencari solusi alternatif
3. Perspektif terhadap permasalahan	
4. Proses <i>self controlling</i>	
5. Kondisi <i>attachment</i>	
6. Hubungan interpersonal	

Ibu dengan anak yang memiliki keistimewaan memiliki tekanan yang jauh lebih besar dibandingkan ibu yang memiliki anak dengan tumbuh kembang yang normal. Jika ibu tidak memiliki kekuatan dalam menghadapi problematika yang timbul yang berkait dengan anak disleksia maka tingkat stress dan tekanan ibu akan meningkat begitu juga dengan kecenderungan mengalami depresi dan gangguan fungsional (Alias dkk., 2015). Dalam hal ini tentu saja emosi memiliki peran yang signifikan untuk dapat menemani dan menghadapi tingkah laku anak dengan disleksia. Beragam emosi bisa dirasakan seorang ibu baik itu emosi yang bersifat membawa kebaikan atau emosi yang bersifat tidak baik.

Ibu ketika melahirkan seorang anak disleksia berpotensi untuk mengalami ketidakstabilan emosional karena perilaku anak, diantaranya adalah kurangnya keterlibatan dalam kegiatan sosial, gangguan dalam kegiatan sehari-hari, masalah kesehatan, dan kecemasan yang kerap muncul ketika memikirkan masalah-masalah yang dialami oleh anak disleksia (Alias dkk., 2015). Berdasarkan analisa Isa dkk (2017) dijelaskan bahwa mengasuh anak disleksia seringkali menyebabkan ibu mengalami kelelahan, baik secara fisik maupun emosional. Hal ini disebabkan karena ibu sebagai pengasuh utama anak harus menghadapi tuntutan terkait kebutuhan anak disleksia yang lebih spesifik

dibandingkan anak normal. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rauf dkk (2018) yang menunjukkan bahwa ibu dengan anak disleksia seringkali menunjukkan respon negatif seperti frustrasi, penolakan, ketidakstabilan emosional, serta stress yang disebabkan oleh ketidaksesuaian harapan yang mereka miliki pada anak disleksia.

Disleksia merupakan gangguan neurobiologis dengan asal genetik yang menyebabkan seseorang mengalami kesulitan dalam membaca dan berbahasa (Wydell & Pollack, 2012). Paracchini dkk (2016) memaparkan beberapa karakteristik anak disleksia, diantaranya adalah mengalami kesulitan membaca, mengeja, dan menulis, mengalami kesulitan mengingat dan mengatur informasi, mengalami gangguan fonologis, serta gangguan pada fungsi eksekutif. Selain itu anak disleksia juga mengalami beberapa permasalahan lain, menurut penelitian yang dilakukan oleh Sako (2016) anak disleksia juga mengalami gangguan emosional, kecemasan, citra diri yang buruk, rendahnya tingkat percaya diri, permasalahan keluarga, dan lain sebagainya.

Kondisi yang tidak mudah diterima oleh orang tua. Hasil penelitian mengungkapkan bahwasanya fokus dan memperhatikan anak adalah hal yang sangat penting. Mbersamai anak dalam melakukan aktivitas keseharian dapat mempererat kelekatan pada relationship ibu dengan sang anak.

Seorang ibu dengan anak disleksia ketika beraktifitas bersama anak dapat membuat ibu melakukan *emotion monitoring* (pemantauan emosi) merupakan kerampilan emosional untuk memantau perasaan mereka sehubungan dengan situasi dan kondisi yang sedang berlangsung. Hal ini sangat penting karena anak disleksia memang membutuhkan perhatian yang lebih dibanding anak pada umumnya. Anak dengan kemampuan khusus memerlukan tindakan atau perlakuan yang khusus pula karena kecenderungan anak disleksia untuk tantrum akan lebih besar dan hal itu butuh penanganan.

Penanganan anak disleksia memang butuh perjuangan dan waktu. Bahkan untuk bisa menerima kondisi anak dengan disleksia tidaklah mudah. Perasaan marah, kecewa, malu dirasakan oleh seluruh partisipan. Sejalan dengan hasil penelitian Rauf dkk (2018) yang menunjukkan bahwa ibu dengan anak disleksia seringkali menunjukkan respon negatif seperti frustrasi, penolakan, ketidakstabilan emosional, serta stress yang disebabkan oleh ketidaksesuaian harapan yang mereka miliki pada anak disleksia.

Lambat laun, proses penerimaan kondisi anak semakin terbuka. Meyakini bahwa anak merupakan titipan dan takdir yang tidak dapat dihindari serta percaya bahwa Tuhan akan memberikan cobaan tidak akan diluar kemampuannya hal yang tumbuh dari sebuah proses yang

panjang. Strategi selanjutnya adalah dilakukannya perubahan atau membelokkan perspektif terhadap situasi tertentu, istilahnya disebut dengan *cognitive change*.

Banyak emosi negatif yang timbul, namun seiring waktu berjalan partisipan dapat menerima keadaan anak dan mengontrol emosi dalam menangani anak disleksia. Pada saat awal-awal memiliki anak disleksia, partisipan cenderung sering memarahi, sedih, bahkan memukul anak mereka. Namun, lambat laun partisipan mulai dapat melakukan regulasi emosinya. Faktor personal dari dalam individu serta lingkungan individu dapat berpengaruh dalam memicu proses pengarahannya, pengendalian, dan pemodifikasian emosi dalam situasi tertentu (Thompson, 2011).

Seorang ibu akan mengusahakan secara personal atau mandiri untuk merawat anaknya, namun tidak dapat dipungkiri bahwasanya ibu tetap membutuhkan dukungan dari orang lain. Hal ini biasa disebut dengan *support system*. Seperti yang diungkapkan oleh Isa dkk (2017) menjelaskan bahwa mengasuh anak disleksia seringkali menyebabkan ibu mengalami kelelahan, baik secara fisik maupun emosional, maka dukungan kepada ibu sangat diperlukan. Dukungan tetangga, teman, dan anggota keluarga lainnya dapat memberikan kekuatan bagi ibu untuk menerima kondisi anak dan melakukan usaha terbaik yang bisa dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang menjadi acuan pada penelitian ini maka diketahui bahwa proses regulasi emosi partisipan sebagai berikut.

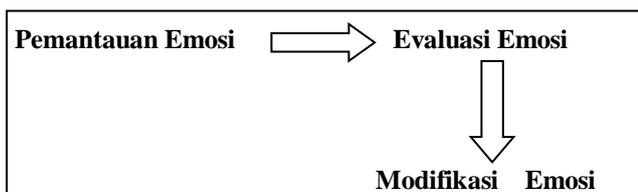


Diagram 1. Proses Regulasi Emosi

Diagram di atas menunjukkan proses regulasi emosi dari partisipan. Berawal dari pemantauan emosi yang ditinjau dari aktivitas sehari-hari partisipan untuk dapat mengklasifikasikan emosi yang sedang dirasakannya. Bisa berupa perasaan marah, kecewa, kesal, hingga menangis. Kemudian fase kedua adalah evaluasi emosi yaitu tanggapan atau perspektif partisipan terhadap permasalahan yang telah diklasifikasikan. Fase ketiga adalah modifikasi emosi yaitu cara partisipan dalam menyelesaikan permasalahan dengan mengatur emosinya atau *problem solving* partisipan.

Seluruh fase regulasi emosi di atas dari masing-masing partisipan memiliki perbedaan. Setelah ditinjau lebih dalam, faktor yang mempengaruhi adalah waktu dan usia. Semakin bertambahnya usia partisipan dan semakin lamanya usia pernikahan atau usia anak disleksia,

partisipan semakin terlatih untuk menghadapi segala kondisi yang mungkin terjadi. Partisipan mulai menemukan cara-cara yang dapat digunakan ketika suatu kondisi terjadi pada anak disleksia. Faktor selanjutnya yang nampak pada ketiga partisipan adalah hubungan interpersonalnya dengan keluarga inti dan orang di sekitarnya. Jika ada perkataan negatif mengenai anak partisipan maka mempengaruhi kondisi emosi partisipan seperti sedih, kecewa, marah. Namun, jika lingkungan sekitar memberikan dukungan maka partisipan tidak merasa sendiri dan bisa merasakan semangat untuk melanjutkan kehidupan dan menerima anak disleksia.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan hal yang sama bahwasanya regulasi emosi dapat berperan dalam penanganan emosi ibu dan dapat berpengaruh terhadap perasaan stress. Pertama adalah penelitian Ikasari dan Kristiana (2018) dengan artikel yang berjudul “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak *Cerebral Palsy*”, dalam hal ini kondisi partisipan terbilang sama yaitu seorang ibu dengan kondisi anak berkebutuhan khusus. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada pendekatan penelitian. Penelitian terkait menggunakan pendekatan kuantitatif dengan 50 sampel. Sebaliknya, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tiga partisipan dan tiga *significant others*.

Hasil yang diperoleh dari penelitian terkait adalah 20,3% regulasi emosi memberikan pengaruh terhadap tingkatan stress ibu dengan anak *cerebral palsy*. Kesimpulan yang ditarik dari studi ini adalah tingkat stress berbanding terbalik dengan regulasi emosi. Semakin rendah kemampuan untuk meregulasi emosi maka tingkat stress ibu akan semakin tinggi, di lain sisi jika kemampuan meregulasi ibu tinggi maka tingkat tekanan stress ibu akan kecil.

Penelitian yang juga berkaitan dengan penelitian ini adalah penelitian yang berjudul “regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar” (Wahidayanti, 2020). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terkait adalah; penelitian terkait menggunakan kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Penelitian terkait melakukan wawancara dan observasi dengan empat orang subjek. Hasil yang ditemui cukup berimbang dengan penelitian ini dimana diketahui bahwasanya subjek dalam penelitian terbilang mampu dalam melakukan kontrol emosinya, keempat subjek memiliki kemampuan untuk memodifikasi emosinya. Hal ini didukung dari aspek terkait seperti strategi untuk regulasi emosi, terlibat pada perilaku yang diarahkan pada tujuan, mengendalikan respons emosional, penerimaan respons emosional. Pada penelitian terkait terungkap tujuh faktor yang

berpotensi mempengaruhi cara meregulasi subjek yaitu menyangkut faktor usia, kemudian dari jenis kelamin subjek (karena pada penelitian ini mengambil data bukan hanya bagi ibu), kemudian tingkat keyakinan religi, budaya yang berlaku, tujuan, frekuensi, dan kapabilitas dari orang tua tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori regulasi emosi milik Thompson (2011) yang menjelaskan beberapa aspek regulasi emosi diantaranya yakni pertama, *emotion monitoring* (pemantauan emosi), Pemantauan emosi merupakan kerampilan emosional untuk memantau perasaan mereka sehubungan dengan situasi dan kondisi yang sedang berlangsung. Aspek kedua dari regulasi emosi merupakan *emotion evaluating* (evaluasi emosi), Evaluasi emosi adalah keterampilan yang dimiliki individu untuk memutuskan emosi apa yang ingin mereka rasakan dan mempertimbangkan konsekuensi jangka pendek dan jangka panjang terhadap emosi tersebut. Aspek terakhir yaitu *emotion modification* (modifikasi emosi), Modifikasi emosi adalah keterampilan yang dimiliki individu untuk mengubah reaksi emosi yang mereka rasakan untuk mencapai suatu tujuan.

Penelitian selanjutnya adalah penelitian dengan judul “Cognitive Emotion Regulation Strategies, Anxiety, and Depression in Mothers of Children With or Without Neurodevelopmental Disorders” (Megreya dkk., 2020). Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 90 orang ibu dengan rincian sebagai berikut; 30 ibu dengan anak yang mengidap *autism spectrum disorder*, 30 ibu dengan anak memiliki *intellectual disability*, dan 30 ibu dengan anak memiliki *tourette's disorder*. Perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian terkait adalah terletak pada karakteristik partisipan, serta pendekatan yang digunakan.

Hasil penelitian terkait menarik simpulan ibu dari anak-anak dengan kebutuhan khusus mengalami tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi dan melaporkan lebih sedikit penggunaan penilaian ulang positif, *refocusing* positif, dan fokus. Selain itu, ibu dari anak-anak dengan kebutuhan khusus memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Strategi untuk mengatasi emosi atau pikiran negative ini dilakukan dengan; menyalahkan diri sendiri, perenungan, menempatkan ke dalam perspektif atau perubahan perspektif, dan menyalahkan lainnya digunakan sama oleh semua ibu.

Perjalanan regulasi emosi pada setiap individu dapat berbeda, Nisfiannor dan Kartika (dalam Zonya & Sano, 2019) memaparkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi, diantaranya adalah hubungan anak dengan orang tua, jenis kelamin dan umur, serta hubungan interpersonal. Perbedaan antara ketiga partisipan paling terlihat dalam menyelesaikan permasalahan dan mencari alternatif solusi.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan latar belakang, wawancara, dan observasi maka diperoleh hasil analisis bahwasanya regulasi emosi ibu dengan anak disleksia melalui proses yang tidak mudah. Ketiga partisipan melewati tiga proses regulasi emosi yaitu *emotion monitoring*, *emotion evaluating*, dan *emotion modification*. Regulasi emosi ibu dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu waktu dan usia, *attachment* ibu dengan anak, dan hubungan interpersonal ibu dengan keluarga inti atau orang lain.

Emosi yang akan dikeluarkan dalam sebuah situasi dan menentukan situasi seperti apa yang dapat diterima oleh individu; mengubah situasi yang akan menimbulkan emosi negatif mengalihkan perhatian pada situasi tertentu; merubah persepsi individu pada situasi tertentu yang nantinya akan berpengaruh pada emosi mereka; dan melakukan pengaturan respon perilaku ekspresi pada emosi yang muncul, adalah strategi regulasi emosi yang digunakan pada partisipan penelitian ini. Pada akhirnya seiring waktu berjalan partisipan dapat menerima kondisi anak, meyakini bahwa ini merupakan takdir Tuhan, dan dapat mengontrol emosi untuk tidak menyakiti anak.

Saran

Anak dengan tumbuh kembang yang berbeda dengan anak pada umumnya tentu bukan suatu hal yang mudah. Banyak tantangan, cobaan, dan perdebatan yang mengiringi. Ibu dengan anak disleksia disarankan untuk dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai sebuah alternatif agar bisa menerima kondisi anak. Bahwasanya tidak ada anak yang bisa memilih ia terlahir seperti apa. Jika kondisi memang tidak bisa dipaksa untuk menerima keadaan, maka dapat menghubungi profesional seperti psikolog atau psikiater untuk mendapat bantuan.

Kepada para peneliti lainnya yang tertarik dengan topik seperti penelitian ini diharapkan dapat melakukan penelitian secara mendalam mengenai pola asuh ibu, kondisi ekonomi ibu, atau hal-hal yang dapat memberikan pengaruh kepada regulasi emosi ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Alias, N. A., Dahlan, A., & Ibrahim, S. A. S. (2015). Mothers' experiences of parenting a child with dyslexia at a dyslexia centre in Malaysia. *Jurnal Teknologi*, 77(33). <https://doi.org/https://doi.org/10.11113/jt.v77.6996>
- American Psychiatric Association. (2013). *American Psychiatric Association: Diagnostic and statistical manual of mental disorders fifth edition*.
- Creswell, J. (2012). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage

- Publication.
- Creswell, J. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Pustaka Belajar.
- David, A. O. (2015). *Emotion-regulation in parents: Process, affective and behavioral effect*. <https://libgen.is/book/index.php?md5=395B4F9A5F23479714A4FC2E2889DEEB>
- Gross, J. (2013). *Handbook of emotion regulation*. The Guilford Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Hasan, M., Harahap, K., & Hasanah, U. (2021). *Landasan Pendidikan* (1st ed.). Tahta Media Group.
- Ikasari, A., & Kristiana, I. F. (2018). Hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak cerebral palsy. *Jurnal Empati*, 6(4), 323–328. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/20101>
- Indonesia, A. D. (2019). *What is dyslexia?* <https://asosiasidisleksiaindonesia.com/about/what.php>
- Isa, S. N. I., Ishak, I., Ab Rahman, A., Mohd Saat, N. Z., Che Din, N., Lubis, S. H., & Mohd Ismail, M. F. (2017). Perceived stress and coping styles among Malay caregivers of children with learning disabilities in Kelantan. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 24(1). <https://doi.org/10.21315/mjms2017.24.1.9>
- UU Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003, (2003).
- Kusdiyati, S., & Fahmi, I. (2019). *Observasi psikologi*. Rosda.
- Maulida. (2020). Teknik Pengumpulan data dalam metodologi penelitian. *Jurnal Ilmiah Islam Dan Sosial*, 21(2). <http://ojs.iaidarussalam.ac.id/index.php/darussalam/article/view/39>
- Megreya, A. M., Al-Attiyah, A. A., Moustafa, A. A., & Hassanein, E. E. (2020). Cognitive emotion regulation strategies, anxiety, and depression in mothers of children with or without neurodevelopmental disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 76. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101600>
- Miranda, D. (2013). Strategi coping dan kelelahan emosional (emotional exhaustion) pada ibu yang memiliki ABK. *EJournal Psikologi*, 1(2). <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo>
- Nalavany, B. A., Carawan, L. W., & Sauber, S. (2015). Adults with dyslexia, an invisible disability: The mediational role of concealment on perceived family support and self-esteem. *British Journal of Social Work*, 45(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/bjsw/bct152>
- Paracchini, S., Diaz, R., & Stein, J. (2016). Advances in dyslexia genetics—New insights into the role of brain asymmetries. *Advances in Genetics*, 96(5). <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/bs.adgen.2016.08.003>
- Rauf, A., Amira, A., Ismail, M. A., Balakrishnan, V., & Haruna, K. (2018). Dyslexic children: The need for parents awareness. *Journal of Education and Human Development*, 7(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.15640/jehd.v7n2a12>
- Reid, G. (2011). *Dyslexia: A complete guide for parents and those who help them* (2nd ed.). Wiley-Blackwel. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781119970897>
- Sako, E. (2016). The emotional and social effects of dyslexia. *European Journal of Interdisciplinary Studies*, 4(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.26417/ejis.v4i2.p233-241>
- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B., & Zechmeister, J. S. (2012). *Research Methods in Psychology* (9th ed.). McGraw Hill Higher Education.
- Sperry, L., Carlson, J., Sauerheber, J. D., & Sperry, J. (2014). *Psychopathology and psychotherapy: DSM-5 diagnosis, case conceptualization, and treatment*. <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9780203772287>
- Stake, R. (2005). *Qualitative case studies* (Denzin & Lincoln (eds.)). Sage Publication Ltd.
- Thompson, M. J., Carlson, D. S., Kacmar, K. M., & Vogel, R. M. (2020). The cost of being ignored: Emotional exhaustion in the work and family domains. *Journal of Applied Psychology*, 105(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/apl0000433>
- Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: Two sides of the developing coin. In *SAGE Publications*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1754073910380969>
- Urry, H., & Gross, J. (2010). Emotion regulation in older age. *Current Directions in Psychological Science*, 19(6), 352–357. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0963721410388395>
- Wahidayanti, S. (2020). Regulasi emosi orang tua yang mempunyai anak autisme di pusat layanan autisme kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Mandala*, 4(1).
- Wright, T. A., & Cropanzano, R. (1998). Emotional exhaustion as a predictor of job performance and voluntary turnover. *Journal of Applied Psychology*, 83(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0021-9010.83.3.486>
- Wulandari, L., Suganda, V., Prameidita, U., Niswara, F., Fauziyah, Y., Juwita, S., Puspasari, D., Dewi, K., & Solek, P. (2019). *Descriptive study: Subjective well-being of mother with dyslexia children who underwent therapy during April – June 2019 at Indigrow Child Development Center*. <https://asosiasidisleksiaindonesia.com/research/research.php?halaman=res-3>
- Wydell, T., & Pollack, L. (2012). *Dyslexia - a comprehensive and international approach*. <https://doi.org/https://doi.org/10.5772/1181>

Zonya, O. L., & Sano, A. (2019). Differences in the emotional regulation of male and female students. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/00128kons2019>