



Pengaruh *Skills Group Dialectical Behavior Therapy* terhadap Penurunan Disregulasi Emosi Ibu

Rahmi Habibah, Dewi Sartika*, Indri Utami Sumaryanti

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

ARTICLE INFO

Article history :

Received : 11/2/2023

Revised : 23/6/2023

Published : 18/7/2023



Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

Volume : 3

No. : 1

Halaman : 17 - 24

Terbitan : Juli 2023

ABSTRAK

Terdapat berbagai hasil penelitian yang menyatakan bahwa kekerasan terhadap anak seringkali dilakukan oleh orang-orang terdekat salah satunya dilakukan oleh ibu. Salah satu faktor yang menyebabkan ibu melakukan kekerasan terhadap anak adalah disregulasi emosi, yaitu kesulitan dalam mengontrol emosi. Hingga saat ini keterampilan meregulasi emosi masih kurang dimanfaatkan sebagai intervensi dalam pengasuhan. *Skills Group Dialectical Behavior Therapy* merupakan suatu intervensi psikologi yang dikembangkan oleh Marsha Linehan untuk menangani permasalahan terkait disregulasi emosi tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendapatkan data empirik mengenai pengaruh pemberian *skills group dialectical behavior therapy* untuk menurunkan disregulasi emosi pada ibu yang melakukan kekerasan terhadap anak. Penelitian ini menggunakan *one group pretest dan posttest design* dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 4 orang. Pengukuran terhadap disregulasi emosi ibu dilakukan dengan menggunakan *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Wilcoxon Signed-Ranks. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,068 ($p < 0,1$) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari pemberian *Skills Group Dialectical Behavior Therapy* terhadap penurunan disregulasi emosi pada ibu yang melakukan kekerasan terhadap anak.

Kata Kunci : Terapi perilaku dialektis kelompok keterampilan; disregulasi emosi; kekerasan terhadap anak.

ABSTRACT

There are various research results which state that violence against children is often carried out by the closest people around the child their mothers. One factor that cause mothers to commit violence against their children is emotional dysregulation, namely difficulties in controlling emotional responses. Until now, emotion regulation skills are still underutilized as an intervention in parenting. *Skills Group Dialectical Behavior Therapy* is a psychological intervention developed by Marsha Linehan to deal with problems related to emotional dysregulation and behavioral disorders. The purpose of this study was to determine and obtain empirical data regarding the effect of giving skills group dialectical behavior therapy to reduce emotional dysregulation experienced by mothers who commit violence against children. This study used a one group pretest and posttest design with a total of 4 research subjects. Measurements on maternal emotional dysregulation using the *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS). Data analysis in this study used Wilcoxon Signed-Ranks. The results showed a significance value of 0.068 ($p < 0.1$) which indicates that there is an effect of giving *Skills Group Dialectical Behavior Therapy* to decrease emotional dysregulation in mothers who abuse children.

Keywords : Skills group dialectical behavior therapy; emotional dysregulation; children abuse.

© 2023 Jurnal Riset Psikologi Unisba Press. All rights reserved.

A. Pendahuluan

Kekerasan terhadap anak yang terjadi di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Hasil survei yang dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (Kemen PPA) pada tahun 2020 yang menunjukkan bahwa jumlah anak Indonesia yang mengalami kekerasan sebanyak 3.087 anak dimana jumlah ini mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya yaitu sebanyak 1.533 anak Indonesia yang mengalami kekerasan[1]. Kekerasan yang dilakukan terhadap anak seringkali dilakukan oleh orang-orang di lingkungan terdekat anak itu sendiri. Hal ini seperti yang disebutkan oleh [2] dalam penelitiannya bahwa kebanyakan pelaku kekerasan terhadap anak dilakukan oleh ayah atau ibu kandung anak itu sendiri dimana mereka seharusnya memberikan perlindungan dan mengayomi anak. [3] menyebutkan dalam survei yang telah dilakukan bahwa ibu merupakan pelaku utama kekerasan terhadap anak.

Hasil survei ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh [4] yang menjelaskan bahwa setiap anak yang lahir seharusnya mendapatkan perlindungan dan kasih sayang dari kedua orang tuanya. Namun, pada kenyataannya tidak sedikit orang tua yang termasuk di dalamnya ibu, tidak peduli terhadap anak kandungnya, menelantarkan anaknya dan melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan seharusnya dengan melakukan tindak kekerasan terhadap anak kandungnya sendiri. [5] menyebutkan bahwa kekerasan yang terjadi pada anak dapat berbentuk kekerasan fisik, emosional, ekonomi dan seksual.

Kekerasan fisik merupakan kekerasan yang melibatkan kontak langsung dan dimaksudkan untuk menimbulkan perasaan intimidasi, cedera atau penderitaan fisik atau kerusakan tubuh. Kekerasan emosional dapat diartikan sebagai sikap atau perilaku yang dapat mengganggu perkembangan sosial ataupun kesehatan mental anak. Kekerasan emosional dapat disebut juga sebagai kekerasan verbal, mental atau kekerasan psikologis. Kekerasan ekonomi dapat berupa tidak memberikan uang dan sengaja tidak memenuhi kebutuhan anak. Kekerasan seksual merupakan tindakan yang mengarah pada ajakan seksual tanpa persetujuan dan dilakukan kepada anak oleh individu lain dengan menggunakan kekuasaan, ancaman dan cara memaksa lainnya.

[3] menyatakan bahwa bentuk kekerasan yang dilakukan oleh ibu kepada anak berupa kekerasan fisik dan psikis dengan persentase sebanyak 60,4% ibu melakukan kekerasan fisik dan 79,5% ibu melakukan kekerasan psikis kepada anak. Kekerasan fisik yang dilakukan oleh ibu kepada anak berupa mencubit, memukul, menjewer, menjambak, mendorong dan lain sebagainya. Kekerasan psikis yang dilakukan oleh ibu kepada anak berupa memarahi, membandingkan dengan anak lain, membentak, memberikan tatapan mata yang tajam, menghina, mengancam dan lain sebagainya. Kekerasan yang dilakukan ibu kepada anak memiliki faktor yang melatarbelakangi munculnya perilaku tersebut. Hal ini seperti yang disebutkan oleh [6] yang menyebutkan bahwa tanggung jawab pengasuhan yang bertumpu kepada ibu membuat beban psikologi ibu semakin bertambah sehingga secara sadar atau tidak ibu seringkali melakukan kekerasan fisik maupun psikis atau verbal kepada anak. Tumpukan emosi dan stress yang dialami ibu serta tidak terkendali yang mengakibatkan munculnya perilaku menyimpang yang dapat melukai anak.

Selain itu, [7] juga menyatakan bahwa stress yang dialami oleh ibu akibat berbagai tuntutan dalam mengasuh anak menyebabkan ibu dapat melakukan tindak kekerasan pada anak baik itu kekerasan fisik maupun psikis. Tanggung jawab dan tekanan yang dialami ibu dalam mengurus anak membuat ibu mengalami berbagai emosi dan stress dimana hal ini tidak dapat diregulasi dengan baik sehingga ibu melampiaskan emosi yang dirasakannya dengan melakukan kekerasan terhadap anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [8] yang menyebutkan bahwa ibu melakukan kekerasan kepada anak digunakan untuk mengekspresikan kemarahan, kebencian atau untuk menunjukkan ketidakmampuan ibu dalam meregulasi emosi dan perilakunya sendiri. Marziali, Damianakis dan Trocme [9] juga menyebutkan bahwa ibu yang kurang memiliki kemampuan dalam meregulasi emosinya (disregulasi emosi) kemungkinan akan mengaitkan berbagai tekanan dan stress yang dirasakan terhadap anak mereka sehingga ibu dapat menunjukkan perilaku kekerasan terhadap anak. Pada penelitian yang dilakukan oleh [10] menyatakan bahwa

disregulasi emosi yang dialami oleh ibu berhubungan dengan munculnya tindak kekerasan terhadap anak dan perkembangan disregulasi emosi pada anak.

Hal senada juga disebutkan dalam penelitian yang dilakukan oleh [9] menyebutkan bahwa kurangnya kemampuan ibu dalam meregulasi emosi negatif berkaitan dengan pemberian gaya pengasuhan otoriter kepada anak dimana hal ini memiliki hubungan terhadap tindak kekerasan dan penganiayaan ibu yang dilakukan kepada anak. [11] juga menyebutkan bahwa orang tua termasuk ibu yang kesulitan untuk mengatur emosi mereka sendiri akan lebih rentan untuk terlibat dalam hal-hal negatif atau menolak untuk memberikan pengasuhan kepada anak, kurang menunjukkan kehangatan terhadap anak dan lebih rentan untuk terlibat dalam penganiayaan anak.

Dalam penjelasan diatas dapat dilihat bahwa kesulitan ibu dalam meregulasi emosi yang dirasakannya (disregulasi emosi) memberikan pengaruh terhadap pemberian pengasuhan dan interaksinya kepada anak. Ibu yang mengalami disregulasi emosi akan memberikan berbagai hal negatif selama mengasuh dan berinteraksi kepada anak seperti memberikan penolakan, memberikan aturan dengan tidak konsisten, anak dijadikan pelampiasan emosi dan ibu dapat melakukan berbagai tindak kekerasan terhadap anak dimana hal ini seharusnya tidak dilakukan.

[12] menyebutkan bahwa disregulasi emosi merujuk pada pola emosi yang dirasakan atau dialami individu yang menghambat munculnya perilaku yang sesuai dengan “tujuan yang diinginkan”. Tujuan yang dimaksud yaitu mampu meregulasi emosi dengan efektif yang menyebabkan individu merasa tenang dan tetap baik-baik saja ketika mengalami kondisi yang sulit, dapat menggerakkan dirinya untuk menghadapi tantangan dan dapat berpikir dengan jernih. Individu yang mengalami disregulasi emosi akan mengalami kesulitan dalam menyadari, mengetahui secara jelas tentang emosi yang dirasakan dan kurang menerima emosinya. Akan kesulitan dalam mengarahkan perilakunya untuk mencapai tujuan ketika mengalami emosi negatif, memiliki strategi regulasi emosi yang terbatas dan kesulitan dalam mengendalikan dorongan atau impuls ketika mengalami emosi negatif [13].

Hubungan yang terlihat antara disregulasi emosi yang dialami oleh ibu dan perannya dalam memberikan pengasuhan dan bertindak kepada anak maka keterampilan untuk meregulasi emosi merupakan hal yang menjadi perhatian dan selama ini keterampilan tersebut kurang dimanfaatkan sebagai suatu intervensi untuk mencegah munculnya psikopatologi pada anak-anak [11]. Maliken dan Katz [14] juga menyatakan bahwa kemungkinan besar sulit bagi orang tua untuk bisa mempelajari keterampilan baru dalam mengasuh anak ketika emosi mereka sendiri tidak dikelola atau di regulasi terlebih dahulu. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi dalam konteks pengasuhan juga tergantung pada regulasi emosi ibu akan tetapi suatu intervensi atau terapi yang memfokuskan pada regulasi emosi sebagai pemberian intervensi dalam konteks pengasuhan sampai saat ini masih belum ditetapkan [14].

Dialectical Behavior Therapy (DBT) merupakan suatu intervensi yang dapat menangani permasalahan terkait dengan disregulasi emosi (seperti gangguan *mood* dan kemarahan yang tidak terkendali) dan gangguan perilaku (seperti melukai diri sendiri dan perilaku agresi yang berupa kekerasan) [15]. DBT pertama kali diperkenalkan oleh Marsha Linehan pada tahun 1993 untuk menangani perempuan dengan gangguan kepribadian *borderline* dan perilaku melukai diri sendiri. [16] menyatakan bahwa tujuan dari intervensi DBT ini untuk mengurangi masalah emosional seseorang dan mengajarkannya keterampilan untuk mengurangi emosi yang tidak diinginkan. DBT dapat digunakan atau diterapkan dalam berbagai mode atau bentuk terapi dimana hal ini dijelaskan dalam buku [17] yang menyebutkan bahwa DBT dapat diterapkan atau diberikan dalam berbagai mode seperti terapi individual, latihan keterampilan yang diberikan dalam bentuk terapi kelompok, konsultasi melalui telepon dan melakukan konsultasi dengan tim terapis DBT lainnya. Latihan keterampilan yang diberikan dalam bentuk kelompok di DBT ini (*skills group* DBT) secara eksplisit membahas mengenai defisit atau kurangnya keterampilan yang dimiliki klien dalam meregulasi emosinya. Keterampilan yang dibahas dalam *skills group* ini terdiri dari empat komponen yaitu *mindfulness*, *interpersonal effectiveness*, regulasi emosi dan toleransi terhadap stress [18]. McMain, Korman dan Dimeff [19] menyebutkan bahwa di dalam DBT akan diajarkan beberapa keterampilan dimana keterampilan-keterampilan ini digunakan untuk meningkatkan kemampuan meregulasi emosi, mengurangi kerentanan terhadap emosi negatif dan mengurangi perilaku coping yang maladaptif.

Penggunaan *skills group* DBT dapat digunakan secara terpisah atau mandiri dari proses DBT secara keseluruhan. Hal ini sesuai dengan pernyataan [20] dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa *skills group* DBT telah dikembangkan dan dimodifikasi untuk bisa diterapkan sebagai suatu intervensi mandiri yang dapat digunakan sesuai dengan kebutuhan klinis dan sebagai kemajuan dalam penelitian.

Keterampilan yang dibahas dalam *skills group* DBT ini terdiri dari empat komponen yaitu *mindfulness*, *interpersonal effectiveness*, regulasi emosi dan toleransi terhadap stress. [17] menekankan dalam proses dialektika pada terapinya bahwa penerimaan diri sama pentingnya dengan mendorong klien untuk melakukan perubahan. Dalam hal ini, Linehan membagi keempat keterampilan tersebut ke dalam dua kelompok besar yaitu keterampilan yang menekankan pada penerimaan dan keterampilan yang menekankan pada perubahan. Keterampilan yang termasuk ke dalam bagian penerimaan (*acceptance*) yaitu *mindfulness* dan toleransi terhadap stress sedangkan keterampilan yang termasuk ke dalam bagian perubahan (*change*) yaitu regulasi emosi dan *interpersonal effectiveness*.

Linehan [14] menyatakan bahwa pemberian *skills group* DBT secara terpisah ini juga dapat memberikan pengaruh yang efektif untuk mengatasi berbagai permasalahan emosional dan perilaku yang termasuk di dalamnya disregulasi emosi. [20] menyebutkan bahwa masih diperlukan penelitian lagi untuk menilai bagaimana *skills group* DBT bekerja dan diterapkan dalam berbagai populasi. [11] menyebutkan dalam jurnal penelitiannya bahwa baru-baru ini DBT telah digunakan untuk menargetkan aspek lain yang berada di luar kategori diagnostik yaitu meningkatkan pola asuh orang tua yang berkualitas sebagai suatu sarana pencegahan munculnya psikopatologi pada anak-anak. Seperti yang sudah disebutkan sebelumnya bahwa regulasi emosi merupakan aspek penting yang terlibat dalam pemberian pengasuhan yang efektif. [21] menyebutkan bahwa penelitian mengenai DBT yang khususnya mengenai penggunaan *skills group* pada konteks pengasuhan masih sangat terbatas. Seperti yang sudah di sebutkan diatas bahwa [20] menyatakan masih diperlukan penelitian lagi untuk menilai bagaimana *skills group* DBT bekerja dan diterapkan dalam berbagai populasi.

Berdasarkan penjelasan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah *skills group dialectical behavior therapy* memiliki pengaruh terhadap penurunan disregulasi emosi ibu yang melakukan kekerasan pada anak. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat pengaruh *skills group dialectical behavior therapy* terhadap penurunan disregulasi emosi ibu yang melakukan kekerasan pada anak.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimental yang berbentuk *one group pretest-posttest design*. *One group pretest-posttest design* dilakukan dengan memberikan dua pengukuran yang dilakukan sebelum atau di awal penelitian terhadap variabel terikat yang dimiliki oleh subjek. Setelah diberikan perlakuan maka dilakukannya kembali pengukuran pada variabel terikat dengan menggunakan alat ukur yang sama di awal penelitian [22]. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu disregulasi emosi, sedangkan variabel bebasnya yaitu *skills group dialectical behavior therapy*.

Pengukuran yang digunakan untuk mengukur disregulasi emosi ibu yaitu *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS) yang terdiri dari 36 item yang terdapat enam indikator perilaku yang dibuat oleh Gratz dan Roemer pada tahun 2004. DERS berbentuk skala likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban dengan rentang jawaban dimulai dari "hampir tidak pernah" sampai pilihan jawaban "hampir selalu". Intervensi yang akan dilakukan dalam penelitian ini terdiri dari 10 pertemuan yang dilakukan secara berkelompok dan tatap muka kepada seluruh subjek penelitian.

Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu yang melakukan kekerasan terhadap anak di Kota Bandung dengan karakteristik subjek yaitu berusia 20-30 tahun, memiliki anak yang berusia dibawah 10 tahun, melakukan tindak kekerasan terhadap anak dan bersedia mengikuti proses intervensi yang akan dilakukan. Peneliti menggunakan teknik pengambil sampel yang berupa *purposive sampling* untuk menemukan subjek penelitian berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan. Selama melakukan proses pencarian subjek, peneliti menemukan empat orang yang sesuai dengan kriteria tersebut sehingga keempat orang tersebut peneliti memasukannya seluruhnya

untuk menjadi subjek dalam penelitian ini. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bantuan IBM SPSS Statistic 25 dengan menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank*.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian

No	Inisial	Usia	Jumlah Anak	Pendidikan
1	SRN	20 tahun	1	SMP
2	EW	30 tahun	1	SMA
3	RM	24 tahun	1	SMA
4	ANS	30	3	S1

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa ketiga subjek yaitu pertama hingga ketiga memiliki satu orang anak. Terdapat satu orang subjek yang memiliki anak lebih dari satu yaitu subjek keempat dimana subjek tersebut memiliki tiga orang anak. Selain itu, ketiga subjek yaitu pertama hingga ketiga memiliki pendidikan terakhir yang berkisar pada pendidikan tingkat SMP dan SMA. Subjek keempat memiliki tingkat pendidikan yang paling tinggi dibandingkan subjek lainnya yaitu berada pada tingkat strata 1 (S1).

Tabel 2. Kategorisasi Skor *Pretest* dan *Posttest* Subjek Penelitian

Subje k	Skor <i>Pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Kategori	Selisih skor	Persentas e (%)
1 (SRN)	87	Sedang	68	Rendah	19	22%
2 (EW)	93	Sedang	84	Sedang	9	10%
3 (RM)	85	Sedang	55	Rendah	30	35%
4 (ANS)	128	Sedang	77	Rendah	51	40%

Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, dapat diketahui bahwa skor yang dihasilkan dari *pretest* seluruh subjek penelitian berada dalam kategori disregulasi emosi sedang dengan jumlah skor *pretest* yang dimiliki subek pertama sebesar 87, skor *pretest* yang dimiliki subjek kedua sebesar 93, skor *pretest* yang dimiliki subjek ketiga sebesar 85 dan skor *pretest* yang dimiliki klien keempat sebesar 128. Pada hasil skor *posttest* seluruh subjek penelitian, terlihat bahwa sebagian besar hasil skor subjek berada dalam kategori disregulasi emosi rendah dan satu subjek yang memiliki skor berada dalam kategori disregulasi emosi sedang. Pada subjek pertama memiliki hasil skor *posttest* sebesar 68, subjek kedua memiliki hasil skor *posttest* sebesar 84, subjek ketiga memiliki hasil skor *posttest* sebesar 55 dan subjek keempat memiliki hasil skor *posttest* sebesar 77.

Pada hasil skor *pretest* dan *posttest* yang didapatkan dari seluruh subjek penelitian terlihat selisih skor yang terdapat pada hasil pengukuran di masing-masing subjek penelitian. Pada subjek pertama memiliki selisih skor *pretest* dan *posttest* sebanyak 19 angka dan persentase sebesar 22%. Subjek kedua memiliki selisih skor *pretest* dan *posttest* sebanyak 9 angka dan persentase sebesar 10%. Subjek ketiga memiliki selisih skor *pretest* dan *posttest* sebanyak 30 angka dan persentase sebesar 35%. Subjek keempat memiliki selisih skor *pretest* dan *posttest* sebanyak 51 angka dan persentase sebesar 40%.

Hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank* dengan menggunakan IBM SPSS Statistic 25 pada seluruh subjek penelitian diperoleh nilai N pada *negative ranks* yaitu 4. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh subjek penelitian mengalami perubahan pada skor *pretest* dan *posttest* dalam penelitian. Diperoleh juga nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* adalah 0,068 ($p < 0,1$) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor *pretest* dan *posttest* dari intervensi dalam penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa *skills*

group dialectical behavior therapy dapat menurunkan disregulasi emosi ibu yang melakukan kekerasan terhadap anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh [14] mengenai penggunaan *skills group* DBT pada ibu yang mengalami disregulasi emosi berat yang menunjukkan bahwa penggunaan *skills group* DBT dalam konteks pengasuhan menunjukkan adanya perubahan pada perilaku ibu dalam mengasuh anak [14] juga menjelaskan bahwa *skills group* DBT ini memiliki pengaruh pada penurunan disregulasi emosi ibu dalam mengasuh anak. Selain itu, [11] menyatakan bahwa ibu yang berpartisipasi dalam *skills group* DBT menunjukkan peningkatan pada perilaku pengasuhan yang positif seperti penerimaan, penetapan aturan secara efektif dan pemberian otonomi kepada anak. [11] dalam jurnal penelitiannya yang menyatakan bahwa disregulasi emosi pada orang tua akan berpengaruh terhadap pemberian pola asuh yang buruk kepada anak. Selain itu, orang tua yang kesulitan untuk mengatur emosi mereka sendiri akan lebih rentan untuk terlibat dalam hal-hal negatif seperti menolak untuk memberikan pengasuhan kepada anak, kurang menunjukkan kehangatan kepada anak dan lebih rentan untuk terlibat dalam penganiayaan atau kekerasan kepada anak sehingga kemampuan untuk mengatur emosi menjadi sangat penting dalam memberikan pengasuhan anak yang efektif [11]. Dalam hal ini, pemberian *skills group dialectical behavior therapy* dapat digunakan untuk menurunkan disregulasi emosi yang dialami oleh ibu dalam mengasuh anak sehingga perilaku kekerasan yang dilakukan terhadap anak dapat dihindarkan.

Pada hasil penelitian yang diperoleh terdapat beberapa hasil yang dapat di jadikan perhatian untuk dibahas lebih lanjut oleh peneliti. Hal pertama yang dapat dijadikan perhatian yaitu pada hasil skor disregulasi emosi yang dialami oleh ibu yang menunjukkan bahwa subjek keempat memiliki skor disregulasi emosi yang paling tinggi yaitu sebesar 128 yang berada dalam kategori disregulasi emosi sedang. Sebagaimana yang diketahui bahwa subjek keempat memiliki jumlah anak yang paling banyak diantara subjek penelitian lainnya yaitu sebanyak 3 orang anak. Dalam hal ini, banyaknya jumlah anak yang dimiliki subjek juga memiliki pengaruh terhadap tingkat disregulasi emosi yang dialami oleh ibu. Ibu yang memiliki jumlah anak yang lebih dari satu memiliki tantangan dan kesulitan yang berbeda jika dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak sebanyak satu orang. Setiap anak memiliki karakteristik dan pola perilaku yang berbeda-beda dimana hal ini membuat ibu harus memiliki berbagai cara dalam mengasuh dan menghadapi masing-masing anak.

Perbedaan tantangan yang dihadapi ibu dalam mengasuh dan berinteraksi kepada masing-masing anak dapat mempengaruhi emosi yang dialami ibu dan bagaimana ibu dalam meregulasi emosi yang dirasakannya dan memberikan pengasuhan kepada masing-masing anak. Selain itu, pada hasil *pretest* dan *posttest* setiap subjek dalam penelitian ini yaitu subjek keempat memiliki persentase perubahan skor pada sebelum dan setelah intervensi diberikan dengan jumlah persentase sebesar 40% dengan hasil *pretest* sebesar 128 dan hasil *posttest* sebesar 77 dengan selisih antara kedua hasil tersebut sebesar 51. Besarnya persentase hasil yang didapatkan oleh subjek keempat kemungkinan disebabkan oleh tingkat pendidikan yang dimiliki oleh subjek. Sebagaimana yang diketahui bahwa subjek keempat memiliki strata pendidikan yang paling tinggi dibandingkan dengan subjek penelitian lainnya yaitu berada di tingkat sarjana (S1). Dalam hal ini, strata pendidikan yang dimiliki oleh subjek membantunya untuk lebih mudah memahami keterampilan yang diberikan selama proses intervensi dan subjek dapat mengaplikasikan intervensi yang diberikan ke dalam interaksinya kepada anak.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa *skills group dialectical behavior therapy* dapat menurunkan disregulasi emosi ibu yang melakukan kekerasan terhadap anak.

Daftar Pustaka

- [1] Kemen PPA, "ANGKA KEKERASAN TERHADAP ANAK TINGGI DI MASA PANDEMI, KEMEN PPPA SOSIALISASIKAN PROTOKOL PERLINDUNGAN ANAK," *Publikasi dan Media*

- Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak*, Jun. 23, 2020. <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/2738/angka-kekerasan-terhadap-anak-tinggi-di-masa-pandemi-kemen-pppa-sosialisasikan-protokol-perlindungan-anak>
- [2] E. Hikmawati, D. Chatarina, R. Balai, B. Penelitian, P. Pelayanan, and K. Sosial, “Kajian Kekerasan terhadap Anak (Eny Hikmawati dan Chatarina Rusmiyati) KAJIAN KEKERASAN TERHADAP ANAK A STUDY ON VIOLENCE TOWARDS CHILDREN,” 2014. [Online]. Available: <http://www.harianterbit.com/hanterhumaniora/>
- [3] KPAI, “Hasil Survei Pemenuhan dan Perlindungan Anak Pada Masa Pandemi Covid-19.” <https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Hasil-Survei-KPAI-2020-Pemenuhan-dan-Perlindungan-di-Masa-Covid-19.pdf>
- [4] R. Pratama and I. Rahmayanti, “TINDAK PIDANA KEKERASAN TERHADAP ANAKYANG MENYEBABKAN KEMATIAN DILAKUKAN OLEH IBU KANDUNGNYA,” *Supremasi Hukum*, vol. 16, no. 2, Jul. 2020.
- [5] Kemen PPA, “Waspada Bahaya Kekerasan dalam Pacaran,” *Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak*, 2018.
- [6] A. Cahayanengdian and S. Sugito, “Perilaku Kekerasan Ibu Terhadap Anak Selama Pandemi Covid 19,” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, vol. 6, no. 3, pp. 1180–1189, Aug. 2021, doi: 10.31004/obsesi.v6i3.1686.
- [7] S. Aggraini and M. Asih, “Hubungan parenting stres dengan perilaku kekerasan pada anak,” *J Inov Penelit*, vol. 2, 2022.
- [8] H. Gavin and T. Porter, *Female Aggression*. BlackWell: John Wiley & Sons, 2015.
- [9] A. L. Smith, D. Cross, J. Winkler, T. Jovanovic, and B. Bradley, “Emotional dysregulation and negative affect mediate the relationship between maternal history of child maltreatment and maternal child abuse potential,” *J Fam Violence*, vol. 29, pp. 483–494, 2014.
- [10] J. M. Warmingham, F. Rogosch, and D. Cicchetti, “Intergenerational maltreatment and child emotion dysregulation,” *Child Abus Negl*, Dec. 2020. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104377>
- [11] M. Zalewski, J. Lewis, and C. Martin, “Identifying novel applications of dialectical behavior therapy: considering emotion regulation and parenting,” *Curr Opin Psychol*, vol. 21, pp. 122–126, Jun. 2018, [Online]. Available: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2352250X17302774?via%3Dihub>
- [12] R. Thompson, *Emotion dysregulation: A theme in search of definition*, vol. 31. Dev Psychopathol, 2019.
- [13] K. Gratz and L. Roemer, “Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale,” *Journal Psychopathol Behavior Assess*, vol. 26, no. 1, pp. 41–54, 2004.
- [14] C. Martin, L. Roos, M. Zalweski, and N. Cummins, “A Dialectical Behavior Therapy Skills Group Case Study on Mothers With Severe Emotion Dysregulation,” *Cogn Behav Pract*, vol. 24, no. 4, pp. 405–415, Nov. 2017.
- [15] S. Frazier and J. Vela, “Dialectical behavior therapy for the treatment of anger and aggressive behavior: A review,” *Agression and Violent Behavior*, vol. 19, no. 2, pp. 156–163, 2014, [Online]. Available: <https://doi.org/10.1016/j.avb.2014.02.001>
- [16] H. Jamilian, A. Malekirad, M. Farhadi, M. Habibi, and N. Zamani, “Effectiveness of group dialectical behavior therapy (based on core distress tolerance and emotion regulation components) one expulsive anger and impulsive behaviors,” *Glob J Health Sci*, vol. 6, no. 7, pp. 116–123, 2014.
- [17] M. Linehan, *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York: The Guilford Press, 1993.
- [18] N. Salsman and M. Linehan, “Dialectical-behavioral therapy for borderline personality disorder,” *Prim Psychiatry*, vol. 13, no. 5, pp. 51–58, 2006.
- [19] L. Eisner, D. Eddie, R. Harley, M. Jacobo, A. Nierenberg, and T. Deckersbach, “Dialectical Behavior Therapy Group Skills Training for Bipolar Disorder,” *Behav Ther*, vol. 48, no. 4, pp. 557–566, Jul. 2017, [Online]. Available: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005789417300011?via%3Dihub>

Rahmi Habibah *et al.* *Pengaruh Skills Group Dialectical Behavior Therapy...*

- [20] M. Linehan and C. Wilks, "The course and evolution of dialectical behavior therapy.," *Am J Psychother*, vol. 69, no. 2, pp. 97–110, 2015.
- [21] M. Zalewski, A. Maliken, L. Legua, M. Gamache, L. Roos, and Y. Everett, "Integrating dialectical behavior therapy with child and parent training interventions: A narrative and theoretical review.," *Clin Psychol Sci Pract*, pp. 1–14, May 2020.
- [22] L. Seniati, A. Yulianto, and B. Setiadi, *Psikologi Eksperimen*, 7th ed. Jakarta : Indeks, 2014.