

## PERAN SOCIAL EMOTIONAL LEARNING DALAM PENGEMBANGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI PESERTA DIDIK AUTIS

**Vierina Ragil Setya Romanti**

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[vierina.20031@mhs.unesa.ac.id](mailto:vierina.20031@mhs.unesa.ac.id)

**Budiyanto**

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[budiyanto@unesa.ac.id](mailto:budiyanto@unesa.ac.id)

### Abstrak

Regulasi emosi bermanfaat dalam kehidupan jangka panjang seseorang karena berkaitan dengan kemampuan untuk mengatur emosi seperti mengenali, mengelola, dan mengarahkan emosi secara efektif. Peserta didik autis mengalami kesulitan dalam meregulasinya, sehingga *Social Emotional Learning* (SEL) menjadi intervensi yang digunakan untuk pengembangan kemampuan regulasi emosi karena. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan peran *Social Emotional Learning* dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis di SIS South Jakarta dengan pendekatan kualitatif dan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis interaktif meliputi pengumpulan data, kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Uji keabsahan data menggunakan triangulasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Social Emotional Learning* menggunakan pedoman CASEL, strategi PATH, RC Approach, dan RULER serta penggunaan media Canva, Power Point, Google Slide, YouTube, Twinkl, dan juga *e-book*. Hambatan peserta didik autis yang ditemukan meliputi hambatan perilaku, emosional, dan hambatan internal. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa *Social Emotional Learning* bermanfaat dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa *Social Emotional Learning* (SEL) bermanfaat pada perkembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis dengan memberikan pengenalan emosi dan teknik untuk meredakan emosi dan juga bermanfaat pada perkembangan kesadaran diri, keterampilan sosial, penyelesaian masalah, pengambilan keputusan yang bijak, dan juga pengelolaan emosi.

**Kata kunci:** *social emotional learning*, regulasi emosi, autis.

### Abstract

*Emotion regulation is beneficial in a person's long-term life because it is related to the ability to regulate emotions such as recognizing, managing, and directing emotions effectively. Autistic learners have difficulty in regulating their emotions, so Social Emotional Learning (SEL) is an intervention used to develop emotion regulation skills because. The study aims to describe the role of Social Emotional Learning in developing the emotion regulation skills of autistic students at SIS South Jakarta with a qualitative approach and case study method. Data were collected through interviews, observation and documentation. Data analysis uses interactive analysis including data collection, data condensation, data presentation, and conclusion drawing. Test data validity using data triangulation. The results showed that the implementation of Social Emotional Learning uses CASEL guidelines, PATH, RC Approach, and RULER strategies as well as the use of Canva, Power Point, Google Slides, YouTube, Twinkl, and e-books. The barriers found include behavioral, emotional, and internal barriers. The results of this study also show that Social Emotional Learning is useful in developing the emotion regulation skills of autistic learners. The implication of this research shows that Social Emotional Learning (SEL) is beneficial in the development of autistic learners' emotion regulation skills by providing an introduction to emotions and techniques to relieve emotions.*

**Keywords:** *social emotional learning, emotion regulation, autistic.*

### PENDAHULUAN

Regulasi emosi bermanfaat untuk memodulasi emosi dan cara berpikir seseorang (Güss, 2023).

Regulasi emosi dapat didefinisikan sebagai sebuah keterampilan dalam mengontrol, mengevaluasi, dan memodifikasi suatu emosi untuk mencapai sebuah tujuan (Gross, 2013). Emosi adalah sebuah reaksi dari

## Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

suatu perasaan yang dominan akan berdampak pada perilaku seseorang dengan adanya reaksi yang ditimbulkan dan reaksi tersebut akan berhubungan dengan aktivitas pada hidup seseorang (Sukatin dkk., 2020). Regulasi emosi muncul dari berbagai teori psikologi yang berfokus pada cara individu dalam mengelola atau mengatur respon emosional mereka terhadap suatu situasi atau stimulus. Individu yang memiliki kemampuan dalam meregulasi emosi dinilai dapat mengendalikan emosinya dengan baik yang mana hal ini berkaitan baik dengan diri sendiri maupun orang lain. [Thompson & Meyer \(2007\)](#) menyatakan bahwa regulasi emosi mencakup pada bagaimana cara seseorang dalam mengatur dan mengevaluasi emosinya dengan baik serta memodifikasi emosi negatif yang muncul. Regulasi emosi dapat dikatakan dengan bagaimana cara seseorang untuk mengatur intensitas dan ekspresi terhadap emosinya agar tidak merugikan diri sendiri ataupun orang lain ([Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019](#)). Secara umum, regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu dalam mengenali, mengelola, dan mengarahkan respon emosionalnya secara efektif yang melibatkan adanya keterampilan dalam memahami, menerima, dan mengatasi emosi secara positif, baik dalam lingkup personal ataupun sosial. Dalam penerapannya, emosi yang harus diutamakan dalam regulasi emosi yaitu jenis emosi yang bersifat emosi ([Jones et al., 2008](#)).

Keterampilan regulasi emosi bagi peserta didik autisme merupakan sebuah keterampilan yang sangat kompleks untuk dikuasai secara utuh ([Lim, 2019](#)). Dalam sebuah penelitian dikatakan bahwa peserta didik autisme secara signifikan memiliki kemampuan regulasi emosi yang lemah ([Brak, 2014](#)). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa peserta didik autisme menunjukkan adanya pemikiran yang irasional dan memiliki disfungsi emosi yang disertai dengan adanya perilaku yang maladaptif ([Cibralic, 2019](#)). Peserta didik autisme memiliki hambatan dalam memahami dan mengungkapkan emosi dikarenakan karakteristiknya yang cenderung kaku dalam berpikir dan bertingkah laku, adanya kendala dalam memproses suatu informasi, serta adanya hambatan dalam berkomunikasi. Individu autisme memiliki perbedaan struktur otak jika dibandingkan dengan individu non-autisme karena mereka sistem limbik pada otak mereka tidak berperan secara baik sehingga pengolahan emosi dan memori tidak berjalan sebagaimana mestinya ([Hidayah dkk., 2019](#)). Peserta didik autisme terkadang tertawa tanpa sebab yang jelas, menangis histeris, mudah marah dan tersinggung, serta melukai dirinya sendiri dengan cara memukuli diri ([Langaru dkk., 2023](#)). Dengan adanya hal tersebut, peserta didik autisme biasanya membutuhkan adanya bantuan atau program

khusus yang diberikan dalam lingkup sekolah untuk meningkatkan keterampilan sosial-emosionalnya ([Dale et al., 2022](#)).

Seiring dengan berkembangnya paradigma dalam pendidikan, intervensi yang berlandaskan *evidence-based practice* yang dapat diterapkan untuk mengembangkan keterampilan sosial-emosional peserta didik autisme juga semakin bertambah. Salah satu intervensi yang menggunakan *evidence-based practice* untuk mengembangkan kemampuan sosial-emosional yaitu *Social Emotional Learning* atau yang biasa dikenal dengan sebutan SEL. *Social Emotional Learning* (SEL) muncul dari teori kecerdasan emosional yang digambarkan sebagai suatu perangkat keterampilan mengenai kompetensi emosional termasuk kesadaran diri emosional, pengaturan diri, kesadaran sosial, dan kemampuan mengatur emosi ([Goleman, 2005](#)). SEL didefinisikan sebagai sebuah proses yang dilalui oleh anak-anak untuk memperoleh dan menerapkan pengetahuan, sikap, serta keterampilannya dalam memahami dan mengelola emosi, membuat dan mencapai target hidup, merasakan dan menunjukkan empati kepada orang lain, membuat dan mempertahankan hubungan positif, serta membuat keputusan ([Alexander & Vermette, 2019](#)). Secara umum, *Social Emotional Learning* (SEL) dapat diartikan sebagai sebuah pembelajaran yang di dalamnya terkandung sebuah proses pembentukan diri, mengontrol diri, dan bagaimana menjalin hubungan dengan orang lain.

Dengan demikian, program *Social Emotional Learning* (SEL) mampu mengembangkan kompetensi dasar yang dibutuhkan oleh anak-anak untuk membantunya berkembang. *Social Emotional Learning* (SEL) merupakan salah satu strategi *evidence-based practice* yang menjadi elemen penting dalam pendidikan, mulai dari pendidikan pra-sekolah sampai dengan sekolah menengah. *Social Emotional Learning* (SEL) merupakan sebuah program yang berfokus pada aktivitas pembelajaran eksplisit dalam mengajarkan keterampilan sosial dan juga pengembangan kompetensi emosional. *Social Emotional Learning* (SEL) juga menerapkan pendekatan pembelajaran aktif yang membuat peserta didik mendapatkan lebih banyak pengalaman mengenai keterampilan sosial-emosional dari berbagai konteks yang mampu membantunya untuk meningkatkan perilaku mereka serta akan bermanfaat pada proses berpikir ([Damodaran et al., 2022](#)). SEL akan berdampak positif bagi anak-anak karena SEL menargetkan keterampilan yang memang dibutuhkan dalam perkembangan sosial-emosional, khususnya anak dengan spektrum autisme ([Dale et al., 2022](#)).

# Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

Sebagian besar peserta didik autis memiliki permasalahan untuk mengidentifikasi jenis emosi, baik pada dirinya ataupun orang lain. Keterampilan yang spesifik dalam *Social Emotional Learning* (SEL) terbagi menjadi kompetensi sosial dan emosional. Sekolah yang menerapkan *Social Emotional Learning* (SEL) dipandang sebagai cara yang menjanjikan untuk meningkatkan kesejahteraan perilaku dan emosional peserta didik dan mencegah permasalahan pada kenakalan remaja (Durlak et al., 2011). Pelaksanaan intervensi yang bertujuan untuk pengembangan kemampuan regulasi emosi bagi peserta didik autis dapat melalui proses yang cukup rumit. Hal tersebut dikarenakan adanya perbedaan keterampilan awal atau *baseline* yang dimiliki oleh setiap peserta didik autis, baik secara perilaku ataupun keterampilan emosionalnya (Mazefsky et al., 2023). Hal utama yang perlu diperhatikan dalam menerapkan intervensi bagi peserta didik autis yaitu dengan melakukan tahap skrining untuk mengidentifikasi permasalahan utama sehingga dapat dipetakan intervensi yang menjadi prioritas bagi anak tersebut (Beck et al., 2020).

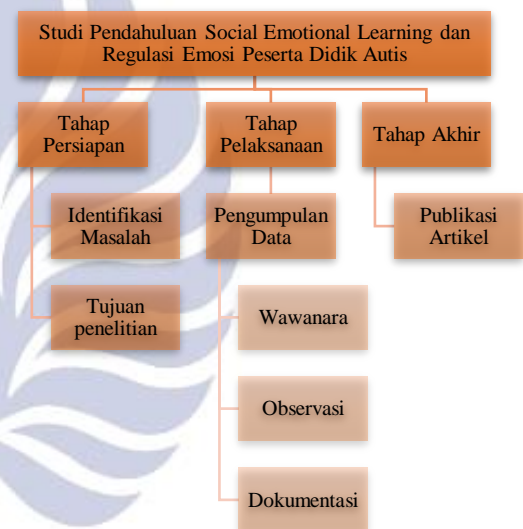
Dale et al., (2022) mengenai pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) bagi peserta didik autis yang menunjukkan hasil bahwa pembelajaran tersebut mampu mereduksi perilaku maladaptif pada peserta didik tersebut dengan menggunakan *Individual Educational Program* (IEP). Dalam penelitian tersebut dikatakan bahwa peserta didik autis yang menjadi subjek penelitian memiliki perilaku sering memukul dan mencubit orang lain serta memiliki interaksi sosial yang kurang baik. Setelah diterapkan *Social Emotional Learning* (SEL) selama enam bulan berturut-turut pada akhirnya perilaku tersebut dapat direduksi dan keterampilan interaksi sosialnya pun meningkat yang ditunjukkan dengan adanya perilaku imitasi terhadap teman sebayanya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu pada pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) yang dilaksanakan dengan pembelajaran klasikal menggunakan *lesson plan* yang meliputi pembelajaran pengenalan ekspresi wajah, mengidentifikasi penyebab munculnya emosi, teknik pernafasan *smelling and blowing* untuk meredakan emosi, sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan *Individual Educational Program* (IEP). Selain itu, terdapat pula perbedaan media yang digunakan, pada penelitian ini media yang digunakan yaitu *twinkl*, slide gambar, dan video kartun animasi hewan mengenai pertemanan dan pengenalan emosi.

Tujuan dari penelitian ini yaitu: 1) mendeskripsikan penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis di SIS *South Jakarta*; 2) mendeskripsikan hambatan pada penerapan *Social*

*Emotional Learning* (SEL) dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis di SIS *South Jakarta*; 3) mendeskripsikan hasil dari pelaksanaan *Social Emotional Learning* (SEL) dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis di SIS *South Jakarta*.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Metode kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah (Sugiyono, 2018). Penelitian dilakukan di SIS *South Jakarta* yang berlokasi di Jl. Bona Vista Raya, Kec. Cilandak, Kota Jakarta Selatan. Subjek penelitian ini yaitu peserta didik autis kelas 1 jenjang *Primary* atau Sekolah Dasar (SD). Penelitian dilakukan secara terstruktur melalui tahap-tahap yang disajikan dalam bagan alir sebagai berikut:



Bagan 1. Alur Pelaksanaan Penelitian

Kisi-kisi instrumen penelitian digambarkan dalam diagram berikut.



Gambar 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

# Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Instrumen wawancara yang digunakan meliputi 3 aspek, yaitu penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) yang indikatornya mencakup: 1) mendeskripsikan pedoman pelaksanaan *Social Emotional Learning* (SEL); 2) mendeskripsikan bentuk *lesson plan*/rencana pembelajaran yang digunakan; 3) mendeskripsikan strategi pembelajaran yang digunakan; 4) mendeskripsikan media pembelajaran yang digunakan; 5) mendeskripsikan target pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL); 6) mendeskripsikan bentuk penerapan *Social Emotional Learning* (SEL), hambatan dalam penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) indikatornya mencakup: 1) mendeskripsikan hambatan yang dihadapi; 2) mendeskripsikan faktor penyebab munculnya hambatan, hasil dari penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) indikatornya yaitu mendeskripsikan perkembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autisme berdasarkan target pembelajaran.

Instrumen observasi yang digunakan juga mencakup 3 indikator, yaitu: 1) mengamati proses pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL); 2) mengamati hambatan yang ada dalam pelaksanaan *Social Emotional Learning* (SEL); 3) mengamati kemampuan regulasi emosi peserta didik autisme berdasarkan target pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL).

Data yang didokumentasikan disajikan dalam bagan sebagai berikut:



Bagan 2. Data yang didokumentasikan

Instrumen wawancara digunakan untuk mencatat bentuk pelaksanaan, hambatan, serta hasil dari program pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autisme dalam *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS *South Jakarta*. Sedangkan instrumen dokumentasi digunakan untuk mencatat hasil dari pelaksanaan program pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autisme dalam *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS *South Jakarta*.

Teknik analisis data yang digunakan yaitu model interaktif Miles, Huberman, dan Saldana (2014) dengan proses kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Proses analisis dengan model ini memiliki fokus mendalam terhadap pemahaman dalam konteks dan kompleksitas data kualitatif yang dapat

membangun pemahaman teoritis yang lebih kuat dari penelitian yang dilakukan.

Teknik pengujian keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi data yang mencakup triangulasi teknik, sumber, dan waktu. Uji keabsahan data pada penelitian kualitatif mengacu pada sebuah pembuktian atau validasi dari data-data yang ditemukan di lapangan (Sugiyono, 2019).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS *South Jakarta* bermanfaat bagi perkembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autisme. Pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) tersebut diterapkan dengan menggunakan pedoman *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL). Pedoman tersebut memiliki 5 kompetensi utama, yaitu *self-awareness* (kesadaran diri), *self-management* (manajemen diri), *social awareness* (kesadaran sosial), *relationship skills* (keterampilan membangun dan mempertahankan hubungan), dan *responsible decision-making* (pembuatan keputusan yang bertanggungjawab). Pedoman *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL) tersebut baru diterapkan selama 1 tahun belakang.

*Lesson plan*/rancangan pembelajaran pada kelas *Primary 1A* berisikan mengenai perkembangan keterampilan awal dengan cara mengidentifikasi dan mencoba beberapa keterampilan sederhana. Contohnya yaitu dengan mengenal suatu emosi dari ekspresi wajah pada gambar atau secara langsung dari wajah orang lain dan teman sebaya, mengidentifikasi penyebab dari suatu emosi tersebut, serta meregulasi emosinya. *Lesson plan* yang digunakan yaitu *lesson plan* klasikal, dengan alasan karena peserta didik autisme dirasa mampu untuk mengikuti pembelajaran secara klasikal dan tidak memiliki hambatan secara akademik. Dengan penerapan *Individual Education Program* (IEP) tersebut dikatakan bahwa penerapan program *Social Emotional Learning* (SEL) dapat lebih spesifik pada kebutuhan anak dan juga memiliki target yang pasti. Hal ini menjadi perbedaan yang kontras dengan pelaksanaan *Social Emotional Learning* (SEL) yang ada di SIS *South Jakarta*. *Lesson plan* yang digunakan pada kelas *Primary 1A* telah memenuhi kebutuhan dari peserta didik autisme dalam aspek kemampuan regulasi emosinya. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, konselor memberikan *support* atau bantuan kepada peserta didik autisme agar ia dapat melaksanakan kegiatan pembelajaran secara langsung. *Support* yang diberikan yaitu berupa penyederhanaan bahasa yang disampaikan dengan menggunakan *open ended question* dan juga

## Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

melibatkan secara langsung peserta didik autis dalam kegiatan diskusi dengan pertanyaan yang sederhana atau hanya mengulang pertanyaan yang sebelumnya telah dilontarkan kepada teman sebayanya.

*Social Emotional Learning* (SEL) di SIS South Jakarta diterapkan dengan menggunakan strategi penerapan *Promoting Alternative Thinking Strategy* (PATH), *Responsive Classroom Approach* (RC Approach), *Recognizing, Understanding, Labeling, Expressing, and Regulating* (RULER) yang disalurkan dalam strategi pembelajaran *study case*, *project based learning*, *active learning*, dan *technology based learning*. *Promoting Alternative Thinking Strategy* (PATH) merupakan sebuah strategi penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) yang bertujuan meningkatkan kompensasi sosial-emosional dengan konsep *Affective, Behavioral, Cognitive, Dynamic* (ABCD). Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, ditemukan bahwa konsep *Affective, Behavioral, Cognitive, Dynamic* (ABCD) tersebut dilaksanakan dengan tahapan: 1) pengenalan konteks yang akan dibahas; 2) pembiasaan; 3) pencapaian tujuan ABCD. *Responsive Classroom Approach* merupakan sebuah strategi yang pelaksanaannya dilakukan dengan tahapan: 1) orientasi masalah sosial-emosional; 2) berdiskusi dengan maksud mencari solusi dari permasalahan yang diberikan; 3) guru memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk menyampaikan pendapatnya. Sedangkan *Understanding, Labeling, Expressing, and Regulating* (RULER) merupakan sebuah strategi yang pelaksanaannya dilakukan dengan: 1) peserta didik diminta untuk mengidentifikasi suatu hal yang berkaitan dengan sosial-emosional; 2) peserta didik diajak untuk memahami alasan terjadinya suatu perasaan dalam diri seseorang; 3) peserta didik diminta untuk melabeli ekspresi seseorang dengan perasaan yang sedang dirasakan; 4) peserta didik diminta untuk mengekspresikan mengenai apa yang sedang ia rasakan; 5) peserta didik diberikan keterampilan untuk mengatur perasaan yang timbul dalam dirinya, agar ia mampu mengekspresikannya dengan tepat. Temuan tersebut disampaikan pada proses pelaksanaan wawancara yang dilakukan.

Strategi pembelajaran tersebut didukung dengan adanya penggunaan media pembelajaran digital berupa Canva, Power Point, Google Slide, YouTube, Twinkl, dan juga *e-book*. Media-media pembelajaran tersebut digunakan untuk memenuhi strategi pembelajaran berbasis digital yang diterapkan di SIS South Jakarta. Selain itu, media tersebut juga digunakan karena mampu untuk memenuhi kegiatan pembelajaran yang aktif karena media pembelajaran tersebut diatur dengan

menerapkan unsur pembelajaran yang aktif dan komunikatif.

Sesuai dengan pedoman *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL) yang digunakan, *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS South Jakarta menerapkan adanya unsur *sequence, active, focused, and explicit* (SAFE). Penerapan unsur *sequence, active, focused, and explicit* (SAFE) dalam pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) tersebut diterapkan sebagai berikut: 1) *sequenced* ditunjukkan dengan adanya pembelajaran yang dimulai dari kegiatan pembuka sampai penutup, dimulai dari penerapan *morning routine, relaxation time*, apersepsi, kegiatan inti, pemberian tugas, diskusi, dan penutup; 2) *active* ditunjukkan dengan adanya interaksi antara konselor dengan peserta didik atau peserta didik dengan peserta didik lainnya; 3) *focused* ditunjukkan dengan pembelajaran yang berfokus pada salah satu aspek di setiap pertemuannya dan dibahas secara mendalam; 4) *explicit* ditunjukkan dengan penyampaian komponen yang dipelajari secara eksplisit atau langsung kepada peserta didik dengan bantuan media-media pembelajaran yang digunakan. Secara singkat, SEL di SIS South Jakarta menerapkan pembelajaran yang berurutan dan terkoordinasi, menekankan pada keaktifan peserta didik di dalamnya, terfokus pada penerapan keterampilan sosial-emosional, dan dijelaskan secara eksplisit.

Hambatan yang dihadapi pada proses pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik dengan spektrum autisme yaitu hambatan dari perilaku peserta didik autis itu sendiri yang mana ia menunjukkan adanya perilaku kurang adaptif yang dikarenakan oleh hambatan dalam meregulasi emosi itu sendiri. Hambatan tersebut yaitu seperti berteriak, menangis, marah, berlarian di koridor sekolah, berguling-guling, berlari keluar kelas, bahkan memukul teman sebayanya. Reaksi yang dimunculkan tersebut merupakan bentuk komunikasinya yang karena peserta didik autis belum mampu untuk mengungkapkannya secara verbal. Selain itu, peserta didik autis juga kurang mampu untuk mengontrol emosinya sehingga reaksi yang ditimbulkan merupakan reaksi yang negatif, bahkan membahayakan dirinya sendiri dan orang lain. Peserta didik autis menunjukkan respon tersebut dikarenakan hal-hal eksternal yang mampu menggangukannya, dapat berupa karena ia tidak menyukai suatu hal dan adanya hambatan dalam memberikan informasi kepada orang lain. Selain itu, terdapat pula tantangan mengenai pengimplementasian program SEL di SIS South Jakarta itu sendiri, yang mana SIS South Jakarta masih dalam proses perkembangan untuk menerapkan program *Social*

## Peran *Social Emotional Learning* dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

*Emotional Learning* (SEL) itu sendiri menjadi sebuah pendekatan yang menyeluruh di dalam sekolah atau *whole school approach*. Berdasarkan CASEL atau *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning*, sepatutnya SEL diterapkan dalam lingkungan sekolah secara keseluruhan dan melibatkan seluruh pihak terkait yang ada di sekolah. Di SIS *South Jakarta*, saat ini pelaksanaan program *Social Emotional Learning* (SEL) masih terbatas pada pelaksanaan sebagai subjek pembelajaran saja dan diterapkan oleh beberapa *homeroom teacher* dalam kegiatan *homeroom time* atau kegiatan dimana *homeroom teacher* melakukan aktivitas *morning routine* dengan berdiskusi, bercerita, atau membahas suatu hal di kelas. Tantangan tersebut pada akhirnya mampu untuk membatasi ruang gerak dan hasil atau *output* dari *Social Emotional Learning* (SEL) yang diterapkan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, konselor menganggap hal tersebut disebabkan karena *Social Emotional Learning* (SEL) merupakan sebuah wajah baru yang diterapkan di SIS *South Jakarta*, sehingga jika dilihat secara formal, *Social Emotional Learning* (SEL) belum terlaksana secara optimal dan menyeluruh. Hanya terdapat beberapa *homeroom teacher* saja yang menerapkan *Social Emotional Learning* (SEL) dalam bagian dari kegiatan pembelajaran di dalam kelas.

Hasil dari pelaksanaan program *Social Emotional Learning* (SEL) dalam pengembangan kemampuan regulasi peserta didik autis menunjukkan bahwa program tersebut mampu untuk memberikan dampak yang positif karena peserta didik autis memiliki peningkatan dalam mengenali emosinya, menyampaikan emosi yang sedang dirasakan dengan *prompting* berupa *open ended question*, serta meregulasi emosinya dengan menggunakan teknik penerapan *smelling and blowing*. Keterampilan-keterampilan tersebut masih memerlukan adanya *prompting* atau bantuan karena peserta didik K masih belum mampu melakukannya secara mandiri. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan bersama dengan konselor dan *homeroom teacher*, program *Social Emotional Learning* (SEL) dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis memang masih memerlukan banyak pengembangan program dan juga penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) dalam konsep *whole school approach* masih perlu ditingkatkan kembali agar *Social Emotional Learning* (SEL) dapat diterapkan secara lebih meluas dan keterampilan yang dikuasai oleh peserta didik dapat lebih matang dan mendalam.

### Pembahasan

Penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS *South Jakarta* bermanfaat bagi perkembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis. Hasil dari analisis data ditemukan bahwa *Social Emotional Learning* (SEL) bermanfaat bagi perkembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis. SIS *South Jakarta* menerapkan pedoman *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL) bagi pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) yang dilaksanakan. Hasil dari penelitian ditemukan bahwa SIS *South Jakarta* telah menerapkan unsur-unsur yang ada di dalam pedoman tersebut. Sesuai dengan *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL), SIS *South Jakarta* menerapkan lima kompetensi yang menjadi fokus utama pembelajarannya, yaitu *self-awareness*, *social awareness*, *self-management*, *relationship skills*, dan *responsible decision-making*. Pengimplementasian *Social Emotional Learning* (SEL) di sekolah mampu untuk mendukung perkembangan peserta didik secara lebih baik mengenai keterampilan sosial-emosional (Mahoney et al., 2021). Pendekatan dalam *Social Emotional Learning* (SEL) menjadi bagian yang penting dalam pendidikan karena *Social Emotional Learning* (SEL) mempertimbangkan kebutuhan dari peserta didik, terkhusus bagi peserta didik yang memiliki kebutuhan atau bantuan khusus dalam aspek sosial, emosional, dan perilaku (Cressey, 2019).

Dengan diterapkannya *Social Emotional Learning* (SEL) di dalam ekosistem pembelajaran tidak hanya bermanfaat pada aktivitas belajar peserta didik, tetapi juga memberikan dampak positif dalam perkembangan yang holistik (Jagers et al., 2019).

Penerapan pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS *South Jakarta* menggunakan *lesson plan*/rencana pembelajaran klasikal. Hal tersebut berbeda dengan penerapan *Social Emotional Learning* yang dilaksanakan dalam penelitian Dale et al., (2020) yang dilaksanakan dengan menggunakan *Individualized Education Program* (IEP) yang dikatakan bahwa dengan adanya penerapan program individual tersebut hasil yang didapatkan dari penerapan *Social Emotional Learning* (SEL) dapat lebih spesifik. Hal ini menjadi perbedaan yang kontras dengan pelaksanaan SEL yang ada di SIS *South Jakarta*. Walaupun demikian, *lesson plan* ataupun rencana pembelajaran yang digunakan pada kelas *Primary 1A* telah memenuhi kebutuhan dari peserta didik autis dalam aspek kemampuan regulasi emosi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan pembelajaran *Social Emotional Learning* (SEL) mengenai kemampuan regulasi emosi diawali dengan mengidentifikasi emosi melalui ekspresi wajah pada gambar ataupun wajah teman sebaya, mengenali

## Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

penyebab dari munculnya emosi pada diri sendiri atau orang lain, serta bagaimana cara meredakan atau meregulasi emosi negatif yang dirasakan. Pembelajaran tersebut dilakukan dengan menggunakan strategi *Promoting Alternative Thinking Strategy (PATH)*, *Resposive Classroom Approach*, serta *Recognizing, Understanding, Labeling, Expressing, and Regulating (RULER)*. Strategi pembelajaran yang digunakan untuk menerapkan strategi penerapan SEL di dalam kelas yaitu dengan menggunakan strategi pembelajaran *study case*, *project based learning*, *active learning*, dan juga *technology based learning*.

Kegiatan pembelajaran *Social Emotional Learning (SEL)* di kelas *Primary 1A* dilaksanakan dengan menggunakan berbagai media dan teknologi digital. Pengintegrasian media dan teknologi digital dalam pembelajaran *Social Emotional Learning (SEL)* dapat memberikan pengalaman yang baru bagi anak-anak (John, 2023). Selain itu, konselor dan juga *shadow teacher* peserta didik autis memberikan adanya *prompting* atau bantuan kepada peserta didik autis. *Prompting* tersebut diberikan berupa *prompting* fisik, model, verbal, serta pemberian *open ended question*. Beberapa *prompting* tersebut diberikan sesuai dengan situasi, kondisi, dan juga kebutuhan peserta didik autis.

Target dalam pembelajaran *Social Emotional Learning (SEL)* di kelas *Primary 1A* yaitu peserta didik mampu untuk mengidentifikasi emosi melalui *facial expression* atau ekspresi wajah, mengetahui apa penyebab dari suatu emosi yang ia rasakan, serta bagaimana cara mengontrol emosi tersebut dengan cara-cara yang sederhana. Salah satu hal esensial yang ada di dalam *Social Emotional Learning (SEL)* yaitu mengenai mengidentifikasi perasaan dan mengetahui serta mampu untuk melabel perasaan tersebut, menunjukkan perilaku yang positif, mengatur emosi apa yang harus ditunjukkan, serta mengomunikasikan emosi dengan efektif (CASEL, 2003). Untuk mencapai target pembelajaran tersebut, SIS *South Jakarta* menerapkan unsur *sequence*, *active*, *focused*, and *explicit (SAFE)* dalam pembelajarannya. Penerapan unsur tersebut terkandung sebagai berikut: 1) *sequenced* ditunjukkan dengan adanya pembelajaran yang dimulai dari kegiatan pembuka sampai penutup, dimulai dari penerapan *morning routine*, *relaxation time*, apersepsi, kegiatan inti, pemberian tugas, diskusi, dan penutup; 2) *active* ditunjukkan dengan adanya interaksi antara konselor dengan peserta didik atau peserta didik dengan peserta didik lainnya; 3) *focused* ditunjukkan dengan pembelajaran yang berfokus pada salah satu aspek di setiap pertemuannya dan dibahas secara mendalam; 4) *explicit* ditunjukkan dengan penyampaian komponen yang dipelajari secara

eksplisit atau langsung kepada peserta didik dengan bantuan media-media pembelajaran yang digunakan.

Gyurak et al., (2011) menyatakan bahwa kurangnya kemampuan dalam meregulasi emosi dikarenakan individu tidak menyadari adanya modulasi kontrol emosi yang disebabkan oleh adanya rangsangan pada perilaku mereka dan proses regulasi emosi sebagian besar dilakukan di luar kesadaran individu tersebut. Hambatan regulasi emosi dapat berpengaruh pada munculnya stimulasi diri, kurangnya kemampuan dalam mengatur kondisi emosi positif atau negatif, sulit untuk menenangkan diri sendiri, dan bahkan kehilangan kendali atas emosinya sendiri (Roy & Strate, 2023). Pendapat tersebut selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan. Dalam penelitian ditemukan bahwa hambatan yang muncul dalam pelaksanaan pembelajaran *Social Emotional Learning (SEL)* merupakan hambatan emosi, perilaku, dan juga hambatan internal dari SIS *South Jakarta* sendiri. Hambatan emosi dan perilaku yang muncul yaitu seperti berteriak, menangis, marah, berlarian di koridor sekolah, berguling-guling, bahkan memukul teman sebaya. Perilaku tersebut merupakan reaksi yang dimunculkan sebagai bentuk komunikasinya yang karena peserta didik autis belum mampu untuk mengungkapkannya secara verbal. Selain itu, peserta didik autis juga kurang mampu untuk mengontrol emosinya sehingga reaksi yang ditimbulkan merupakan reaksi yang negatif, bahkan membahayakan dirinya sendiri dan orang lain.

Dari berbagai pernyataan mengenai keberhasilan program SEL di berbagai negara, Gardner (2020) menyatakan bahwa masih terdapat potensi kesenjangan dalam pengetahuan dan pemahaman mengenai kebutuhan *Social Emotional Learning (SEL)* bagi peserta didik dengan spektrum autisme. Kesenjangan tersebut menunjukkan bahwa terdapat beberapa guru yang masih belum diberikan adanya pemahaman ataupun pelatihan mengenai manfaat dari program yang berbasis bukti atau *evidence-based*. Pernyataan tersebut merupakan sebuah fenomena yang terjadi di SIS *South Jakarta* yang mana dikatakan oleh konselor bahwa penerapan pedoman *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL)* di SIS *South Jakarta* belum sepenuhnya diterapkan karena *Social Emotional Learning (SEL)* yang dilakukan masih berupa pada program pembelajaran saja dan belum menjadi sebuah program yang menyeluruh di sekolah. Untuk mengembangkan kemampuan sosial-emosional yang maksimal, sekolah dan guru-guru di dalamnya diharapkan mampu untuk membuat lingkungan yang inklusif, suportif, dan memotivasi peserta didik untuk meningkatkan aktivitas belajarnya (Azizi dkk., 2020). Guru perlu turut

# Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

berkontribusi secara aktif untuk mencapai kesuksesan penerapan intervensi berbasis bukti mengenai sosial-emosional bagi peserta didik (Kallitsoglou, 2020). Guru dikatakan sebagai sebuah kunci utama dalam pelaksanaan pembelajaran sosial-emosional karena guru yang kompeten dalam menerapkan keterampilan sosial-emosional dapat memberikan dampak yang positif terhadap perkembangan kemampuan sosial-emosional peserta didiknya (Denham, 2019). *Social Emotional Learning* (SEL) dikatakan sebagai bagian penting dari kurikulum yang dioperasionalkan oleh para guru, karena *Social Emotional Learning* (SEL) merupakan komponen yang krusial dari pendidikan di sekolah (Dyson, 2019).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *Social Emotional Learning* (SEL) bermanfaat bagi perkembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan kemampuan dalam mengenali emosi, menyampaikan emosi yang sedang dirasakan dengan *prompting* berupa *open ended question*, serta meregulasi emosinya dengan menggunakan teknik pernapasan *smelling and blowing*.

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu keterbatasan eksternal mengenai akses komunikasi bersama *shadow teacher*. Selain itu, terdapat keterbatasan mengenai sumber data yang diperlukan karena pihak sekolah maupun konselor belum memiliki data tertulis mengenai perkembangan hasil belajar *Social Emotional Learning* (SEL) dalam aspek regulasi emosi tersebut, sehingga salah satu dokumen yang dibutuhkan dalam penelitian ini tidak dapat diperoleh. Selain itu, keterbatasan dari penelitian ini adalah durasi waktu yang terbatas sehingga analisis yang didapatkan dalam penelitian ini belum begitu mendalam dan komprehensif. Penelitian ini juga tidak memiliki subjek yang dapat dijadikan pembanding dalam wawancara, contohnya seperti rekan sebaya dari peserta didik autis yang berada di kelas *Primary 1A* untuk memberikan pernyataan mengenai apa yang dirasakan selama berada pada satu kelas yang sama bersama dengan peserta didik autis. Solusi yang diberikan yaitu memberikan pilihan waktu yang dapat dilakukan oleh *shadow teacher*. Mengenai keterbatasan sumber data, solusi yang diberikan yaitu membantu konselor dalam mencatat hasil pengamatan atau observasi mengenai perilaku dari peserta didik K yang kemudian catatan tersebut dapat menjadi acuan pada periode pembelajaran selanjutnya.

Implikasi dari penelitian ini yaitu *Social Emotional Learning* (SEL) bermanfaat bagi perkembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik autis yang membantunya dalam mengenali emosi, menyampaikan emosi yang dirasakan, meregulasi

emosinya dengan menggunakan teknik *smelling and blowing*, serta bermanfaat pada perkembangan kesadaran diri, keterampilan sosial, penyelesaian masalah, pengambilan keputusan yang bijak, dan juga pengelolaan stress pada peserta didik autis.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *Social Emotional Learning* (SEL) bermanfaat bagi pengembangan kemampuan regulasi peserta didik dengan spektrum autisme di SIS *South Jakarta*. *Social Emotional Learning* (SEL) berperan penting dalam pengembangan kemampuan regulasi emosi peserta didik dengan spektrum autisme di SIS *South Jakarta*. Peserta didik tersebut sebelumnya memiliki hambatan dalam meregulasi emosinya dan menunjukkan reaksi yang negatif seperti berteriak, menangis, marah, melarikan diri dari dalam kelas, berkeliling di koridor sekolah, berguling-guling, dan memukul orang lain. Implikasi hasil dari penelitian ini yaitu peserta didik autis memiliki kemampuan dalam mengenali emosi, mengenali penyebab dari emosi tersebut, mengomunikasikan emosinya dengan bantuan *open ended question*, serta meredakan emosinya dengan menggunakan teknik pernapasan. Peserta didik autis juga menunjukkan adanya perkembangan kemampuan kesadaran diri, keterampilan sosial, penyelesaian masalah, pengambilan keputusan yang bijak, dan juga pengelolaan stress.

Saran yang diberikan kepada konselor di SIS *South Jakarta*, hendaknya konselor dapat membuat catatan khusus mengenai perkembangan kemampuan sosial-emosional bagi peserta didik autis agar dapat lebih mempermudah proses *monitoring* perkembangan dari peserta didik autis itu sendiri. Bagi SIS *South Jakarta*, guna mendapatkan hasil yang maksimal, *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS *South Jakarta* hendaknya dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan atau pelatihan rutin kepada seluruh guru untuk memperdalam pemahaman konsep *Social Emotional Learning* (SEL), khususnya pemahaman penerapan *Social Emotional Learning* (SEL). Selain itu, *Social Emotional Learning* (SEL) di SIS *South Jakarta* perlu diintegrasikan lebih mendalam pada kurikulum yang digunakan. Selain itu, bagi sekolah inklusi lainnya hendaknya dapat mengintegrasikan *Social Emotional Learning* (SEL) ke dalam seluruh lapisan aspek kurikulum.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alexander, K., & Vermette, P. (2019). Implementing Social and Emotional Learning Standards by Interweaving the Habits of Mind with the CASEL Competencies. *Excelsior: Leadership in Teaching and Learning*, 12 (1).



# Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme

- <https://doi.org/10.14305/jn.19440413.2019.12.1.03>
- Angeliki Kallitsoglou. (2020). Implementation of Evidence-Based Practices for Early Childhood Social Learning: a Viewpoint on the Role of Teacher Attitudes. *Journal of Children's Services*. 15 (2), 62-68. <https://doi.org/10.1108/JCS-04-2019-0022>
- Anita Gardner, M. W. (2020). Social-Emotional Learning for Adolescents on the Autism Spectrum: High School Teachers' Perspectives. *Australian Journal of Special and Inclusive Education*, 3-8. <https://doi.org/10.1017/jsi.2020.13>
- Ben Dyson, D. H. (2019). Teachers' Perspectives of Social and Emotional Learning in Aotearoa New Zealand Primary Schools. *Journal of Research in Innovative Teaching & Learning*, 73-77. <https://doi.org/10.1108/JRIT-02-2019-0024>
- Carla A. Mazefsky, J. H. (2013). The Role of Emotion Regulation in Autism Spectrum Disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 679-680. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.05.006>
- Cressey, J. (2019). Developing Culturally Responsive Social, Emotional, and Behavioral Supports. *Journal of Research in Innovative Teaching & Learning*, 53-55. <https://doi.org/10.1108/JRIT-01-2019-0015>
- Dale, Brittany A.; Rispoli, Kristin; and Ruble, Lisa A. (2022). Social Emotional Learning in Young Children with Autism Spectrum Disorder: Perspectives on Early Childhood. *Psychology and Education: Vol. 6: Iss. 2, Article 12*. <https://doi.org/10.58948/2834-8257.1021>
- Damodaran, D. K., Thayyullathil, R. H., Tom, M., & Sivadas, R. K. (2022). Redefining learning through social-emotional learning: A review. *International Journal of Health Sciences*, 6(S3), 3008-3019. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS3.6250>
- Denham, S. A., & Basset, H. H. (2019). Early Childhood Teachers' Socialization of Children's Emotional Competence. *Early Childhood Teachers' Socialization*. 136-145. <https://doi.org/10.1108/JRIT-01-2019-0007>
- Goleman, D. (2005). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Dell.
- Gross, J. J. (2013). Emotion Regulations: Taking Stock and Moving Forward. *American Psychiatric Association*, 13, 359-365. <https://doi.org/10.1037/a0032135>
- Güss, C. D., & Starker, U. (2023). The Influence of Emotion and Emotion Regulation on Complex Problem-Solving Performance. *Journal System* 2023. 11 (276), 1-3. <https://doi.org/10.3390/system11060276>
- Gyurak, A., Gross, J. J., & Etkin, A. (2011). Explicit and Implicit Emotion Regulation: A Dual-Process Framework. *Journal of Cognition & Emotion*. 25 (3), 400-412. <https://doi.org/10.1080/02699931.2010.0544160>
- Hanum Hasmarlin, H. (2019). Self-Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. 15 (2), 149-150. <http://dx.doi.org/10.24014/>
- Jagers, R. J.-D. (2019). Transformative Social and Emotional Learning (SEL): Toward SEL in the Service of Educational Equity and Excellence. *Educational Psychologist*, 162-184. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1632032>
- John, A., & Bates, S. (2023). Barriers and Facilitators: The Contrasting Roles of Media and Technology in Social-Emotional Learning. *Journal of Social and Emotional Learning: Research, Practice, and Policy*. 2-7. <https://doi.org/10.1016/j.sel.2023.1000022>
- Joseph A. Durlak, R. P. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 406-408. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Kelly B. Beck, C. M. (2020). Assessment and Treatment of Emotion Regulation Impairment in Autism Spectrum Disorder Across the Life Span. *Child Adolesc Psychiatric Clin N Am*. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2020.02.003>
- Lewis, M., Haviland-Jones, J. M., Barret, L. M., (2008). Handbook of Emotions, Third Edition. *The Guilford Press*.
- Lim, J. M. (2019). Emotion Regulation and Intervention in Adults with Autism Spectrum Disorder: a Synthesis of the Literature. *Advances in Autism*, 49-50. <https://doi.org/10.1108/AIA-12-2018-0050>
- Lucy Barnard-Brak, J. I.-H. (2014). Self-Regulation and Social Interaction Skills Among Children with Autism Across Time. *Advances in Mental Health and Intellectual Disabilities*, 271-273. <https://doi.org/10.1108/AMHID-12-2012-0007>
- Mahoney, J. L. (2021). *Systemic Social and Emotional Learning: Promoting Educational Success for All Preschool to High School Students*. American Psychologist.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook, Edition 3*. USA: Sage Publications.
- Nurul Hidayah, S. S. (2019). *Pendidikan Inklusi dan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Samudra Biru.
- Sara Cibralic, J. K. (2019). A Systematic Review of Emotion Regulation in Children with Autism

*Peran Social Emotional Learning dalam Pengembangan Kemampuan Regulasi Emosi Peserta Didik dengan Spektrum Autisme*

- Spectrum Disorder. *Research in Autism Spectrum Disorder*, 2-8. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2019.101422>
- Siti F. Langaru., A. N. (2023). Dinamika Emosi Anak Autis Usia 10 Tahun di SLB Khusus Autis Permata Hati Manado. *Psikopedia*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukatin, N. C. (2020). Analisis Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang*, 77-79. <https://doi.org/10.14421/jga.2020.52-05>
- Thompson, R. A., & Meyer, S. (2007). *Socialization of Emotion Regulation in the Family*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 249–268). The Guilford Press.





**UNESA**

Universitas Negeri Surabaya