

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Upaya keluarga dalam mengembangkan regulasi emosi adalah salah satu aspek terpenting dari perkembangan emosi anak tunalaras. Regulasi emosi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk menyadari kuatnya emosi yang dirasakannya, kemudian mengatur emosi yang dirasakan berdasarkan proses biologis, fisiologis, dan psikologis dengan tujuan akhir membentuk perilaku yang tepat.

Anak tunalaras secara umum dikatakan sebagai anak yang mengalami gangguan emosi dan penyimpangan tingkah laku. Akibat perbuatannya dapat merugikan diri sendiri dan lingkungan sekitarnya sehingga kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Salah satu hal yang menunjukkan SF mengalami hambatan dalam mengembangkan regulasi emosinya adalah ada salah satu gejala klasifikasi anak dengan hambatan emosi, dimana ia masih bisa bergaul dengan orang lain akan tetapi ia mempunyai masalah pribadi yang tidak mampu diselesaikannya. Tingkah laku yang ditunjukkan SF juga menunjukkan bahwa ia belum bisa menemukan cara mengolah emosi yang ia miliki. Pada saat kapan ia merasakannya dan bagaimana ia mengalami atau mengekspresikan emosi tersebut.

Lingkungan keluarga, pola asuh orang tua, dan pengalaman traumatik di hidup menjadi beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi SF. Kondisi di keluarga SF ini tidak mengetahui dengan jelas tentang ketunalaras yang dialami SF sehingga tidak ada arahan khusus baik dari ayah, nenek atau kakaknya dalam membimbing SF ke arah yang lebih baik karena berpikir ini hanya nakal biasa. Melihat kondisi orang tua

tinggal di luar kota, lalu kakaknya bertemu saat pulang kerja saja, dan kondisi ekonomi keluarga yang tidak stabil, SF ini hampir tidak mengenal hubungan kasih sayang sehingga ia banyak bersikap apatis dan egois.

Keluarga merupakan sebuah sistem yang harus selalu berusaha menciptakan keseimbangan dalam kehidupan SF dengan meminimalkan *self stigma* dan memperluas persepsi terhadap penilaian negative masyarakat tentang keberadaan anak tunalaras didalam keluarga. Bentuk partisipasi dari keluarga dalam menunjang perkembangan regulasi emosi SF yang mengalami gangguan emosi sosial dan perilaku adalah pendekatan individu dari sang kakak secara personal kepada SF, baik pendekatan emosinya dan pendekatan jati dirinya. Tekniknya berupa pendekatan secara langsung ke SF atau pun secara tidak langsung melalui temannya.

B. Saran

Penelitian ini telah berupaya untuk menggambarkan upaya yang dilakukan keluarga dalam mengembangkan regulasi emosi anak tunalaras. Setelah melakukan penelitian ini peneliti mengusulkan beberapa saran bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai upaya keluarga dalam mengembangkan regulasi emosi anak tunalaras:

1. Melakukan berbagai metode penelitian lain untuk menemukan dan memperkaya referensi tentang perkembangan regulasi emosi pada anak tunalaras.
2. Mengoptimalkan waktu dan kegiatan dalam melihat detail pengembangan dan pembinaan regulasi pada anak tunalaras.
3. Meminimalisir permasalahan yang dihadapi anak dengan cara kerjasama dengan orangtua mencari cara alternatif yg bisa digunakan untuk mengembangkan regulasi emosi anak dan tidak menerima begitu saja dengan kondisi anak saat ini.

