

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Interaksi Sosial

1. Pengertian Interaksi Sosial

Interaksi sosial didefinisikan sebagai “simbol-simbol abstrak dalam pergerakan yang permanen”. Interaksi memiliki arti, bahwa orang dengan mengadakan reaksi dan aksi ikut memberikan bentuk pada dunia luar (keluarga, teman, tetangga, kelas sosial, kelompok kerja, bangsa). Pola interaksi sosial sendiri meliputi hubungan antara individu dengan individu, individu dengan kelompok dan antar kelompok, yang mana dalam hubungan tersebut terdapat hubungan saling mempengaruhi secara timbal balik. Sebaliknya individu itu sendiri juga mendapatkan pengaruh dari lingkungan dan kadang-kadang pengaruh itu begitu kuat hingga membahayakan pribadinya.¹

Menurut Bimo Walgito, interaksi sosial adalah hubungan antara individu satu dengan individu yang lain, individu satu dapat mempengaruhi individu yang lain atau sebaliknya, jadi terdapat adanya hubungan saling timbal balik.

¹Theo Peeters, *Panduan Autisme Terlengkap: Hubungan Antara Pengetahuan Teoritis Dan Intervensi Pendidikan Bagi Penyandang Autis* (Jakarta: Dian Rakyat, 2009), 109.

Menurut Gilin dan Gilin, interaksi sosial merupakan hubungan sosial yang dinamis, menyangkut hubungan antara individu, antara kelompok, maupun antara individu dengan kelompok.²

Pengertian lain menurut Bonner yang dikutip oleh Gerungan, interaksi sosial merupakan suatu hubungan antara dua atau lebih individu manusia, dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain, atau sebaliknya.³

Berdasarkan beberapa pengertian interaksi sosial yang telah dijelaskan diatas, dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial adalah hubungan antara individu dengan individu, individu dengan kelompok, atau kelompok dengan kelompok yang didalamnya individu tersebut saling mempengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain sehingga terjadi hubungan timbal balik sehingga muncul hubungan sosial yang dinamis.

2. Syarat Terjadinya Interaksi Sosial

Interaksi sosial dapat terjadi jika memenuhi beberapa syarat, antara lain :⁴

a. Adanya kontak sosial

Kontak sosial berasal dari kata Latin ‘*cum*’ atau ‘*con*’, yang artinya bersama-sama dan ‘*tangere*’ yang berarti menyentuh.

²Gillin dan Gillin *Cultural Sosiologi, a revision of An Introduction to Sociology*, (New Yorkz: The Macmillan Company, 1954), 489.

³W.A Gerungan, *Psikologi Sosial* (Bandung : Refika Aditama, 2004), 62.

⁴Soejono Soekanto, *Sosiologi : Suatu Pengantar* (Jakarta : Rajawali Press, 2000), 64.

Sedangkan secara harfiah, kontak berarti bersama-sama menyentuh, tapi dalam hal ini kontak tidak selamanya berupa sentuhan fisik, bisa juga kontak melalui nonfisik, individu tetap bisa berhubungan sosial. Dengan berkembangnya teknologi sekarang ini, orang-orang dapat berhubungan satu sama lain melalui telepon, telegraf, radio dan lain sebagainya tanpa perlu melakukan sentuhan fisik. Kontak sosial positif adalah kontak sosial yang menuju kearah persatuan atau kerja sama, sementara kontak sosial negatif adalah kontak sosial yang menuju kearah perpecahan.

Kontak sosial dapat berlangsung dalam tiga bentuk yaitu antar perorangan, antar orang perorangan dengan suatu kelompok dan antara suatu kelompok manusia dengan kelompok manusia lainnya.⁵

b. Adanya komunikasi

Komunikasi merupakan suatu proses penyampaian informasi. Seseorang memberikan makna pada perilaku orang lain, perasaan-perasaan yang ingin disampaikan oleh orang tersebut. Orang yang bersangkutan kemudian memberikan reaksi terhadap perasaan yang ingin disampaikan oleh orang tersebut. Komunikasi juga memberikan dampak positif berupa kesamaan pemahaman dan dampak negatif menimbulkan kesalahpahaman yang akan memicu perpecahan.

⁵Basrowi, *Pengantar Sosiologi* (Bogor; Ghalia Indonesia:2005), 141.

Manusia berkomunikasi untuk membagi pengetahuan dan pengalaman. Bentuk umum komunikasi manusia termasuk bahasa, sinyal, tulisan, gerakan, dan penyiaran, dimana dapat berupa interaktif, transaktif, bertujuan atau tidak bertujuan. Melalui komunikasi, sikap dan perasaan seseorang atau sekelompok orang dapat dipahami pihak lain.⁶

3. Ciri - Ciri Interaksi Sosial

Adapun beberapa ciri-ciri interaksi sosial, antara lain :⁷

a. Adanya hubungan

Setiap interaksi terjadi karena adanya hubungan antara individu dengan individu maupun antara individu dengan kelompok.

b. Adanya individu

Setiap interaksi sosial yang terjadi melibatkan individu-individu yang melaksanakan suatu hubungan.

c. Adanya tujuan

Setiap interaksi sosial yang terjadi memiliki tujuan tertentu yang ingin dicapai, seperti mempengaruhi individu lain.

d. Adanya hubungan dengan struktur dan fungsi sosial

Interaksi sosial yang berhubungan dengan struktur dan fungsi kelompok terjadi karena individu selama hidupnya tidak terpisah dari

⁶Muhibudin Wijaya Laksana, *Psikologi Komunikasi* (Bandung : Pustaka Setia, 2015), 20.

⁷Slamet Santosa, *Dinamika Kelompok* (Jakarta : PT Bumi Aksara, 2004), 11.

kehidupan berkelompok. Disamping itu, setiap individu memiliki fungsi didalam kelompoknya.

4. Model Interaksi Sosial

Interaksi sosial dapat ditinjau melalui berbagai sisi sesuai dengan ciri interaksi yang dilakukan individu. Interaksi sosial memiliki karakteristik yang dinamis dan tidak statis. Secara umum model berdasarkan karakteristik interaksi sosial antara lain :

a. Interaksi antara individu dengan individu

Interaksi ini terjadi karena adanya hubungan masing-masing individu. Perwujudan dari interaksi ini terlihat dalam bentuk komunikasi lisan atau gerak tubuh (berjabat tangan, saling menyapa, bercakap-cakap).

b. Interaksi antara individu dengan kelompok

Interaksi ini terjadi karena individu memiliki kepentingan untuk berinteraksi dengan kelompok. Ditunjukkan dalam contoh seorang guru yang sedang mengadakan kegiatan belajar mengajar dikelas. Pada tahap awal, guru mencoba menguasai kelasnya sehingga proses interaksi sosial akan berlangsung dan berjalan antara guru dan kelompok siswa.⁸

⁸Doyle Paul Johnson, *Teori Sosiologi Klasik dan Modern*, (Jakarta: Gramedia Pustaka,1980), 32.

c. Interaksi antara kelompok dengan kelompok

Interaksi ini saling berhadapan dalam bentuk berkomunikasi, yang didalamnya terdapat juga kepentingan individu dan menjadi satu kesatuan yang memiliki hubungan dengan kepentingan individu antar kelompok.

Interaksi sosial juga bergantung pada proses sosial yang membentuknya. Adapun bentuk model interaksi sosial berdasarkan proses sosialnya dibagi menjadi :

a. Asosiatif

Interaksi sosial bersifat asosiatif akan mengarah pada bentuk penyatuan. Interaksi sosial ini terbagi dalam :⁹

1) Kerjasama (*cooperation*)

Kerjasama terbentuk karena individu menyadari mereka mempunyai kepentingan yang sama sehingga sepakat untuk melakukan suatu kegiatan secara bersama-sama untuk mencapai tujuan yang sama. Ada beberapa bentuk kerjasama dalam pelaksanaannya :

- Kerukunan yang mencakup gotong royong dan tolong menolong
- *Bargaining* (tawar menawar), yaitu pelaksanaan perjanjian mengenai pertukaran barang atau jasa antara dua kelompok atau lebih.

⁹Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada,2013), 65.

- *Co-optation* (ko-optasi), yaitu proses penerimaan unsur baru dalam kepemimpinan atau dalam pelaksanaan politik suatu kelompok, sebagai salah satu cara untuk menghindari terjadinya goncangan dalam stabilisasi kelompok yang bersangkutan.
- *Coalition* (koalisi), merupakan kombinasi antara dua orang atau lebih yang mempunyai tujuan sama. Dalam koalisi dapat timbul keadaan tidak stabil untuk sementara waktu karena dua kelompok atau lebih tersebut mungkin mempunyai struktur yang tidak sama satu sama lainnya. Tetapi karena tujuannya untuk mencapai tujuan yang sama maka sifatnya adalah kooperatif.
- *Joint-venture*, adalah kerjasama dalam perusahaan proyek tertentu, misalnya pertambangan, perfilman, perhotelan, dan lain sebagainya.

2) Akomodasi (*accommodation*)

Akomodasi merupakan suatu proses penyesuaian antara individu dengan individu, individu dengan kelompok atau kelompok dengan kelompok guna mengurangi, mencegah atau mengatasi ketegangan dan kekacauan.¹⁰

Adapun proses akomodasi dibedakan menjadi :

- *Coercion* (prosesnya dilaksanakan karena adanya paksaan)

¹⁰Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada,2013), 68.

- Kompromi (bentuk akomodasi dimana pihak-pihak yang terlibat)
- Mediasi (menyelesaikan konflik dengan bantuan pihak lain yang netral)
- *Arbitration* (menyelesaikan konflik dengan bantuan pihak ketiga dari kedua belah pihak atau pihak lain dengan kedudukan lebih tinggi)
- *Adjudication* (peradilan melalui pihak berwajib atau pengadilan)
- *Stalemate* (keadaan dimana pihak yang berselisih memiliki kekuatan yang seimbang)
- Toleransi (bentuk akomodasi tanpa adanya persetujuan formal)
- *Consiliation* (usaha mempertemukan keinginan kedua belah pihak demi tercapainya suatu persetujuan).

3) Asimilasi (*asimilation*)

Asimilasi ditandai dengan adanya usaha mengurangi perbedaan yang terdapat diantara beberapa orang atau kelompok dalam masyarakat serta usaha menyamakan sikap, mental, dan tindakan demi tercapainya tujuan bersama. Asimilasi muncul ketika ada kelompok masyarakat dengan latar belakang kebudayaan yang berbeda, saling bergaul secara intensif dalam jangka waktu lama. Sehingga lama kelamaan kebudayaan asli

mereka akan berubah sifat dan wujudnya membentuk kebudayaan baru sebagai kebudayaan campuran.

b. Disosiatif

Interaksi sosial disosiatif mengarah pada suatu perpecahan dan merenggangkan rasa solidaritas kelompok. Interaksi sosial disosiatif terbagi dalam :¹¹

1) Persaingan (*competition*)

Persaingan adalah suatu proses sosial dimana individu atau kelompok bersaing, mencari keuntungan melalui bidang kehidupan tertentu sebagai pusat perhatian umum dengan cara menarik perhatian publik atau mempertajam prasangka yang telah ada, tanpa menggunakan ancaman atau kekerasan. Ada beberapa bentuk persaingan diantaranya adalah persaingan ekonomi (timbul karena terbatasnya barang dibandingkan dengan jumlah konsumen), persaingan kebudayaan (budaya, agama, lembaga masyarakat, pendidikan), persaingan kedudukan atau peranan (keinginan untuk diakui) dan persaingan dalam hal ras (perbedaan warna kulit, bentuk tubuh, corak rambut).

2) Kontravensi (*contravention*)

Kontravensi adalah bentuk proses sosial yang berada diantara persaingan dan pertentangan. Wujud kontravensi antara lain sikap tidak senang (secara tersembunyi atau terang-terangan)

¹¹Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada,2013), 81.

seperti perbuatan menghalangi, menghasut, memfitnah, berkhianat, provokasi dan intimidasi yang ditunjukkan terhadap individu atau kelompok. Dimana sikap tersebut dapat berubah menjadi kebencian akan tetapi tidak sampai pada pertentangan.

3) Pertentangan atau pertikaian (*conflict*)

Pertentangan atau pertikaian adalah proses sosial di mana individu atau kelompok berusaha memenuhi tujuannya dengan jalan menentang pihak lawan dengan ancaman atau kekerasan. Penyebab terjadinya pertentangan adalah adanya perbedaan kepentingan, perbedaan antar individu, perbedaan kebudayaan, perbedaan kepentingan dan perbedaan sosial. Bentuk pertentangan antara lain yaitu pertentangan pribadi, pertentangan rasial, pertentangan antara kelas sosial.¹²

5. Faktor Terjadinya Interaksi Sosial

Adapun beberapa faktor yang menyebabkan suatu interaksi sosial terjadi di masyarakat adalah imitasi, sugesti, identifikasi, dan simpati.¹³

a. Imitasi

Imitasi adalah suatu proses belajar dengan cara meniru atau mengikuti perilaku orang lain. Seluruh kehidupan sosial berdasarkan imitasi atau peniruan. Misalnya pada anak yang sedang belajar bahasa, mereka akan mengimitasi dirinya sendiri dengan mengulang bunyi kata-kata, melatih fungsi lidah, dan mulut untuk berbicara.

¹²Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar* (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada,2013), 81.

¹³Kaare Svalastoga, *Diferensiasi Sosial* , (Jakarta: Bina Aksara, 1989), 48.

Tidak dalam berbahasa tapi juga tingkah laku seperti cara memberi hormat, cara berterimakasih dan lain-lain diawali dengan proses mengimitasi.

b. Sugesti

Sugesti merupakan pengaruh psikis baik yang datang dari dirinya sendiri atau dari orang lain yang pada umumnya diterima tanpa adanya daya kritik.

c. Identifikasi

Identifikasi merupakan dorongan untuk menjadi indetik atau sama dengan orang lain baik secara lahiriah ataupun batiniah.

d. Simpati

Simpati merupakan perasaan tertariknya orang terhadap orang yang lain. Simpati timbul tidak atas dasar logis rasional, melainkan berdasarkan perasaan.¹⁴

6. Kriteria Interaksi Sosial Yang Baik

Berdasarkan pemaparan diatas interaksi sosial yang baik dapat disimpulkan menjadi beberapa hal diantaranya :

- a. Individu dapat melakukan kontak sosial dengan baik.
- b. Individu dapat melakukan komunikasi atau melakukan percakapan dengan orang lain.
- c. Saling mengerti dan mampu bekerjasama dengan orang lain.

¹⁴Soejono Soekanto, *Sosiologi, Suatu Pengantar* (Jakarta : Rajawali Pers, 2009), 123.

- d. Adanya rasa keterbukaan, empati, memberi dukungan, rasa positif pada orang lain dan adanya kesamaan dengan orang lain.

B. Regulasi Emosi

1. Pengertian Regulasi Emosi

Regulasi emosi menurut Gross mengatakan bahwa : ¹⁵

Emotion regulation refers to the processes by which we influence which emotion we have, when we have them, and how we experience and express them.

Dari definisi yang Gross kemukakan regulasi emosi mengacu pada proses-proses yang dilakukan seseorang untuk mengolah emosi mereka, bagaimana mereka mengalaminya, dan bagaimana mereka dapat mengekspresikan emosi tersebut.

Sedangkan menurut Frijda yang dikutip dalam Nisfiannoor, regulasi emosi adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimiliki. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Hasil dari regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi atau dihambat dalam ekspresinya. Regulasi emosi berasal dari sumber sosial, dimana sumber sosial ini merupakan bagian dari minat terhadap orang lain dan norma-norma dari interaksi sosial.¹⁶

Sementara Thompson sebagaimana dikutip dalam Eisenberg dkk mengatakan bahwa regulasi emosi terdiri dari proses intrinsik dan

¹⁵James J. Gross, "Emotion Regulation : Affective, Cognitive, and Social Consequences", Society for Psychophysiological Research ,39 (2002), 282.

¹⁶Kartika Yuni Nisfiannoor. M, "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja", Jurnal Psikologi(Jakarta, 2014), 164.

ekstrinsik yang bertanggung jawab untuk mengenal, memonitor, mengevaluasi dan membatasi respon emosi khususnya intensitas dan bentuk reaksinya untuk mencapai suatu tujuan.¹⁷

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah proses yang dilakukan seseorang untuk mengolah emosi mereka yang dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang yang bertanggung jawab untuk mengenal, memonitor, mengevaluasi dan membatasi respon emosi untuk mencapai suatu tujuan.

Individu dikatakan mampu melakukan regulasi emosi jika memiliki kendali yang cukup baik terhadap emosi yang muncul. Seperti yang dikemukakan Goleman dalam Hesti Sri Rahayu, kemampuan regulasi emosi dapat dilihat dalam beberapa kecakapan yang harus dimiliki, yaitu :¹⁸

- a. Kendali diri, dalam artian mampu mengelola emosi dan implus yang merusak dengan efektif.
- b. Memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain.
- c. Memiliki sikap hati-hati.
- d. Memiliki adaptibilitas, yang artinya luwes dalam menangani perubahan dan tantangan.
- e. Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi.

¹⁷Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M., "Dispositional Emotionality and Regulation : Their Role in Predicting Quality of Social Functioning", *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, (2000), 136-157.

¹⁸Hesti Sri Rahayu, "Hubungan Regulasi Emosi dengan Subjective Well Being pada Remaja dengan Orangtua Bercerai", (Naskah publikasi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), 7.

f. Memiliki pandangan yang positif terhadap diri dan lingkungannya.

2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi

Beberapa aspek regulasi emosi menurut Gross & John, antara lain :¹⁹

- a. *Strategies to emotion regulation (strategies)* adalah keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat menenangkan diri kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.
- b. *Engaging in goals directed behavior (goals)* adalah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakan sehingga dapat tetap berfikir juga melakukan sesuatu dengan baik dan mampu mengontrol emosi yang dirasakan.
- c. *Control emotional responses (impulse)* ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakan dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga inidividu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.
- d. *Acceptanceof emotional respon (acceptance)* ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

¹⁹Gross, J.J & John, O.P. "Individual Difference In Two Emotion Regulation Processes: Implications For Effect, Relationships, And well-Being", *Journal of personality and social phycology*, 85 (2003), 348-362.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi

Menurut Fox & Calkin dalam Dwi Nur Hasanah, regulasi emosi dipengaruhi oleh faktor instrinsik dan ekstrinsik, antara lain :²⁰

a. Faktor Instrinsik

1) Tempramen

Tempramen pada masa bayi memiliki peranan penting dalam perkembangan regulasi emosi seseorang.

2) Perhatian (*attention*)

Seseorang yang memiliki kemampuan atensi yang baik memiliki fisiologis yang baik sehingga dapat mempengaruhi tempramen dan kemampuan dalam melakukan regulasi emosi.

b. Faktor Ekstrinsik

1) *Caregivers*

Pengasuhan khususnya ibu, memiliki kontribusi yang besar bagi kemampuan anak dalam melakukan regulasi emosi. Anak yang memiliki hubungan baik dengan ibu akan memiliki rasa aman yang tinggi kemudian akan berpengaruh pada tempramen dan kemampuan anak dalam mengelola emosi.

2) Saudara dan teman sebaya

²⁰Dwi Nur Hasanah, "Hubungan Self Efficacy dan Regulasi Emosi dengan Kenakalan Remaja pada Siswa SMP N 7 Klaten" (Skripsi, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, 2010), 63.

Saudara dan teman sebaya memiliki peran sebagai pendukung dan model bagi ekspresi emosi. Individu belajar mengekspresikan emosi dengan mengamati hal-hal yang membangkitkan emosi tertentu pada orang lain. Kemudian individu tersebut akan bereaksi dengan ekspresi yang sama dengan orang yang diamatinya.

3) Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi cara seseorang mengekspresikan emosinya, baik lingkungan sosial, sekolah, ataupun keluarga memiliki pengaruh dalam melakukan regulasi emosi.

Hal tersebut selaras dengan penapat Goodman dalam Megita yang mengatakan kemampuan regulasi emosi merupakan kemampuan yang di transmisikan dari orangtua ke anak-anaknya. Mekanisme transmisi melalui faktor keturunan (hereditas), keberfungsian sistem syaraf, frekuensi paparan lingkungan, dan konteks situasi.²¹

Sementara menurut Thompson dan Meyer dalam Fosco dan Grych, faktor yang mempengaruhi regulasi emosi :²²

Several family factors that play a formative role in children emotion socialization, including parental responses to their children's affect, the family emotional climate and interparental functioning

²¹Megita Nur Pratiwi, "Hubungan Pendekatan Orangtua Dengan Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun", (Skripsi , Universitas Lampung, Bandar Lampung, 2018), 29.

²²Fosco dan Grych. "Capturing the Family Context of Emotion Regulation: A Family Systems Model Comparison Approach", *Journal of Family Issues.*(Vol XX(X), 2012), 1–22.

Berdasarkan pendapat Thompson dan Meyer, beberapa faktor keluarga berperan dalam proses sosialisai emosi anak, diantaranya adalah pengaruh respon orangtua terhadap emosi anak, suasana emosional dalam keluarga, dan aspek pengasuhan orangtua.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan jika faktor yang mempengaruhi regulasi emosi mencakup faktor instrinsik (tempramen dan perhatian), faktor ekstrinsik (pengasuhan, saudara dan teman sebaya, lingkungan), faktor keturunan (hereditas),keberfungsian sistem syaraf, frekuensi paparan lingkungan, dan konteks situasi.

4. Model Proses Regulasi Emosi

Menurut Gross model proses regulasi emosi terbagi dalam beberapa kelompok, diantaranya :²³

a. *Situation selection* (Pilihan situasi)

Merupakan jenis regulasi emosi yang menentukan tindakan yang seharusnya diambil dimana tindakan tersebut melibatkan tindakan memperbesar atau memperkecil kemungkinan bagaimana kita berakhir pada situasi yang diharapkan, dimana tindakan tersebut dapat menyebabkan emosi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan, dengan kata lain regulasi emosi ini dilakukan dengan cara menentukan tindakan berdasarkan dampak emosional yang muncul.

²³James J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation*, (United States of America, The Guilford Press, 2007), 10.

b. *Situation modification* (Modifikasi situasi)

Merupakan salah satu bentuk regulasi emosi yang berupaya mengubah situasi secara langsung dan mengurangi dampak emosionalnya yang dilakukan dengan tujuan untuk memodifikasi situasi agar efek emosinya teralihkan. Situasi-situasi tersebut adalah situasi yang berpotensi membangkitkan emosi. Modifikasi situasi dapat dilakukan oleh pihak internal maupun eksternal. Pihak internal yaitu usaha yang dilakukan oleh diri sendiri, sedangkan pihak eksternal adalah usaha orang lain untuk menurunkan tekanan emosi, bisa teman atau keluarga.

c. *Attentional deployment* (Pengalihan perhatian)

Merupakan cara seseorang mengubah perhatiannya dengan mengarahkan ke dalam sebuah situasi untuk mengatur emosinya. Terdapat dua strategi *attentional* yaitu distraksi dan konsentrasi. Distraksi adalah memfokuskan perhatian pada aspek berbeda dari sebuah situasi atau memindahkan perhatian jauh dari sebuah situasi secara bersamaan. Sementara konsentrasi adalah cara pengalihan perhatian dengan memfokuskan diri pada ancaman atau kemungkinan terburuk yang akan terjadi dari sebuah situasi, dengan

kata lain seseorang akan lebih fokus pada rencana untuk memecahkan masalah.²⁴

d. *Cognitive change* (Perubahan kognitif)

Merupakan cara seseorang dalam menilai situasi ketika berada dalam situasi yang bermasalah untuk mengubah tekanan emosinya. Perubahan kognitif mengacu pada cara kita menilai situasi dimana kita terlibat didalamnya, dengan mengubah bagaimana kita memikirkan tentang situasi atau kapasitas menangani resiko dari emosi tersebut, baik dengan mengubah cara berpikir mengenai situasinya atau mengenai kemampuan untuk mengatur tuntutan-tuntutannya.

e. *Response modulation* (Perubahan respon)

Response modulation terjadi pada bagian akhir, setelah kecenderungan respon emosi yang telah terjadi. Modulasi respon mempengaruhi respon emosi yang telah muncul berupa aspek fisiologis, eksperimental, dan perilaku secara langsung. Upaya modulasi respon pada aspek fisiologis diantaranya adalah, obat-obatan yang digunakan untuk mengobati respon fisiologis seperti ketegangan otot (*anxiolytics*) atau aktivitas berlebihan syaraf sipatis (beta blockers). Olahraga dan relaksasi juga dapat digunakan untuk mengurangi aspek fisiologis dan eksperiensial dari emosi

²⁴ James J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation*, (United States of America, The Guilford Press, 2007), 12-13.

negatif, alkohol, rokok, narkoba, dan bahkan makanan juga bisa digunakan untuk memodifikasi pengalaman emosi.²⁵

C. Autism Spectrum Disorder (ASD)

1. Pengertian Autism Spectrum Disorder (ASD)

Autism merupakan cara berpikir yang dikendalikan oleh kebutuhan personal atau oleh diri sendiri, menanggapi dunia berdasarkan penglihatan dan harapan sendiri, menolak realitas, serta keasyikan yang ekstrem dengan pikiran dan fantasi sendiri.²⁶

Gangguan spektrum autisme — *GSA (Autism Spectrum Disorder — ASD)* juga disebut gangguan perkembangan pervasif, berkisar dari gangguan parah yang disebut gangguan autis sampai gangguan ringan yang disebut sindrom asperger. Gangguan spektrum autisme ditandai oleh masalah dalam interaksi sosial, masalah dalam komunikasi verbal dan non-verbal, serta perilaku berulang. Anak dengan gangguan ini mungkin juga menunjukkan respons atipikal untuk pengalaman sensorik. Gangguan spektrum autisme sering dapat dideteksi pada anak-anak sedini 1 sampai 3 tahun.²⁷

Autism merupakan gangguan perkembangan yang mempengaruhi beberapa aspek bagaimana anak melihat dunia dan belajar dari

²⁵ James J. Gross, *Handbook of Emotion Regulation*, (United States of America, The Guilford Press, 2007), 13-15.

²⁶J.P.Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*. terj. Kartini Kartono (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada,2014), 46.

²⁷John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan Ed. 5 Buku 1* (Jakarta : Salemba Humanika, 2014), 219.

pengalamannya. Anak-anak dengan gangguan autisme biasanya kurang dapat merasakan kontak sosial. Mereka cenderung menyendiri dan menghindari kontak dengan orang lain²⁸

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *Autism Spectrum Disorder (ASD)* atau Gangguan spektrum autisme adalah gangguan perkembangan pada anak yang mempengaruhi cara berpikir dan cara anak melihat dunia dengan ditandai adanya masalah dalam interaksi sosial, komunikasi verbal dan non-verbal serta adanya perilaku berulang.

2. Penyebab Autism Spectrum Disorder (ASD)

Penyebab pasti *Autism Spectrum Disorder (ASD)* sampai saat ini belum jelas diketahui. Berbagai faktor yang saling terkait diduga sebagai penyebab *Autism Spectrum Disorder (ASD)*. Penelitian mengenai faktor risiko *Autism Spectrum Disorder (ASD)* diteliti sejak 40 tahun yang lalu, beberapa faktor yang dihubungkan dengan kejadian *Autism Spectrum Disorder (ASD)*.²⁹ Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi :

a. Faktor Genetik

Peran genetik sebagai penyebab *Autism Spectrum Disorder (ASD)* cukup signifikan yaitu sekitar 37-90%. lebih dari 15 % kasus

²⁸Joko Yuwono, *Memahami anak autistik (kajian teoritik dan empirik)* (Bandung : Alfabeta, 2009), 15.

²⁹Soetjiningsih,dkk. *Pedoman Pelatihan Deteksi Dini dan Diagnosis Gangguan Spektrum Autisme (GSA)*, (UKK Tumbuh Kembang-Pediatri Sosial Bagian/SMF Ilmu Kesehatan Anak FK UNUD-Sanglah Denpasar, 2015), 4.

ini dihubungkan dengan adanya mutasi genetik. Adanya saudara kandung dengan *Autisme Spectrum Disorder* (ASD) merupakan faktor risiko paling kuat untuk kejadian ASD pada anak. Kemungkinan ASD akan meningkat 50% pada saudara kandung jika dalam keluarga mempunyai dua atau lebih anak dengan ASD. Saudara kandung mempunyai risiko yang meningkat untuk mengalami gangguan komunikasi dan ketrampilan sosial.

b. Faktor imunologik

Beberapa penelitian menyebutkan adanya ketidakcocokan imunologi (*immunological incompatibility*) dimana limfosit anak ASD bereaksi dengan antibodi ibu, yang meningkatkan kemungkinan terjadi kerusakan saraf embrionik.

c. Faktor prenatal, perinatal, dan postnatal

Beberapa faktor risiko prenatal terjadinya *Autisme Spectrum Disorder* (ASD) yang telah diteliti adalah : diabetes dalam kehamilan, anak akan memiliki kemungkinan *Autisme Spectrum Disorder* (ASD) dua kali lipat lebih banyak dari pada kehamilan normal; adanya perdarahan dalam kehamilan; mengkonsumsi obat-obatan selama kehamilan; usia ibu lebih dari 30 tahun ataupun usia ayah lebih tua, dimana setiap peningkatan 5 tahun usia ayah, terjadi peningkatan 3,6% risiko ASD.

Sementara faktor risiko perinatal yang dikaitkan dengan kejadian *Autisme Spectrum Disorder* (ASD), diantaranya yaitu:

gawat janin; trauma lahir; gemelli; presentasi abnormal dalam kandungan; komplikasi plasenta; perdarahan ibu; berat badan lahir rendah (BBLR); anemia neonatal; inkompatibilitas ABO atau rhesus; hiperbilirubinemia.intrauterine growth retardation (IUGR); skor Apgar buruk; aspirasi mekoneum; kelainan kongenital;usia kehamilan, dan proses persalinan.

Faktor postnatal yang dapat mempengaruhi adanya *Autisme Spectrum Disorder* (ASD), diantaranya; pemberian vaksin measles, mumps, rubella (MMR) dan vaksin yang mengandung merkuri. Tapi pemberian vaksin tidak terbukti secara valid memiliki hubungan dengan terjadinya *Autisme Spectrum Disorder* (ASD).

Autism tidak hanya disebabkan oleh satu faktor, tetapi terdapat beberapa faktor penyebab yang mendukung individu mengalami ASD. Menurut Handoko Handoyo dalam Dia Eka Arianti mengatakan bahwa dari penelitian yang dilakukan oleh banyak pakar dari banyak negara ditemukan beberapa fakta yaitu, adanya kelainan anatomis pada *lobus parietalis, cerebellum* dan sistem limbiknya.³⁰

a. Lobus Parietalis

Penyandang ASD sebanyak 45% memiliki kelainan pada lobus parietalis otaknya, kelainan pada lobus parietalis ini menyebabkan anak kurang peduli pada lingkungannya, sehingga apabila anak autis kurang terangsang dengan keadaan lingkungan atau keadaan

³⁰Dia Eka Arianti, Skripsi : “*Pola Interaksi Sosial Anak Autis (Studi Kasus Di Sekolah Luar Biasa Putra Mandiri Surabaya)*” (Surabaya : Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,2010), 17.

sosialnya ada kemungkinan terjadi kelainan pada daerah lobus parietalis pada otaknya.

b. Cerebellum

Disebabkan karena adanya kelainan pada otak kecil atau cerebellum, terutama pada lobus VI dan VII. Cerebellum bertanggung jawab melakukan proses sensoris, daya ingat berfikir, belajar berbahasa, dan proses atensi (perhatian). Kelainan pada cerebellum mengakibatkan gangguan atau kekacauan lalu lintas impuls di otak, hal itulah yang menyebabkan anak autis memiliki kelainan pada proses sensoris, kemampuan mengingat, berfikir, berbahasa, dan kurang perhatian.

c. Sistem Limbik

Kelainan pada sistem limbik terdapat pada dua bagian yaitu hippocampus dan amygdala. Hippocampus bertanggung jawab terhadap fungsi belajar dan daya ingat sehingga menyebabkan kesulitan dalam menyimpan informasi baru. Gangguan pada hippocampus dapat menyebabkan perilaku yang diulang-ulang, aneh dan hiperaktif. Sedangkan amygdala bertanggung jawab terhadap berbagai rangsang sensoris seperti pendengaran, penglihatan, penciuman, peraba rasa dan rasa takut. Gangguan sistem limbik mengakibatkan gangguan fungsi kontrol terhadap agresi dan emosi, kesulitan mengendalikan emosinya, dan menjadi terlalu agresif atau sangat pasif.

d. Sensory Interpretation Errors

Rangsangan sensoris berasal dari reseptor visual, auditori dan taktil yang mengalami proses yang kacau di otak anak, sehingga timbul persepsi yang kacau atau berlebihan. Hal tersebut menyebabkan kebingungan dan ketakutan pada anak yang mengakibatkan anak menarik diri dari lingkungan yang dianggapnya “menakutkan” tersebut.³¹

3. Simptom yang muncul pada *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

Beberapa gejala *Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah sebagai berikut :

a. Usia 0-6 bulan

- 1) Bayi tampak tenang dan jarang menangis.
- 2) Terlalu sensitif (sering terganggu atau terusik).
- 3) Gerakan tangan dan kaki berlebihan terutama bila mandi.
- 4) Tidak melakukan babbling atau ocehan bayi pada umumnya.
- 5) Tidak ditemukan senyum sosial di atas 10 minggu.
- 6) Tidak ada kontak mata di atas usia 3 bulan.
- 7) Perkembangan motorik kasar atau halus sering tampak normal.

b. Usia 6-12 bulan

- 1) Bayi tampak tenang dan jarang menangis.
- 2) Terlalu sensitif (sering terganggu atau terusik).

³¹Handoko, Handoyo sebagaimana dikutip oleh Dia Eka Arianti, Skripsi : “*Pola Interaksi Sosial Anak Autis (Studi Kasus Di Sekolah Luar Biasa Putra Mandiri Surabaya)*” (Surabaya : Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2010), 17.

- 3) Gerakan tangan dan kaki berlebihan.
 - 4) Sulit bila digendong.
 - 5) Tidak “babbling” (mengoceh).
 - 6) Menggigit tangan dan badan orang lain secara berlebihan.
 - 7) Tidak ditemukan senyum sosial.
 - 8) Tidak melakukan kontak mata.
 - 9) Perkembangan motorik kasar atau halus sering tampak normal.
- c. Usia 1-2 tahun
- 1) Ketika digendong terasa kaku.
 - 2) Tidak mau bermain permainan sederhana.
 - 3) Tidak mengeluarkan kata-kata, tidak tertarik pada boneka.
 - 4) Memiliki ketertarikan pada tangannya sendiri.
 - 5) Adanya keterlambatan perkembangan motorik kasar dan halus.
 - 6) Mungkin tidak menerima makanan cair.
- d. Usia 2-3 tahun
- 1) Tidak tertarik untuk bersosialisasi dengan teman sebaya.
 - 2) Melihat orang sebagai “benda”.
 - 3) Melakukan kontak mata terbatas.
 - 4) Memiliki ketertarikan pada benda tertentu.
 - 5) Kaku ketika digendong.³²
- e. Usia 3-5 tahun
- 1) Melakukan kontak mata seadanya.

³²Galih A. Veskarisyanti, *12 Terapi Autis Paling Efektif dan Hemat* (Jakarta : Buku Kita,2008), 17.

- 2) Lebih suka bermain sendiri dibandingkan dengan orang lain.
- 3) Menunjukkan respon tidak biasa yang mengganggu orang lain.
- 4) Menggunakan bahasa yang berbeda dengan anak-anak lain
(sangat sedikit berbahasa, berbahasa dengan baik tapi diulang-ulang, mengulangi kata-kata dari film, video atau program TV, sulit mengerti perkataan orang lain)
- 5) Punya sedikit atau tidak tertarik dengan permainan imajinasi.
- 6) Tidak tertarik dalam permainan kelompok.
- 7) Sangat terpaku pada beberapa permainan tertentu.
- 8) Perilaku sangat rutinitas.
- 9) Membuat gerakan tidak biasa seperti berputar atau berayun.
- 10) Sangat sensitif dengan suara, bau-bau, dan sentuhan

f. Usia 6-11 tahun

- 1) Melakukan kontak mata yang buruk.
- 2) Tidak suka menggunakan sikap seperti menunjuk, memberi tanda, melambai.
- 3) Tidak memiliki teman sebaya.
- 4) Lebih suka berbagi dengan anak-anak lain.
- 5) Tidak bisa menunggu atau membuat antrean, selalu ingin menjadi yang pertama.
- 6) Terlihat tidak peduli dengan perasaan orang lain.
- 7) Mengatakan hal yang sama berulang-ulang.
- 8) Tidak ingin dan tidak menikmati permainan pura-pura.

- 9) Sulit melakukan komunikasi dua arah.
 - 10) Bicara dengan cara yang tidak biasa (intonasi i).
 - 11) Ingin bermain dengan benda yang sama selama periode waktu yang panjang.
 - 12) Membuat gerakan aneh saat kesal atau bersemangat.
- g. Usia 12-17 tahun
- 1) Tidak bisa melakukan kontak mata secara konsisten.
 - 2) Membuat ekspresi wajah yang datar atau tidak biasa.
 - 3) Sulit memiliki atau mempertahankan teman.
 - 4) Tidak bisa melakukan komunikasi dua arah.
 - 5) Mengalami kesulitan memperkirakan apa yang orang pikirkan.
 - 6) Menunjukkan sikap yang tidak dapat diterima secara sosial.
 - 7) Menunjukkan kebutuhan obsesif atau rutinitas.
 - 8) Menunjukkan sikap kompulsif.³³

D. Model Interaksi Sosial Dan Regulasi Emosi Anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD)

Pola interaksi sosial meliputi hubungan antara individu dengan individu, individu dengan kelompok dan anatar kelompok, dimana dalam hubungan tersebut terdapat hubungan saling mempengaruhi secara timbal balik. Interaksi sendiri mengandung arti bahwa orang dengan mengadakan reaksi dan aksi akan membentuk dunia luar (keluarga, teman, tetangga, kelas sosila,

³³Suhadianto, *Pedoman Diagnosis* (Surabaya : Qtc), 7-9.

kelompok kerja, bangsa dan lain sebagainya).³⁴ Interaksi sosial pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) menjadi lebih rumit dengan adanya masalah yang dialami anak ASD, yaitu perubahan perhatian. Anak dengan ASD membutuhkan lebih banyak waktu untuk mengubah perhatiannya pada stimulus pendengaran dan stimulus visual. Hal ini menyulitkan anak dengan ASD untuk mengikuti interaksi sosial yang cepat berubah dan kompleks. Hal ini juga mengakibatkan anak ASD memiliki hambatan dalam mengingat informasi verbal yang panjang sehingga dapat menghambat interaksi sosial. Masalah ini merupakan bagian dari alasan mengapa anak ASD menjadi panik dan tidak tenang ketika mereka berhubungan dengan orang terlalu lama.

Dalam berinteraksi sosial anak dengan ASD menggunakan kontak mata, ekspresi wajah dan gestur untuk menunjukkan minat mereka, dan berusaha terlibat dalam pembicaraan. Anak ASD tidak memiliki kemampuan untuk membentuk pemahan dan menghayati lingkungan yang kompleks.³⁵

Kemampuan anak dengan ASD dalam mengembangkan pola interaksi sosial dengan orang lain sangat terbatas, bahkan mereka bisa tidak merespon stimulus dari orang lain. Autis merupakan kondisi anak yang mengalami gangguan hubungan sosial sejak lahir atau pada masa perkembangannya sehingga anak tersebut terisolasi dari kehidupan manusia.

Adapun ciri-ciri sub kelompok sosial pada anak dengan spektrum autis diantaranya adalah menjauhkan diri secara sosial (menyendiri dan tidak

³⁴Theo Peeters, *Panduan Autisme Terlengkap: Hubungan Antara Pengetahuan Teoritis Dan Intervensi Pendidikan Bagi Penyandang Autis* (Jakarta: Dian Rakyat, 2009), 109.

³⁵Theo Peeters, *Panduan Autisme Terlengkap: Hubungan Antara Pengetahuan Teoritis Dan Intervensi Pendidikan Bagi Penyandang Autis* (Jakarta: Dian Rakyat, 2009), 125.

peduli dalam sebagian situasi, interaksi terutama dilakukan dengan orang dewasa dilakukan secara fisik seperti mencolek atau eksplorasi fisik, minat kontak sosial rendah, memiliki sedikit komunikasi verbal atau nonverbal secara timbal balik, tidak terlalu berminat pada kegiatan bersama atau kegiatan saling memperhatikan, kontak mata rendah), interaksi pasif (terbatasnya pendekatan sosial secara spontan, menerima pendekatan orang lain, kepasifan mendorong adanya interaksi dari anak lain, sedikit kesenangan yang berasal dari kontak sosial tapi jarang terjadi penolakan secara aktif), interaksi aktif (ada pendekatan sosial secara spontan biasanya dengan orang dewasa, interaksi melibatkan keasyikan yang bersifat repetitif dan aneh, ekolalila yang segera atau tertunda, kemampuan mengabil peran sangat rendah, minat terhadap rutinitas interaksi lebih besar dibandingkan terhadap isi, sangat waspada terhadap reaksi orang lain, kurang bisa diterima secara sosial).³⁶

Sementara ciri-ciri sosial pada anak autism, antara lain; Tidak dapat menjalin kedekatan, tidak dapat melakukan respon sosial (menjawab pertanyaan, jabat tangan, melakukan hubungan timbal balik), tidak dapat melakukan inisiatif dalam sosial, tidak dapat membedakan kegunaan benda satu dengan yang lainnya, menunjukkan agresi atau penyerangan kepada dirinya sendiri atau kepada orang lain. Tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan.³⁷

³⁶Ibid., 123-124.

³⁷Theo Peeters, *Panduan Autisme Terlengkap: Hubungan Antara Pengetahuan Teoritis Dan Intervensi Pendidikan Bagi Penyandang Autis* (Jakarta: Dian Rakyat, 2009), 135-136.

Dengan kemampuan melakukan interaksi sosial yang rendah menyebabkan buruknya regulasi emosi pada anak. Hal ini dikarenakan proses interaksi yang terhambat menyebabkan kesalahpahaman yang dapat memicu munculnya emosi, dalam hal mengenali emosi anak ASD juga terbatas sehingga sering berujung pada regulasi emosi yang buruk.

Salah satu penyebab tidak stabilnya emosi anak *Autism Spectrum Disorder (ASD)* adalah berbagai kondisi yang mempengaruhi dan mengganggu proses perkembangan otak, baik yang terjadi sebelum, selama ataupun setelah bayi lahir. Sistem limbik memiliki peranan penting terhadap perilaku emosi manusia. Apabila sistem limbik mengalami kelainan maka tidak heran jika para penyandang ASD mengalami gangguan dalam proses emosi.³⁸

Anak dengan *Autisme Spectrum Disorder (ASD)* mengalami dampak gangguan kemampuan biologis. Anak-anak *Autisme Spectrum Disorder (ASD)* kesulitan dalam menganalisis dan memahami komunikasi, sehingga anak dengan *Autisme Spectrum Disorder (ASD)* mengalami hambatan dalam berkomunikasi. *Autisme* merupakan suatu gangguan perkembangan, gangguan pemahaman, gangguan kognisi mengenai pemahaman anak dalam melihat, mendengar, merasakan, dan mengecap. Mereka kemudian belajar untuk menghayati, memahami, untuk berpikir abstrak. Pemahaman berhubungan dengan proses seperti memperhatikan dan mengingat.³⁹

³⁸ Neila Ramdhani dan Retty Thiomina, "*Mengenali Pola Emosi Anak-Anak Autistik*" (Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada), 2.

³⁹*Ibid.*, 3.

Anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) menunjukkan perilaku stereotip sebagai suatu cara mereka untuk mengendalikan emosi. Tindakan menyakiti diri sendiri seperti, membenturkan kepala atau menarik rambut sendiri dilakukan anak autis untuk menghindari rasa sakit yang lebih besar dan menjadi fungsi komunikatif untuk mencari perhatian. Kembali pada rutinitas dapat menjadi cara anak untuk menghindari dan mengontrol rasa takut atau suatu cara untuk lari dari situasi yang membingungkan.⁴⁰

Anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) mungkin gagal melakukan adaptasi dengan strategi regulasi emosi dan bahkan bereaksi secara impulsif terhadap stimulus dengan tantrum, agresif atau menyakiti diri. Perilaku tersebut sering dianggap sebagai kesenjangan atau penyimpangan, tapi hal ini sebenarnya terjadi karena manajemen emosi yang tidak adekuat. Menurut Mazefsky, dkk, konsep mengenai *poor emotional regulation* pada anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD) merupakan regulasi emosi yang tidak adekuat, dalam psikiatri dicatat sebagai gangguan yang merupakan ciri neurobiologi yang menyebabkan gangguan perilaku.⁴¹

Richey, dkk, menyatakan bahwa gangguan autisme memiliki ciri gangguan regulasi emosi sebagai akibat dari keterbatasan dalam respon modulasi emosi. Terdapat gangguan pada bidang fungsional dari syaraf pusat yaitu pada pemrosesan sensorik. Anak dengan gangguan pemrosesan sensorik tidak dapat mengintegrasikan data emosional yang masuk dan

⁴⁰Ibid., 4.

⁴¹Mazefsky, C.A., Herrington, J., Siegel, M., Scarpa, A., Maddox, B.B., et al. "The role of emotion regulation in autism spectrum disorder", *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, (52, 2013), 679–688.

menafsirkannya dari berbagai sudut pandang. Pemrosesan emosional dapat dikacaukan oleh mereka yang terlalu reaktif atau kurang reaktif. Reaktifitas sensorik atau gangguan pemrosesan dapat menyebabkan anak salah dalam menafsirkan informasi emosional dari sekelilingnya sehingga mengakibatkan reaksi emosional yang tidak tepat atau eksterm.⁴²

Regulasi emosi mulai berkembang sejak bayi melalui hubungan ibu dan bayi, dalam relasi tersebut ibu berfungsi sebagai co-regulation, yaitu ibu memfasilitasi perkembangan emosi dengan cara memberikan dukungan pada munculnya perkembangan emosi, memahami dan mengekspresikan emosi tersebut.⁴³

Dalam penelitian Festa Yumpi, dapat diketahui beberapa cara untuk meningkatkan regulasi anak *Autism Spectrum Disorder* (ASD), diantaranya menggunakan intonasi suara, melakukan pencegahan dengan diet makan, pengabaian, memijat, meniadakan stimulus penyebab, memberitahu batasan perilaku.⁴⁴

⁴²Richey, A., Damiano, A.R., Sabatino, A., Rittenberg, A., Petty, C., Bizzell, J., Voyvodic, J., Heller, A.S., Coffman, M.C., Smoski, M., Davidson, R.J., Dichter, G.S., "Neural Mechanisms of Emotion Regulation in Autism Spectrum Disorder", *J Autism Dev Disord*. Springer Science+Business Media New York (2015)

⁴³Hartmann, K., Urbano, M., Manser, K., Okwara, L., "Modified Dialectical Behaviour Therapy to Improve Emotion Regulation in Autism Spectrum Disorder In Richardson, C.E., Wood, R.A (Eds). *Autism Spectrum Disorder*", Chapter II. Nova Science Publisher. Virginia (2012), 42-72.

⁴⁴Festa Yumpi-R, "Peran Orangtua Pada Regulasi Emosi Anak Autis", *INSIGHT* ISSN : 1858-4063 (Vol 12, No.1, April 2016), 39-56.