

Program Emotional Coaching Menggunakan Tipe Coping Problem Focus Responses dalam Menghadapi Emosi Negatif Anak Intellectual Disability di SLB BC Yatira

by Turnitin Turnitin

Submission date: 16-Nov-2023 09:50AM (UTC+0700)

Submission ID: 2227589772

File name: am_Emotional_Coaching_Menggunakan_Tipe_Coping_Problem_Focus.docx (39.24K)

Word count: 2660

Character count: 16598

5
**Program *Emotional Coaching* Menggunakan Tipe *Coping Problem Focus*
Responses dalam Menghadapi Emosi Negatif Anak *Intellectual Disability* di SLB
BC Yatira**

Devy Sekar Ayu Ningrum, Yuspendi, dan Endeh Azizah

2
Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung

Abstract

The research will be published in a scientific journal of humanity taken from a thesis research. The purpose of this research is to know emotional coaching program for mother to use coping type problem focus responses in facing negative emotion of child intellectual disability at SLB BC Yatira. The sample in this study were 5 mothers who have children Intellectual Disability. This study is an experimental quasi by using one group pre-post test design. Measurements were made by Coping with Children's Emotion Scale (CCNES) from Fabes and colleagues (1990s), who described coping type of problem focus responses. Reliability the measuring used expert. The results showed that there were different types of coping mothers in facing the negative emotional child intellectual disability in SLB BC Yatira before and after given emotional coaching program. The statistical test was done by using Wilcoxon different test with $p = 0,042 < 0.05$. The conclusion of research there are change of coping type used by mother in facing negative emotion child intellectual disability at SLB BC Yatira after given intervention in the form of emotional coaching program. Practical advice for mothers emotional coaching program can be used by mothers to cultivate a sense of empathy and foster closeness with children, so that mothers can be more positive in the face of negative emotions that children show

Keywords: *emotional coaching program, coping type of problem focus responses, negative emotion in child with intellectual disability*

I. Pendahuluan

Setiap orang yang sudah menikah mendambakan hadirnya seorang anak yang lahir secara sehat secara fisik maupun psikis. Namun terkadang harapan yang dimiliki orang tua tidak sesuai dengan kenyataan, dimana anak terlahir dengan berbagai kekurangan atau memiliki keterbatasan fisik dan psikis pada saat baru lahir. Anak yang terlahir dengan keterbatasan fisik dan psikis lebih dikenal sebagai anak berkebutuhan khusus (*special needs*). Salah satu gangguannya adalah tunagrahita atau yang biasa disebut sebagai anak *mental retardation* yang sekarang lebih dikenal dengan *intellectual disability*. *Intellectual disability* adalah istilah yang digunakan untuk menyebut anak yang memiliki intelektual di bawah rata-rata (Soemantri, 2011).

Ketidakmampuan anak *intellectual disability* dalam berbahasa khususnya bahasa verbal membuat anak mengalami kesulitan dalam menyampaikan pikiran, gagasan, kebutuhan dan keinginannya kepada orang lain sehingga orang lain terkadang tidak memahami apa yang diinginkan oleh anak *intellectual disability*. Selain itu, karena keterbatasan intelegensi yang dimiliki membuat anak *intellectual disability* mengalami kesulitan untuk memahami bahasa maupun informasi yang diberikan oleh orang lain. Ketidakmampuan ini juga berdampak luas pada keterampilan membaca, menulis, maupun penyesuaian dari anak *intellectual disability* serta seluruh aspek kehidupan akan menjadi terganggu.

Fenomena seperti ini juga dijumpai pula oleh peneliti di SLB BC Yatira. Berdasarkan hasil wawancara dengan lima ibu yang memiliki anak *intellectual disability*, anak *intellectual disability* kerap kali menunjukkan perilaku seperti berkelahi dengan saudara (kakak atau adik) dan tantrum ketika tidak mendapatkan apa yang diinginkannya. Menurut ibu, anak mereka terkadang tidak mengatakan dengan jelas apa yang inginkannya dan apa yang anak rasakan sehingga terkadang ibu tidak memahami kondisi dan perasaan anak. Keterbatasan komunikasi yang dilakukan oleh anak *intellectual disability* membuat ibu terkadang salah dalam memberikan respon terhadap mereka atau ada beberapa ibu yang mengabaikannya. Ketika ibu tidak memahami dan tidak memberikan apa yang anak inginkan, anak akan marah dan tantrum. Beberapa ibu merasa bersalah ketika anaknya marah dan tantrum ketika ibu tidak memahami apa yang dirasakan anaknya namun ada beberapa ibu yang membiarkan anaknya hingga anak tersebut tenang kembali.

Ibu mengeluhkan bahwa mereka merasa stress ketika anak mereka sedang tantrum dan marah di rumah, tidak jarang mereka juga merasa malu ketika anak mereka tantrum di tempat umum. Pada saat anak mereka tantrum dan marah ibu khususnya ibu merasa stress dan menjadi marah kepada anak-anak mereka. Saat ibu marah anak *intellectual disability* malah semakin tantrum dan marah sehingga sulit ditenangkan dan dikendalikan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada orang ibu didapatkan hasil bahwa tipe *coping problem focus responsess* yang digunakan ibu masih rendah, dimana ibu masih belum memiliki tumbuhnya rasa empati dalam diri ibu ketika anak menunjukkan emosi negatif. Selain itu ibu cenderung bersikap negatif (menghukum anak, memarahi anak, terkadang juga mengabaikan anak) ketika anak menunjukkan emosi negatif. Ibu hanya berfokus pada rasa tidak nyaman yang dialami ibu dan tidak memberikan solusi terhadap masalah-masalah yang sedang dirasakan oleh anak.

Menurut Fabes, Lepnard, Kuppenoff & Martin (2001) ketika orang tua menunjukkan perasaan tidak setuju atau menghukum anak maka emosi negatif yang ada di dalam diri anak akan menjadi semakin intens ditunjukkan dan dapat merusak penyesuaian diri anak di lingkungan. *Coping* orang tua menghadapi emosi negatif anak yaitu bagaimana orang tua merespon perilaku negatif anak, menjadi fokus ditempatkan pada orang tua dalam mengatasi emosi negatif yang ditampilkan anak (Fabes, Leonard, Kuppenoff & Martin, 2001).

Fabes (2001) mengatakan bahwa dua tipe *coping* utama yang dapat digunakan oleh ibu adalah tipe *coping problem focus responses* dan *emotional focus responses*. *Problem focus responses* digunakan ibu dalam mengatasi masalah-masalah emosi negatif yang dirasakan oleh anak. Ibu dengan tipe *coping* ini diharapkan dapat membantu anaknya dalam menyelesaikan masalah-masalah emosi negatif yang dirasakannya. Sikap orang tua yang mengakui dan melegitimasi perasaan tertekan anak dapat mendorong tumbuhnya perkembangan empati dan prososial.

Gottman et, al (dalam Cortell, 2009) mengatakan bahwa pikiran dan perasaan orang tua mengenai emosi yang mereka alami sendiri sama juga dengan perasaan dan pikiran yang ada di dalam diri anak-anak mereka. Gottman (1997) mengatakan bahwa filosofi-filosofi yang berbeda bahwa orang tua bisa memiliki pengaruh terhadap emosi-emosi anak. Untuk membantu anak dalam mengatur emosi anak-anak maka diperlukan adanya “*emotional coaching*”. Menurut Gottman, *emotional coaching* adalah strategi bagi para orang tua yang bisa digunakan untuk anak-anak dan remaja. *Emotional coaching* orang tua tidak hanya merespon emosi anak-anak mereka tetapi juga secara aktif dan ikut berperan nyata dalam mengarahkan pendekatan terhadap emosi-emosi anak dengan membicarakan dengan anak-anak dan bekerja sama membantu anak dalam memecahkan masalah yang sedang dialami anak yang berhubungan dengan emosi pada anak mereka.

Emotional coaching merupakan salah satu teknik yang ditujukan kepada ibu agar ibu dapat bersikap lebih positif terhadap emosi negatif yang anak tunjukkan serta dapat menggunakan tipe *coping problem focus responses* dalam memberikan penyelesaian atau solusi dari emosi negatif yang dirasakan oleh anak.. Cara ibu menyikapi emosi negatif anak dengan memberikan solusi atas emosi negatif yang anak rasakan tanpa menghilangkan emosi negatif yang tersebut. Penerimaan ibu akan ekspresi emosi berhubungan dengan kesadaran akan emosi dan kemampuan untuk berbicara mengenai emosi dan intensitas emosi.

Program *emotional coaching* dianggap bisa membantu ibu mempelajari untuk menilai rentang emosi, seperti kebahagiaan atau kesedihan. Tujuan dari program ini adalah bagaimana ibu bisa menerima merasa nyaman dengan emosi negatif yang anak tunjukkan dan ibu

bersikap lebih positif terhadap emosi negatif yang anak tunjukkan. Pada akhirnya ibu dapat menggunakan tipe coping *problem focus responses* dengan memberikan penyelesaian atau solusi dari emosi negatif yang dirasakan oleh anak.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui “program *emotional coaching* bagi ibu untuk menggunakan tipe coping *problem focus responses* dalam menghadapi emosi negatif anak *intellectual disability* di SLB BC Yatira”.

II. Metode Penelitian

Sampel dari penelitian ini adalah 5 orang ibu yang memiliki anak *mild intellectual disability*. Penentuan *sample* pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dimana sampel diambil dari populasi yang memenuhi karakteristik dari sampel penelitian. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Experimental* dengan desain penelitian *one group pretest – post test*. Desain ini menjelaskan perbedaan dua kondisi yang diberlakukan (Graziano & Raulin, 2000) yaitu sebelum dan setelah intervensi.

Coping with Children's Emotion Scale (CCNES) merupakan alat ukur yang dikembangkan oleh Fabes dan koleganya (1990-an) yang menggambarkan *problem focus responses* dalam menghadapi emosi negatif anak yaitu seberapa sering ibu membantu anak untuk menyelesaikan masalah-masalah yang membuat anak merasa tertekan. Ibu akan diberikan *booklet* berisi 1 lembar identitas, 4 lembar penilaian *coping* ibu. Untuk mengisi lembar penilaian *coping* ibu, ibu diminta untuk memberikan skor dengan melingkari pada angka 1 (sangat tidak sesuai) – 7 (sangat sesuai) pada setiap item kemungkinan merespon situasi sesuai dengan kondisi ibu dalam menghadapi situasi pada setiap pernyataan.

Adapun uji validitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan *content validity* dengan cara meminta pendapat para ahli (*expert*) untuk menilai alat ukur yang digunakan sesuai dengan tujuan pengukuran. Uji reliabilitas menggunakan Uji *Wilcoxon* yang digunakan untuk menganalisis hasil-hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah beda atau tidak.

III. Hasil Penelitian

Dari hasil pengambilan data yang dilakukan dengan uji Uji *Wilcoxon* didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel I. Tabel Uji Statistik Tipe *Coping*

Tipe Coping	Kriteria Uji	Hasil Uji Statistik	Z	Kesimpulan
<i>Problem Focus Responses (PFR)</i>	Tolak H ₀ , jika $p < \alpha$ Terima H ₀ , jika $p > \alpha$ $\alpha = 0,05$	N = 5 $p = 0,042$ $p < \alpha (0,042 < 0,05)$	-2.032	H ₀ ditolak

Berdasarkan hasil pengujian menunjukkan bahwa untuk tipe *Coping Problem Focus Responses (PFR)* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor tipe *coping* yang digunakan ibu sebelum dan setelah diberikan intervensi berupa program *emotional coaching* di SLB BC Yatira.

Tabel II. Perubahan Skor Tipe *Coping Problem Focus Responses Pre Test dan Post Test*

Nama Ibu	Skor Pre Test	Tipe Coping	Skor Post Test	Tipe Coping	Keterangan
YH	38	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Rendah	60	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Tinggi	Terdapat peningkatan Skor
S	46	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Rendah	60	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Tinggi	Terdapat peningkatan Skor
IND	50	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Tinggi	68	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Tinggi	Terdapat peningkatan Skor
AS	45	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Rendah	68	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Tinggi	Terdapat peningkatan Skor
WK	49	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Tinggi	63	<i>Problem Focus Reaction (PFR)</i> Tinggi	Terdapat peningkatan Skor

Berdasarkan tabel diatas dapat didapatkan hasil bahwa ada 3 ibu menunjukkan adanya perubahan derajat tipe *coping problem focus responses* dari postes yang masuk dalam kategori rendah setelah diberikan intervensi *emotional coaching* berubah menjadi tinggi. Namun, terdapat 2 ibu yang pada dasarnya memiliki tipe *coping problem focus responses* dengan kategori yang sudah tinggi, setelah diberikan intervensi *emotional coaching* tetap berada dalam kategori tinggi namun terdapat peningkatan skor dari kedua ibu tersebut.

IV. Pembahasan

Hasil penelitian berdasarkan pengujian statistik di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari skor tipe *coping* yang digunakan ibu dalam menghadapi

emosi negatif anak *mild intellectual disability* di SLB BC Yatira sebelum dan setelah diberikan intervensi program *emotional coaching*.

Berdasarkan hasil skor kuesioner *pre-test* didapatkan hasil bahwa skor *coping problem focus responsess* dari kelima ibu adalah rendah, dimana ibu-ibu pada post test lebih cenderung tidak membantu anak *intellectual disability* dalam menyelesaikan masalah-masalah yang membuat anak merasa tertekan. Hasil *pre test* menunjukkan bahwa tipe *coping problem focus responsess* yang digunakan ibu tergolong rendah dimana ibu hanya berfokus pada ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu-ibu dan cenderung bereaksi marah ketika anak *intellectual disability* menunjukkan emosi negatif serta membatasi bahkan berusaha menghentikan emosi negatif yang dirasakan anak dengan memberikan hukuman ketika anak *intellectual disability* menunjukkan emosi negatif. Ibu tidak membantu anak merasa lebih baik ketika sedang merasakan emosi negatif bahkan justru membuat perilaku anak semakin negatif karena anak merasa tidak diterima dan anak tidak mengetahui solusi atau penyelesaian dari masalah yang sedang dihadapinya.

Pada sisi lain anak *intellectual disability* memiliki kebutuhan untuk mengungkapkan emosi negatif yang dirasakan namun lingkungan dalam hal ini ibu malah menghukum anak ketika anak menunjukkan emosi negatif, sehingga kebutuhan anak akan pengungkapan perasaan atau emosi menjadi terhambat dan dapat berdampak pada semakin meningkatnya emosi negatif yang dirasakan anak.

Ibu memiliki peranan yang sangat penting dalam perkembangan emosi yang dirasakan anak *intellectual disability*, dimana anak untuk pertama kalinya mengekspresikan kebutuhan, keinginan dan dimana sosialisasi komunikasi pertama dilakukan (Fabes et, al, 2001). Adanya sikap permusuhan terhadap emosi negative yang dirasakan anak *intellectual disability*, membuat ibu sering kali bereaksi dengan menggunakan strategi negatif misalnya marah dan memberikan hukuman ketika anak menunjukkan emosi negatif. Ibu tidak memahami emosi negatif yang sedang dirasakan anaknya sehingga cenderung bersikap *aversive* dan cenderung untuk menghukum anak atas emosi negatif yang ditunjukkan oleh anak. Ibu-ibu ini cenderung meremehkan emosi negatif yang dirasakan oleh anak *intellectual disability*, karena ibu cenderung memandang kesedihan atau kekecewaan yang anaknya tunjukan merupakan hal yang kecil. Ibu yang cenderung mengabaikan emosi negatif yang dirasakan anak *intellectual disability* mengakibatkan anak *intellectual disability* seringkali merasa diabaikan terutama ketika sedang merasakan emosi negatif yang sangat kuat. Dari sikap ibu yang cenderung mengabaikan emosi negatif ini anak belajar bahwa emosi negatif seperti marah atau sedih merupakan sesuatu yang buruk. Anak *intellectual disability* tidak belajar

bagaimana cara mengatasi emosi negatif yang sedang dirasakannya agar menjadi lebih baik, hal ini mengakibatkan anak menjadi kesulitan untuk mengatasi emosi negatif yang dirasakannya.

Setelah diberikan program intervensi dilakukan *post-test* dengan menggunakan kuesioner yang sama dan didapatkan hasil bahwa tipe *coping problem focus responses* yang digunakan ibu menjadi berbeda. Perbedaan yang terjadi adalah adanya peningkatan skor dari hasil skor *pretest*. Adanya peningkatan skor ini menunjukkan bahwa program *emotional coaching* dapat menumbuhkan perasaan empati dalam diri ibu. Rasa empati ini dapat merubah pemikiran dan penilaian mengenai emosi negatif yang anak *intellectual disability* tunjukkan. Ibu menilai emosi negatif bukan lagi sebagai sesuatu yang buruk dan harus dibatasi melainkan memandang emosi negatif sebagai sesuatu yang lebih positif.

Hal ini membuat anak *intellectual disability* merasa diterima dan dapat mengekspresikan emosi negatifnya serta belajar cara untuk mengatasi emosi negatif. Ibu dengan tipe *coping problem focus coping* cenderung membantu anak menyelesaikan masalah-masalah yang membuat anaknya merasa tertekan atau tidak nyaman. Ibu cenderung lebih positif dalam memberikan respon terhadap emosi yang ditunjukkan anak karena rasa empati dalam diri ibu mulai tumbuh. Rasa empati ini menumbuhkan kedekatan emosional antara ibu dengan anak sehingga ibu dapat merasakan emosi negatif yang dirasakan oleh anak *intellectual disability* rasakan dan ibu dapat memberikan batasan dan pengertian kepada anak bahwa anak dapat merasakan emosi negatif. Ibu membantu anak ketika anak merasakan emosi negatif dengan memberikan pengertian bahwa anak dapat merasakan dan menunjukkan emosi negatif. Sehingga respon yang anak tunjukkan menjadi lebih positif karena penerimaan dari ibu membuat anak merespon dengan positif. Ibu menggunakan tipe *coping problem focus responses* cenderung menerima emosi negatif yang anaknya tunjukkan dan juga memberikan batasan terhadap tingkah laku yang tidak tepat dan mengajarkan anak mengatur perasaannya. Hal ini membuat anak merasa diterima dan menumbuhkan rasa empati juga dalam diri anak.

6

V. Simpulan dan Saran

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

- a. Terdapat perbedaan skor tipe *coping problem focus responses* ibu dalam menghadapi emosi negatif anak *intellectual disability* di SLB BC Yatira sebelum dan setelah diberi program *emotional coaching*.
- b. Sebelum diberikan intervensi program *emotional coaching* ibu memandang emosi negatif adalah sesuatu hal yang buruk dan harus dihilangkan dengan cara memberikan hukuman kepada anak *intellectual disability* sehingga anak-anak menjadi akan semakin berperilaku negatif ketika sedang merasakan emosi negatif.
- c. Setelah diberikan intervensi program *emotional coaching* ibu memandang emosi negatif dengan lebih positif, hal ini dikarenakan tumbuhnya rasa empati dalam diri ibu sehingga ibu dapat merasakan ketika anak *intellectual disability* sedang merasakan emosi negatif.
- d. Setelah diberikan intervensi program *emotional coaching* ibu dapat memberikan batasan dan pengertian kepada anak bahwa anak dapat merasakan emosi negatif. Ibu membantu anak *intellectual disability* ketika anak merasakan emosi negatif dengan memberikan pengertian bahwa anak dapat merasakan dan menunjukkan emosi negatif.

2

5.2 Saran

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka ada beberapa saran yang dapat diajukan.

5.2.1 Saran Teoretis

- a) Dapat menggunakan teori *coping* yang lengkap sebagai bahan acuan, bukan menggunakan teori yang bersifat praktis.
- b) Dalam hal metodologi, peneliti dapat memperhatikan kemungkinan perlunya intervensi lanjutan untuk mempertahankan tipe *coping problem focus responses*.

5.2.2 Saran Praktis

- a) Penggunaan film dengan tujuan untuk melakukan kedekatan dengan anak sebaiknya digunakan film yang menggunakan bahasa Indonesia, agar responden dapat lebih memahami dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
- b) Bagi orang tua, program *emotional coaching* dapat meningkatkan tipe *coping problem responses* dalam menghadapi emosi negatif anak *intellectual disability* dengan menumbuhkan rasa empati dan menumbuhkan kedekatan dengan anak,

sehingga ibu dapat lebih positif dalam menghadapi emosi negatif yang ditunjukkan anak

- c) Bagi sekolah, dapat dijadikan referensi mengenai intervensi yang dapat dilakukan untuk menghadapi emosi negatif anak *inttelectual disability*.

Daftar Pustaka

Program Emotional Coaching Menggunakan Tipe Coping Problem Focus Responses dalam Menghadapi Emosi Negatif Anak Intellectual Disability di SLB BC Yatira

ORIGINALITY REPORT

19%

SIMILARITY INDEX

19%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 123dok.com 7%
Internet Source

2 repository.maranatha.edu 4%
Internet Source

3 journal.iipsiliwangi.ac.id 2%
Internet Source

4 adoc.pub 2%
Internet Source

5 sinta3.ristekdikti.go.id 2%
Internet Source

6 docplayer.info 1%
Internet Source

7 journal.untar.ac.id 1%
Internet Source

8 core.ac.uk 1%
Internet Source

digilib.uin-suka.ac.id

Exclude quotes Off

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On

Program Emotional Coaching Menggunakan Tipe Coping Problem Focus Responses dalam Menghadapi Emosi Negatif Anak Intellectual Disability di SLB BC Yatira

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

GENERAL COMMENTS

/0

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9
