

Pengaruh Kestabilan Emosi Terhadap Manajemen Diri Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar Daring

Chainisa Ayu Seprina*, Akhmad Liana Amrul Haq, Hermahayu

Psikologi, Fakultas Psikologi & Humaniora, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

*email: chainisa.seprina@gmail.com

DOI: [10.31603/bpsr.6988](https://doi.org/10.31603/bpsr.6988)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh kestabilan emosi terhadap manajemen diri orang tua dalam mendampingi anak belajar daring. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan bentuk penelitian *korelasional*. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah subjek sebanyak 113 dari orang tua SD ITQ As Syafi'iyah. Proses analisis data menggunakan uji hipotesis regresi linear sederhana dengan bantuan IBM SPSS Statistics versi 20. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0.670 dan nilai koefisien (R Square) sebesar 0.449, sehingga dapat diartikan terdapat pengaruh variabel bebas (kestabilan emosi) terhadap variabel terikat (manajemen diri) adalah sebesar 44.9%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kestabilan emosi memiliki pengaruh terhadap manajemen diri orang tua dalam mendampingi anak belajar secara daring.

Kata-Kata Kunci: Kestabilan Emosi; Manajemen Diri; Pembelajaran Daring.

The Effect Of Emotional Stability On Parents Self-Management In Accompanying Children's Online Learning

Abstract

This study aims to determine the effect of emotional stability on parents' self-management in assisting children in online learning. This research uses a quantitative approach in the form of correlational research. The sampling method used a simple random sampling technique with a total of 113 subjects from the parents of SD ITQ As Syafi'iyah. The data analysis process used a simple linear regression hypothesis test with the help of IBM SPSS Statistics version 20. The results showed that there was a correlation/relationship value (R) of 0.670 and a coefficient value (R Square) of 0.449, so it can be interpreted that there is an influence of independent variables. (emotional stability) to the dependent variable (self-management) is 44.9%. These results indicate that emotional stability has an influence on parents' self-management in accompanying children to learn online.

Keywords: Emotional Stability; Self Management; Online Learning.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

1. Pendahuluan

Adanya pandemi covid-19 tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan namun juga berdampak pada sektor pendidikan (Rosanti, 2021). Situasi tersebut merubah pola pembelajaran yang dilakukan secara tatap muka berubah menjadi pembelajaran jarak jauh (PJJ) atau disebut dengan istilah “daring”. Istilah pembelajaran daring merupakan akronim dari “dalam jaringan” (Rosanti, 2021). Kondisi ini mengakibatkan orang tua yang memiliki anak harus memerankan peran ganda yaitu untuk bekerja dan mendampingi anak-anaknya dalam belajar. Orang tua memiliki tugas tambahan untuk mendampingi anak dalam mengikuti pembelajaran daring. Pada prosesnya orang tua dituntut untuk memiliki pengetahuan yang luas mengenai perkembangan teknologi informasi dalam pembelajaran daring pada masa covid – 19 (Rosanti, 2021).

Proses orang tua dalam mendampingi anak saat pembelajaran daring bukan tanpa masalah, kenyataannya banyak orang tua yang merasa kewalahan karena adanya tugas ganda tersebut. Tugas ganda orang tua tidak hanya terkait dengan tuntutan pekerjaan namun juga tuntutan untuk mendampingi, memahami dan mengajarkan anak dalam pembelajaran daring. Hasil *preliminary research* dengan teknik wawancara dan observasi menunjukkan bahwa lima dari delapan orang tua yang memiliki anak Sekolah Dasar menyampaikan bahwa semenjak pembelajaran daring lebih sering memarahi anak khususnya saat anak dirasa tidak bisa diajak bekerja sama. Kemarahan orang tua muncul karena orang tua yang merasa kesulitan membagi waktu antara harus mendampingi anak dan harus bekerja. Kemarahan orang tua juga muncul karena ketidak sabaran dalam mendampingi dan memahami materi kepada anak saat pembelajaran daring. Tiga orang tua lainnya menyampaikan bahwa 1) cenderung memaklumi kondisi anak yang tidak mau dipaksa ketika sedang belajar, 2) jarang memarahi anak ketika sedang tidak mau belajar ataupun sulit mengerjakan tugas, dan 3) anak yang mudah untuk diarahkan. Berdasarkan hasil *preliminary research* tersebut tampak bahwa orang tua cenderung mengalami kesulitan untuk mengelola emosi saat mendampingi anak saat proses pembelajaran daring. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua perlu memiliki kemampuan manajemen diri.

Manajemen diri merupakan kemampuan seseorang dalam menggunakan strategi agar mampu berhadapan secara konstruktif dan efektif dengan variabel-variabel yang mempengaruhi kualitas dari kehidupan personal. Kemampuan ini mencakup manajemen waktu, motivasi, penyusunan tujuan, manajemen stres, konsentrasi, dan manajemen prokrastinasi (Nurahaju, 2020). Hal ini perlu disadari bagi orang tua untuk memiliki manajemen diri yang baik. Adapun, salah satu faktor yang diduga mempengaruhi kemampuan manajemen diri adalah kestabilan emosi.

Hal yang serupa juga dipaparkan pada penelitian (Khoiratunnisaa, 2016) di mana kestabilan emosi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam manajemen diri seseorang, karena seseorang dengan kestabilan emosi yang tinggi jarang mengalami kecemasan. Jika hal tersebut dikaitkan dalam permasalahan yang ditemukan peneliti, maka orang tua yang dapat mengatur diri dan kegiatannya dengan baik akan tidak mudah terganggu konsentrasinya saat bekerja, emosinya tidak mudah meledak, dan lebih mudah sabar. Salah satu faktor yang mempengaruhi manajemen diri individu adalah terkait dengan kestabilan emosi.

Menurut Semiun (Utomo & Meiyuntari, 2015) mengungkapkan bahwa dalam perkembangan individu yang menyangkut emosinya, terdapat dua macam kualitas emosi, yaitu emosi positif dan negatif. Bentuk emosi positif diekspresikan dalam perilaku yang dapat menumbuhkan rasa senang; misalnya cinta, gairah, harapan, semangat, dan kegembiraan. Sedangkan emosi negatif dirasa tidak menyenangkan bagi individu, seperti putus asa, kecewa, marah, sedih. Emosi dapat dikatakan stabil apabila ekspresi emosi ditampilkan dengan konstruktif dan tidak membahayakan, interpretasi yang obyektif terhadap suatu peristiwa dan membiasakan diri menghadapi segala tantangan dan menciptakan jalan keluar (Ali & Hidayat, 2016). Menurut Bandura dan Locke (Herawati, 2019) ketika individu dengan kestabilan emosi yang tinggi akan merasa tenang, dan lebih percaya diri untuk mencapai kesuksesan. Sedangkan kestabilan emosi yang rendah menurut Wiggins (Herawati, 2019) bahwa individu akan mudah merasa cemas, emosional, mudah malu, dan murung.

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini penting untuk dilakukan karena hasil *preliminary research* menunjukkan bahwa kondisi pandemi covid-19 menimbulkan permasalahan bagi orang tua yang mendampingi anaknya mengikuti pembelajaran daring. Permasalahan yang muncul adalah terkait manajemen diri. Selain itu, penelitian ini penting dilakukan karena belum adanya penelitian terdahulu yang fokus mengkaji pengaruh kestabilan emosi terhadap manajemen diri pada orang tua di era pembelajaran daring saat pandemi covid-19. Adanya penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan terkait dengan kemampuan manajemen diri orangtua dilihat dari kestabilan emosi dalam diri.

2. Metode

2.1. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan bentuk penelitian *korelasional* yaitu penelitian yang dirancang untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan yang ada di antara variabel-variabel, kemudian akan dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana di mana terdapat antara satu variabel dependen dan satu variabel independen.

2.2. Partisipan

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Islam Tahfidz Qur'an (SD ITQ) As Syafi'iyah yang terletak di Lingkungan Cabean, Mendut, Mungkid, Kab. Magelang, Jawa Tengah. Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua siswa sebanyak 153. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dan untuk mengukur besaran minimal sampling menggunakan Teknik perhitungan slovin. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa minimal sampel yaitu 60. Jumlah partisipan yang bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 113 orang.

2.3. Pengumpulan Data

Peneliti memperoleh data berdasarkan hasil distribusi aitem skala melalui *platform google form* yang bersifat pernyataan tertutup dengan jenis skala *likert*. Skala manajemen diri yang digunakan berdasarkan teori Krug (Douglass & Douglass, 1993), dalam skala ini mengukur tujuh aspek yaitu kehangatan (*warmth*), kecerdasan (*intelligence*), keberanian (*boldness*), kestabilan emosi (*emotional stability*), ketajaman berpikir (*shrewdness*), rasa aman (*security*), disiplin. Hasil

uji validitas dan reliabilitas menunjukkan 16 aitem yang valid dengan nilai alpha cronbach 0.897. Skala kestabilan emosi yang digunakan berdasarkan teori Scheneider (Utomo & Meiyuntari, 2015). Skala ini mengukur tiga aspek yaitu adekuasi, kematangan emosi, dan kontrol emosi. Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan 22 aitem yang valid dengan nilai alpha cronbach 0.895.

2.4. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Teknik analisis regresi linier sederhana dengan bantuan *software* berupa IBM SPSS *Statistics* versi 20.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil Deskripsi Statistik

Hasil analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek penelitian dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis. Pada **Tabel 1** menunjukkan bahwa nilai *mean* pada variabel manajemen diri sebesar 62,03 dengan standar deviasi 5.944, dan nilai mean pada variabel kestabilan emosi sebesar 80,25 dengan standar deviasi 8.282, sehingga terlihat bahwa kondisi manajemen diri dan kestabilan emosi berada pada kondisi tinggi.

Tabel 1. Statistik Deskriptif

	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
Manajemen Diri (Y)	113	50	80	62.03	5.944
Kestabilan Emosi (X)	113	63	110	80.25	8.282
Valid N (listwise)	113				

Uji prasyarat dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas menggunakan teknik statistik *one sample Kolmogorov-Smirnov*. Pada **Tabel 2** menunjukkan hasil uji normalitas dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig (2-tailed)) yaitu 0,981, sehingga hal tersebut memiliki arti bahwa data terdistrusi secara normal. Tahap selanjutnya yang dilakukan adalah uji linieritas. Hasil uji linieritas ditunjukkan pada **Tabel 3** yang menyebutkan bahwa hubungan antara manajemen diri dengan kestabilan emosi adalah linear yang dibuktikan dengan nilai Sig. pada *Deviation from Linearity* yaitu $0,671 > 0,05$.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

	<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>	113
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	.468
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.981

Tabel 3. Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table							
		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>	
<i>(Combined)</i>		2342.351	33	70.980	3.473	.000	
<i>MD</i>	<i>* Between Groups</i>	<i>Linearity</i>	1777.276	1	1777.276	86.961	.000
		<i>Deviation from Linearity</i>	565.075	32	17.659	.864	.671
<i>KE</i>	<i>Within Groups</i>		1614.570	79	20.438		
	<i>Total</i>		3956.920	112			

Uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana yang digunakan untuk mengungkap persamaan regresi variabel bebas terhadap variabel terikat atau untuk menjawab hasil hipotesis. Hasil uji hipotesis pada Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh sebesar $0,000 < 0,005$, dan nilai R Square 0,449, sehingga dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh variabel bebas (kestabilan emosi) terhadap variabel terikat (manajemen diri) sebesar 44,9% sedangkan memiliki sisa sebesar 55,1%, di mana manajemen diri masih bisa dipengaruhi oleh variabel lain. Kemudian, pada hasil koefisien regresi kestabilan emosi sebesar 0,481 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai kestabilan emosi, maka nilai manajemen diri bertambah sebesar 0,481. Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X (kestabilan emosi) terhadap Y (manajemen diri) adalah positif.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Regresi	T Hitung	Sig.
Konstanta	23.430		
Kestabilan Emosi	0.481	9.514	0.000
F Hitung = 90.509			
R Square = 0.449			

3.2. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh variabel kestabilan emosi (X) terhadap variabel manajemen diri (Y). Berdasarkan hasil hipotesis yang telah didapatkan nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,670 kemudian diperoleh koefisien (R Square) sebesar 0,449, yang dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh variabel bebas (kestabilan emosi) terhadap variabel terikat (manajemen diri) adalah sebesar 44,9%, dan dapat dipengaruhi oleh variabel lain sebesar 55,1%. Kemudian, diketahui nilai $F_{hitung} = 90,509$ dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,005$.

Sehingga hasil pengukuran pengaruh variabel bebas berupa kestabilan emosi menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan terhadap variabel terikat yaitu manajemen diri, dalam hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi kestabilan emosi orang tua, maka manajemen diri juga akan semakin tinggi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara manajemen diri terhadap kestabilan emosi. Adanya strategi *self-management* terbukti dapat meningkatkan stabilitas emosi yang ditunjukkan dengan munculnya perilaku yang lebih adaptif, mampu mengontrol respon terhadap lingkungan (Azmi et al., 2021). Kestabilan emosi pada individu dapat berdampak pada adanya perubahan perilaku, di mana perubahan tersebut menunjukkan kepada perilaku positif dan berkurangnya perilaku yang menunjukkan emosi kurang stabil (Chotimah, 2010; Dirgantara, 2020; Hernanda, 2020; Santika, 2015).

Berdasarkan pemaparan di atas jika dilihat sesuai dengan definisi manajemen diri, di mana menurut Soekadji (Kusasi, 2013) manajemen diri merupakan suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau menata tingkah lakunya sendiri. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap manajemen diri adalah kestabilan emosi. Menurut Driskel, dkk. (Herawati, 2019) menyatakan bahwa kestabilan emosi mencerminkan aspek yang berkaitan dengan penyesuaian terhadap diri sendiri maupun orang lain. Seseorang yang memiliki kestabilan emosi tinggi akan cenderung memiliki penyesuaian yang baik, merasa aman, tenang, serta percaya diri. Sehingga, apabila orang tua lebih cenderung merasakan kegelisahan, kecemasan, serta kekhawatiran terhadap rutinitas maupun penyesuaian aktivitas nya maka hal tersebut mencerminkan tingkat kestabilan emosi orang tua rendah dan akan mempengaruhi keberlangsungan manajemen dirinya.

Pada sisi lain, manajemen diri juga dapat dipengaruhi oleh variabel lain selain kestabilan emosi. Hal tersebut dapat dikaitkan dengan faktor yang mempengaruhi manajemen diri menurut Krug (Douglass & Douglass, 1993) yaitu kehangatan (*warmth*), kecerdasan (*intelligence*), keberanian (*boldness*), kestabilan emosi (*emotional stability*), ketajaman berpikir (*shrewdness*), rasa aman (*security*), disiplin. Selain itu, pengembangan kestabilan emosi pada individu juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain. Menurut Marliany (Ali & Hidayat, 2016) menyampaikan bahwa faktor tersebut terdapat pada dukungan internal dalam dirinya dan juga dorongan atau dukungan eksternal dari lingkungannya, di mana hal tersebut dapat dipengaruhi oleh 4 faktor yaitu faktor rasa aman (*safety*), rasa percaya diri (*trust*), kontrol (*control*), dan harga diri (*esteem*). Sehingga dalam hal ini peneliti mencoba mengkaitkan hal tersebut dengan kondisi di lapangan penelitian, bahwa berdasarkan hasil essay pendapat responden pada akhir skala penelitian ditemukan sebesar 7,3% orang tua cenderung tidak mengalami kendala dalam mendampingi anak belajar daring, dalam hal ini orang tua terlihat memiliki wawasan yang cukup luas, karena dapat dengan mudah mengkondisikan anak, dan mampu mendampingi anak belajar daring dengan optimal, jika dikaitkan pada faktor manajemen diri bahwa beberapa orang tua tersebut memiliki faktor kecerdasan yang bagus sehingga mampu me-manajemen dirinya dengan baik.

Selanjutnya, pada hasil data essay lainnya ditemukan bahwa kondisi pembelajaran daring ini membuat orang tua dapat lebih memahami kemampuan anak dalam belajar dan mengerjakan

soal, sehingga beberapa orang tua merasakan bahwa ada tingkat kedekatan atau kehangatan yang diberikan kepada anak dalam hal ini presentase yang diperoleh sebanyak 32,5% orang tua mampu memberikan pendampingan yang intens dalam belajar daring anak. Apabila dikaitkan dengan faktor manajemen diri maka hal tersebut masuk dalam bagian kehangatan, dimana orang yang memiliki kehangatan tinggi biasanya akan mudah dalam berhubungan dengan orang lain, mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial (Douglass & Douglass, 1993). Berdasarkan hasil data essay responden orang tua masih mengeluhkan disiplin waktu yang kurang diperhatikan sehingga mempengaruhi pada manajemen dirinya, hal ini jika dipresentasikan sebesar 23,6%, dalam hal ini orang tua kesulitan membagi waktunya untuk mengatur kegiatan sehari-harinya, terutama ketika selama pandemi segala aktivitas hampir 24 jam selalu berada di area rumah. Disamping itu terdapat presentase 5,7% orang tua mulai mengalami adanya pemikiran yang lebih tajam dalam mencari solusi untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam mendampingi anak belajar daring.

Hasil penelitian ini mendukung dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dimana kestabilan emosi dengan manajemen diri dapat saling memberikan pengaruh yang signifikan. Selain itu, dalam penelitian ini juga diperoleh nilai kontribusi kestabilan emosi terhadap manajemen diri sebesar 44,9% yang artinya sebanyak 55,1% manajemen diri masih bisa dipengaruhi oleh variabel lain. Oleh karena itu, pada penelitian berikutnya dapat dilakukan pengukuran terhadap pengaruh variabel lainnya yang belum diteliti dalam penelitian ini, seperti diantaranya faktor manajemen diri yaitu kehangatan (*warmth*), kecerdasan (*intelligence*), keberanian (*boldness*), ketajaman berpikir (*shrewdness*), rasa aman (*security*), disiplin (Douglass & Douglass, 1993).

4. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh kestabilan emosi terhadap manajemen diri pada orang tua dalam mendampingi anak belajar daring. Pengaruh kestabilan emosi terhadap manajemen diri sebesar 44,9%, sedangkan manajemen diri dipengaruhi oleh kestabilan emosi sebesar 55,1%. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah penggunaan variabel bebas yang mungkin bisa diupayakan lebih dari satu, dikarenakan pada faktor manajemen diri ini masih bisa ditinjau dengan penggunaan variabel lainnya. Selain itu, metode pengumpulan data yang menggunakan *google form* mengakibatkan pengisian kuesioner skala tidak dapat dikontrol langsung oleh peneliti, sehingga peneliti menemukan beberapa isian data yang mengisi secara berulang maupun pengisian yang dilakukan oleh pihak selain orang tua sehingga isian data responden tersebut tidak bisa digunakan karena khawatir adanya bias dalam hasil data tersebut. Berdasarkan hasil dan keterbatasan dalam penelitian ini, maka peneliti mengharapkan bagi penelitian selanjutnya dapat meneliti manajemen diri lebih mendalam, seperti melibatkan dua variabel yang dapat mempengaruhi manajemen diri secara bersamaan, di mana hal tersebut bisa lebih disesuaikan dengan teori manajemen diri dan kondisi situasi di lapangan.

Referensi

Ali, M. Y., & Hidayat, T. (2016). Hubungan Kestabilan Emosi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani (Studi Pada Siswa Kelas X-1 SMAN 1 Senori, Tuban). *Jurnal Pendidikan Olahraga*

Dan Kesehatan, 4, 25.

- Azmi, A. U., Mustika, I., & Supriatna, E. (2021). Strategi Self-Management Untuk Mengembangkan Stabilitas Emosi Siswa. *Fokus*, 4(3), 235–240.
- Chotimah, C. (2010). *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Karangnom Klaten*.
- Dirgantara, R. J. (2020). Pengaruh Stabilitas Emosi dan Motivasi Berprestasi Terhadap Kebanggaan Diri Atlet Muaythai Kota Balikpapan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 757–766. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Douglass, M. E., & Douglass, D. N. (1993). Manage Your Time, Your Work, Yourself. In *American Management Association*. Amacom Books.
- Herawati, A. (2019). *Pengaruh Pola Asuh dan Stabilitas Emosi Terhadap Kemandirian Mahasiswa Perantau*. 7(2), 201–210.
- Hernanda, R. (2020). Stabilitas Emosi Dengan Pengendalian Diri Pada Pasien Hipertensi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 482–289. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Khoiratunnisaa, N. S. (2016). *Manajemen Diri Pada Mahasiswi Berprestasi Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Satu Mahasiswi D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada)*.
- Kusasi, M. (2013). Pengaruh Manajemen Diri Dan Kematangan Emosi Terhadap Pengambilan Keputusan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 2(1).
- Nurahaju, R. (2020). Gambaran Manajemen Diri Mahasiswa Saat Pandemi Covid-19 Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Khazanah Pendidikan*, 14(1), 31–43. <https://doi.org/10.30595/jkp.v14i1.8462>
- Rosanti, A. (2021). *Manajemen Pendidikan Orang Tua pada Masa Corona Virus dalam Peningkatan Kecerdasan Emosional dan Karakter Anak Berdasarkan pada Tingkat Pendidikan Orang Tua di SDN 1 Selajambe Kabupaten*. 1(3), 23–28.
- Santika, A. N. (2015). *Layanan Konseling Dengan Menggunakan Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Stabilitas Emosi Peserta Didik (Studi Kasus Terhadap Tiga Orang Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandung)*.
- Utomo, R. H. R. P., & Meiyuntari, T. (2015). Kebermaknaan Hidup, Kestabilan Emosi dan Depresi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(03), 274–287. <https://doi.org/10.30996/persona.v4i03.722>
-