

**STRATEGI REGULASI EMOSI PADA IBU YANG MEMILIKI
ANAK *ATTENTION-DEFICIT/HYPERACTIVITY DISORDER*
(ADHD)**

SKRIPSI



Disusun Oleh :

Rr. WINA AYUDYA ANGGRAINI

NIM. 111611133021

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2020

**STRATEGI REGULASI EMOSI PADA IBU YANG MEMILIKI
ANAK *ATTENTION-DEFICIT/HYPERACTIVITY DISORDER*
(ADHD)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Airlangga Surabaya

Disusun Oleh :

Rr. WINA AYUDYA ANGGRAINI

NIM. 111611133021

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2020



LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun ini merupakan hasil karya saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam skripsi yang saya peroleh dari hasil karya tulis orang lain telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiasi dalam skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya sandang beserta segala konsekuensinya, sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Surabaya, 1 Juni 2020

Menyetujui,



Rr. Wina Ayudya Anggraini

NIM. 111611133021

HALAMAN PERSETUJUAN

**STRATEGI REGULASI EMOSI PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK
*ATTENTION-DEFICIT/HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)***

Surabaya, 31 Mei 2020

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi



Ika Yuniar Cahyanti, M.Psi., Psikolog

NIP. 197706012005012016

**HALAMAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI UNIVERSITAS AIRLANGGA**

Naskah skripsi dengan identitas berikut ini:

Penulis : Rr. Wina Ayudya Anggraini
NIM : 111611133021
Judul : STRATEGI REGULASI EMOSI PADA IBU YANG
MEMILIKI ANAK ATTENTION-
DEFICIT/HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)

telah disetujui oleh dosen pembimbing penulisan skripsi dan telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal, 22 Juni 2020

Dosen pembimbing : Ika Yuniar Cahyanti, M.Psi., Psikolog
NIP. 197706012005012016

Ketua penguji : Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog
NIP. 197104211997022001

Sekretaris penguji : Dr. Hamidah, M.Si., Psikolog
NIP. 196505201997032002

Anggota penguji : Ika Yuniar Cahyanti, M.Psi., Psikolog
NIP. 197706012005012016

Surabaya, 15 Juli 2020

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.

NIP. 198303042006042004

HALAMAN MOTTO

“Nothing is impossible”

“Don’t give up on something just because it scares you. That’s not how you grow. Breathe. Trust yourself. Know that you are going to absolutely smash it!”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Ayah dan Ibu

Terima kasih banyak atas kasih sayang dan do'a yang tidak pernah berhenti dipanjatkan untuk penulis. Terima kasih karena selalu mendampingi dan memberikan dukungan selama proses pengerjaan tugas akhir ini.

I love you both.

Teman-teman

Terima kasih karena telah mendukung dan selalu memberikan semangat agar penulis tetap memiliki keyakinan untuk dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah SWT karena atas rahmat dan ridho-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Strategi Regulasi Emosi pada Ibu yang Memiliki Anak *Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder* (ADHD)” sebagai salah satu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Penulis menyadari bahwa dalam prosesnya, penulis tidak terlepas dari dukungan, do’a, bantuan, serta saran dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Ika Yuniar Cahyanti, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan waktu, ilmu, dukungan, serta bimbingannya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Dewi Syarifah, M.Psi., Psikolog selaku dosen wali yang telah memberikan saran dan dukungan selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
4. Seluruh dosen, *staff*, dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmunya serta membantu segala urusan penulis, baik dalam hal perkuliahan maupun organisasi.

5. Ayah dan ibu, terima kasih atas kasih sayang, do'a, serta dukungan yang selalu diberikan kepada penulis. Terima kasih telah memberi kekuatan dan pengertian sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh keluarga besar yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis. Terima kasih kepada Tante Erni yang telah membantu penulis mendapatkan subjek penelitian.
7. Subjek penelitian, yaitu Tante DK, Tante EDS, dan Tante SA beserta keluarga yang terlibat, terima kasih atas kesediaannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dan berbagi pengalaman dengan penulis.
8. Ibu Iis, serta para guru dari ketiga sekolah yang terlibat, terima kasih telah membantu penulis dalam proses perizinan sekolah hingga mendapatkan subjek penelitian.
9. Jessica Devina Sinambela, "*my everyday-mate*" selama kuliah. Terima kasih karena selalu menemani, memberikan dukungan, serta dapat menyelesaikan studi bersama penulis. *We made it this far, Je!*
10. Anggi Senda Nikenindya, Nurul Hernoviningtyas, dan Annisa Mia Ladita, terima kasih telah menjadi teman dan tempat bagi penulis untuk berkeluh kesah. Terima kasih karena terus memberikan dukungan dan meyakinkan penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Grup Masa Depan Benderang, yaitu Farah, Jessica, Wulan, Husnun, dan Ali, terima kasih telah berproses bersama, menemani, dan memberikan banyak bantuan kepada penulis.

12. Kabinet Karya BEM KM Fakultas Psikologi 2019, terutama Departemen PEMIKAT, Regitta, Fadhil, Niken, Firyal, Kiara, dan Adrifa. Terima kasih atas suka duka, pengalaman, pelajaran, dan dukungan yang diberikan.
13. Panitia Konsumsi *Student Day* 2017 dan *Student Day* 2018 “Sayuran Squad”, panitia *Event Funding Psychofest 2018*, panitia Konsumsi *Psycho Cup* 2018, dan panitia *Food and Beverage Psychofest 2019*, terima kasih atas kesempatan untuk bekerjasama dan pengalaman yang diberikan.
14. Keluarga besar Unit Pelayanan Psikologi (UPP) 2020-2021 “YUPIPI 2.0”, yaitu Farah, Naya, Ayu, Tasya, Alike, Nabila, Sonia, Bitu, Delop, Echa, Rifdah, Hanna, Mita, Ella, Farras, Ojak, Bagas, Rico, dan Mbak Uut selaku *manager* UPP, terima kasih atas suka duka dan pengalaman kerjanya.
15. Sahabat penulis, yaitu Laras, Tata, Ayu, Cica, Nindy, Zakiiyyah, dan Reza. Terima kasih untuk dukungan dan kebersamaannya selama ini.
16. Amadea, Avindra, Amira, Rara, dan Fadhil, terima kasih atas bantuan dan dukungan yang diberikan kepada penulis.
17. Sikureueng 2016, yaitu Uti, Gistha, Elya, Tata, Siro, Hafni, Zata, Amadea, Anin, Nadya, Haztika, Fadhil, dan Ali, terima kasih atas pengalaman yang luar biasa, tidak akan penulis lupakan.
18. Kelompok *Student Day* 2016 “KRAEPELIN”, Farah, Jessica, Pipit, Amadea, Wulan, Erika, Ali, Edo, dan Mbak Vira. Terima kasih banyak atas pengalaman yang berkesan, kebersamaan, dan candaannya.
19. Seluruh teman-teman angkatan 2016 “PALAPSYCHE”, terima kasih atas pengalaman, dukungan, dan kebersamaannya.

20. Teman-teman KKN BBM 59 Candisari 2018, yaitu Mas Dio, Dhama, Novi, Meralda, Olivia, Essi, Mita, Vero, dan Dhamon. Terima kasih untuk pengalaman luar biasanya selama 25 hari, *dulur*.
21. Seluruh pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih karena telah menemani, memberikan dukungan, serta bantuan kepada penulis dalam hal apapun itu. *Thank you for being part of my journey*.

Penulis menyadari bahwa dalam pengerjaannya, skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dapat membuat karya ini menjadi lebih baik lagi. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi sesama.

Surabaya, 1 Juni 2020

Penulis