

Lampiran

A. Lembar Hasil Cek Plagiasi

B. Pedoman Wawancara

4. Instrumen Wawancara

Instrumen wawancara dalam penelitian ini disusun dengan mengacu pada metode deskriptif, dengan pertanyaan sebagai berikut:

No	Indikator	Sub Fokus	Pertanyaan
1.	Pengelolaan Emosi	Perasaan saat menghadapi situasi	Bagaimana perasaan Anda ketika menghadapi situasi yang membuat marah, kecewa, atau cemas?
2.	Pengelolaan emosi	Strategi mengelola emosi	Apa yang biasanya Anda lakukan untuk menenangkan diri ketika emosi tersebut muncul?
3.	Pengelolaan emosi	Pengendalian respon	Bagaimana reaksi Anda Ketika sedang marah?
4.	Pengelolaan emosi	Perubahan pengelolaan emosi	Apa yang biasanya Ibu lakukan ketika emosi mulai muncul?
5.	Perubahan perilaku	Sikap dalam menghadapi masalah	Bagaimana biasanya Anda bersikap ketika menghadapi masalah dalam keluarga, khususnya dengan anak?
6.	Perubahan perilaku	Perubahan tindakan	Apakah pernah ada tindakan yang anda sesali setelah marah dan melalui berbagai pengalaman tersebut?
7.	Perubahan perilaku	Pengambilan keputusan	Apakah Ibu pernah berusaha mengendalikan diri ketika marah? Ceritakan.
8.	Evaluasi keyakinan	Pola pikir terhadap situasi	Menurut anda, apa harapan yang selama ini anda inginkan dari keluarga khususnya dari anak-anak?
9.	Evaluasi keyakinan	Kesadaran hubungan pikiran-emosi	Menurut anda, apa yang membuat pikiran tersebut sering muncul?
10.	Evaluasi keyakinan	Refleksi pikiran negatif	Pernahkah Anda mencoba mempertanyakan atau menilai

			kembali pikiran negatif yang muncul?
11.	Evaluasi keyakinan	Perubahan pola pikir	Bagaimana anda memandang keluarga khususnya perilaku anak yang sering tidak sesuai dengan harapan?
12.	Penerimaan diri	Pandangan terhadap diri	Bagaimana perasaan anda terhadap diri sendiri ketika menyadari telah melakukan kesalahan dalam keluarga dan mendidik anak?
13.	Penerimaan diri	Sikap menyalahkan diri	Apa yang paling sulit anda terima dari diri sendiri dalam menjalankan peran sebagai orang tua?
14.	Penerimaan diri	Penerimaan kelebihan dan kekurangan	Menurut anda, masalah apa yang paling berat yang masih anda hadapi dalam mengendalikan diri sebagai orang tua?

5. Pedoman Observasi

No	Indicator	Deskripsi perilaku yang diamati
1.	Pengelolaan emosi	Orang tua mampu mengendalikan emosi ketika menghadapi situasi yang memicu kemarahan atau kecemasan.
2.	Pengelolaan emosi	Orang tua menunjukkan sikap lebih tenang dalam berinteraksi dengan anak dan anggota keluarga.
3.	Perubahan perilaku	Orang tua mulai mengurangi perilaku spontan atau reaksi emosional yang berlebihan.
4.	Perubahan perilaku	Orang tua menunjukkan perubahan cara berbicara dan bersikap dalam menghadapi masalah keluarga.
5.	Kemampuan mengevaluasi keyakinan	Orang tua mulai mempertimbangkan kembali pola pikir atau keyakinan yang kurang rasional.
6.	Kemampuan mengevaluasi keyakinan	Orang tua menunjukkan usaha untuk berpikir lebih realistis sebelum mengambil tindakan.
7.	Penerimaan diri	Orang tua mampu menerima kekurangan dan kelebihan diri tanpa menyalahkan diri secara berlebihan.

8.	Penerimaan diri	Orang tua menunjukkan sikap lebih terbuka terhadap proses perubahan diri.
9.	Relasi keluarga	Orang tua menunjukkan komunikasi yang lebih baik dengan anak dan anggota keluarga.
10.	Self-control	Orang tua mampu menahan respon negatif ketika menghadapi tekanan atau konflik keluarga.

C. Verbatim

Tabel Verbatim Informan 1

Wawancara Dengan PB, Sabtu, 25, April, 2026, Di Dusun Bela'

	Verbatim	Nomor baris	Komentar/Eksplorasi
P1	Bagaimana perasaan Ibu ketika menghadapi situasi yang membuat Ibu marah, kecewa, sedih, atau cemas dalam mendidik anak?		
S1	Yaaaaa. Kalau menghadapi keadaan seperti itu, biasanya perasaan saya langsung berubah. Misalnya ketika anak tidak mendengarkan apa yang saya katakan atau melakukan sesuatu yang sudah berulang kali saya larang, saya langsung merasa kesal. Biasanya mungkin hanya sedikit kecewa, tetapi lama-kelamaan berubah menjadi marah. Saya merasa seperti apa yang saya katakan tidak dianggap penting oleh anak. Kadang saya juga merasa sedih karena sebagai orang tua saya ingin melihat anak bertumbuh dengan baik, tetapi kenyataannya tidak selalu seperti yang saya harapkan. Selain itu ada rasa cemas juga. Saya sering memikirkan bagaimana masa depan anak kalau mereka terus melakukan hal-hal yang salah. Pikiran-pikiran seperti itu membuat saya sulit tenang. Dalam keadaan emosi, saya sering merasa kepala saya penuh dengan berbagai macam pikiran sehingga sulit mengendalikan diri.	1 2 3	
P2	Masalah apa yang paling sering membuat Ibu kehilangan kesabaran terhadap anak?		
S2	Yang paling sering membuat saya kehilangan kesabaran adalah ketika anak tidak mendengarkan nasihat yang sudah berkali-kali saya sampaikan. Kadang saya sudah menjelaskan dengan baik, bahkan berulang kali, tetapi mereka tetap melakukan hal yang sama. Misalnya ketika saya meminta mereka membantu pekerjaan rumah atau belajar pada waktu yang sudah ditentukan, tetapi mereka		

	malah bermain atau mengabaikan apa yang saya katakan. Saat itu saya merasa usaha saya tidak dihargai. Selain itu saya juga mudah marah ketika melihat anak bertengkar dengan saudaranya. Saya merasa lelah karena harus terus-menerus menegur hal yang sama. Semakin sering terjadi, semakin sulit bagi saya untuk tetap sabar.		
P3	Apa yang biasanya Ibu pikirkan ketika anak tidak melakukan apa yang Ibu harapkan?		
S3	Biasanya yang pertama muncul dalam pikiran saya adalah mengapa anak tidak mau mendengarkan saya. Saya sering berpikir bahwa mereka sengaja mengabaikan apa yang saya katakan. Kadang saya juga berpikir bahwa mungkin saya gagal mendidik mereka. Ada saat-saat di mana saya mempertanyakan diri sendiri dan bertanya apakah selama ini saya sudah memberikan contoh yang baik atau belum. Pikiran seperti itu membuat saya semakin kecewa. Saya juga sering membandingkan keadaan anak saya dengan anak-anak lain yang terlihat lebih patuh kepada orang tuanya. Ketika pikiran-pikiran itu muncul, perasaan marah saya biasanya menjadi lebih besar dan saya sulit melihat keadaan dengan tenang.		
P4	Bagaimana perasaan Ibu saat anak tidak mendengarkan nasihat atau perintah yang diberikan?		
S4	Saya merasa sangat kecewa. Sebagai orang tua, saya memberikan nasihat karena saya ingin yang terbaik untuk anak. Jadi ketika nasihat itu tidak didengarkan, saya merasa sedih dan kecewa sekaligus. Kadang saya berpikir bahwa anak tidak menghargai perhatian yang saya berikan kepada mereka. Ada juga perasaan lelah karena harus mengulang hal yang sama berkali-kali. Dalam situasi tertentu saya bahkan merasa putus asa karena melihat perubahan yang saya harapkan tidak kunjung terjadi. Semua perasaan itu bercampur menjadi satu		

	sehingga sering kali membuat saya lebih mudah marah kepada anak.		
P5	Apa yang biasanya Ibu lakukan ketika emosi mulai muncul?		
S5	Kalau emosi mulai muncul, biasanya saya berusaha menahan diri terlebih dahulu, tetapi tidak selalu berhasil. Ada kalanya saya memilih diam karena takut mengatakan sesuatu yang menyakiti anak. Namun ada juga saat di mana saya langsung menegur mereka dengan nada yang keras. Ketika kemarahan sudah mulai memuncak, saya merasa sulit mengendalikan pikiran dan perkataan saya. Setelah itu biasanya saya menjauh sebentar dari anak karena saya merasa kalau terus berada di dekat mereka, saya bisa menjadi lebih marah lagi. Walaupun demikian, setelah keadaan tenang saya sering menyesali cara saya merespons situasi tersebut karena saya merasa ada cara yang lebih baik untuk menyelesaikannya.		
P6	Bagaimana reaksi Ibu kepada anak ketika sedang marah?		
S6	Biasanya kalau saya sedang marah, biasanya saya langsung menunjukkan reaksi yang spontan. Saya sering meninggikan suara dan berbicara dengan nada yang keras. Kadang saya tidak memberi kesempatan kepada anak untuk menjelaskan terlebih dahulu karena saya sudah terlanjur emosi. Dalam keadaan seperti itu, saya lebih fokus pada kesalahan yang dilakukan anak daripada mendengarkan alasan mereka. Setelah semuanya selesai dan emosi saya mulai mereda, saya sering menyadari bahwa cara saya bereaksi sebenarnya tidak membantu menyelesaikan masalah. Namun pada saat kemarahan muncul, saya merasa sangat sulit untuk mengendalikan diri.		
P7	Apa dampak dari kemarahan tersebut terhadap hubungan Ibu dengan anak?		
S7	Saya melihat bahwa ketika saya marah, hubungan saya dengan anak menjadi kurang baik. Anak biasanya memilih diam dan menghindari saya. Kadang mereka terlihat		

	takut ketika saya mulai berbicara. Hal itu membuat saya sedih karena sebenarnya saya ingin anak merasa dekat dan nyaman dengan saya. Saya menyadari bahwa kemarahan yang berlebihan dapat membuat anak enggan terbuka tentang apa yang mereka alami. Ada kalanya setelah pertengkaran terjadi, suasana rumah menjadi tidak nyaman dan komunikasi menjadi berkurang selama beberapa waktu.		
P8	Bagaimana perasaan Ibu setelah kemarahan itu mereda?		
S8	Setelah kemarahan itu mereda, biasanya saya merasa sangat bersalah. Saya mulai mengingat kembali apa yang saya katakan kepada anak dan cara saya memperlakukan mereka saat marah. Kadang saya merasa bahwa saya terlalu keras dan tidak memberikan contoh yang baik. Saya juga sering memikirkan perasaan anak setelah dimarahi. Perasaan bersalah itu membuat saya sedih dan kecewa terhadap diri sendiri. Namun meskipun saya menyesal, saya sering mengalami kesulitan untuk benar-benar mengubah cara saya bereaksi ketika menghadapi situasi yang sama.		
P9	Ceritakan bagaimana cara Ibu menghadapi masalah dalam keluarha khususnya dengan anak?		
S9	Ketika terjadi masalah, biasanya saya langsung menegur anak karena saya ingin mereka segera menyadari kesalahannya. Namun sering kali saya terlalu cepat mengambil kesimpulan tanpa mendengarkan penjelasan mereka terlebih dahulu. Saya merasa bahwa sebagai orang tua saya harus segera bertindak agar masalah tidak berlanjut. Akan tetapi, saya sering terbawa emosi sehingga cara saya menghadapi anak menjadi kurang bijaksana. Kadang saya berbicara dengan nada tinggi atau menunjukkan sikap yang membuat anak merasa tertekan.		
P10	Apa yang biasanya Ibu lakukan ketika anak melakukan kesalahan?		

S10	Biasanya saya langsung menegur mereka. Kalau kesalahan itu sudah berulang kali terjadi, saya bisa menjadi lebih marah dibandingkan biasanya. Saya sering merasa bahwa anak seharusnya sudah belajar dari kesalahan sebelumnya. Karena itu saya menjadi kecewa ketika mereka mengulanginya lagi. Dalam kondisi seperti itu saya cenderung lebih fokus pada kesalahan yang mereka lakukan daripada memahami alasan mengapa hal itu terjadi.		
P11	Bagaimana cara Ibu berbicara kepada anak saat sedang kesal?		
S11	Saat sedang kesal, cara bicara saya berubah. Nada suara saya menjadi lebih tinggi dan saya sering berbicara dengan cepat karena terbawa emosi. Kadang saya mengucapkan kata-kata yang sebenarnya tidak ingin saya katakan. Pada saat itu saya merasa sulit mengendalikan perkataan saya. Setelah emosi mereda, saya sering menyesali cara saya berbicara karena saya sadar bahwa anak juga memiliki perasaan yang bisa terluka.		
P12	Menurut Ibu, perilaku apa yang paling sulit dikendalikan ketika sedang emosi?		
S12	Yang paling sulit saya kendalikan adalah kemarahan yang muncul secara tiba-tiba. Ketika saya merasa sangat kecewa atau kesal, saya sulit menahan diri untuk tidak langsung bereaksi. Selain itu, nada bicara saya juga menjadi sulit dikontrol. Saya sadar bahwa saya seharusnya lebih tenang, tetapi pada saat emosi sedang tinggi saya merasa sangat sulit melakukannya.		
P13	Apakah pernah ada tindakan yang Ibu sesali setelah marah kepada anak? Ceritakan pengalaman tersebut.		
S13	Pernah. Ada satu kejadian ketika saya memarahi anak dengan sangat keras karena saya mengira dia sengaja mengabaikan tugas yang sudah saya berikan. Saat itu saya tidak memberi kesempatan kepadanya untuk menjelaskan. Setelah beberapa waktu, saya mengetahui bahwa sebenarnya ada alasan yang membuat dia tidak bisa melakukannya. Ketika		

	mengetahui hal itu, saya merasa sangat bersalah karena sudah langsung marah tanpa mencari tahu keadaan yang sebenarnya. Sampai sekarang saya masih mengingat kejadian tersebut karena membuat saya sadar bahwa emosi sering membuat saya bertindak terlalu cepat.		
P14	Bagaimana dampak perilaku Ibu ketika sedang marah terhadap anak?		
S14	Menurut saya dampaknya cukup besar. Anak menjadi lebih diam dan terkadang terlihat takut ketika saya berbicara. Saya juga melihat bahwa mereka menjadi kurang terbuka mengenai masalah yang sedang mereka hadapi. Kadang mereka memilih menyimpan perasaannya sendiri karena khawatir akan dimarahi. Hal itu membuat saya merasa sedih karena hubungan yang seharusnya hangat justru menjadi renggang akibat cara saya bereaksi ketika marah.		
P15	Apakah Ibu pernah berusaha mengendalikan diri ketika marah? Ceritakan.		
SI15	Saya pernah berusaha mengendalikan diri, tetapi tidak selalu berhasil. Ada kalanya saya mencoba diam dan menenangkan diri terlebih dahulu. Namun ada juga situasi di mana emosi saya muncul begitu kuat sehingga saya langsung bereaksi. Saya sering merasa bahwa mengendalikan emosi adalah hal yang tidak mudah, terutama ketika saya sedang lelah atau menghadapi banyak tekanan dalam kehidupan sehari-hari.		
P16	Menurut Ibu, bagaimana hubungan Ibu dengan anak ketika konflik sering terjadi?		
S16	Ketika konflik sering terjadi, hubungan kami menjadi kurang dekat. Eee anak terlihat lebih berhati-hati ketika berbicara kepada saya. Eee saya juga merasa ada jarak yang muncul di antara kami. Kadang saya ingin membangun komunikasi yang lebih baik, tetapi konflik yang berulang membuat suasana menjadi tidak nyaman. Hal itu membuat saya menyadari		

	bahwa kemarahan yang tidak terkontrol dapat memengaruhi hubungan dalam keluarga.		
P17	Menurut Ibu, apa harapan yang selama ini Ibu inginkan dari anak-anak?		
S17	Sebagai orang tua, saya berharap anak-anak menjadi pribadi yang baik, menghormati orang tua, bertanggung jawab, dan mampu menjaga dirinya dengan baik. Saya juga berharap mereka mendengarkan nasihat yang saya berikan karena saya merasa semua itu dilakukan demi kebaikan mereka. Harapan tersebut sering menjadi hal yang ee saya pegang dalam mendidik anak.		
P18	Bagaimana perasaan Ibu ketika harapan tersebut tidak sesuai dengan kenyataan?		
S18	Saya merasa sangat kecewa. Kadang saya bertanya-tanya mengapa anak tidak bisa melakukan hal yang menurut saya baik untuk mereka. Eeee saya merasa sedih karena harapan yang saya bangun tidak berjalan sesuai keinginan. Dalam beberapa keadaan, kekecewaan itu berubah menjadi kemarahan karena saya merasa usaha yang saya lakukan tidak menghasilkan perubahan yang saya harapkan.		
P19	Apa yang biasanya Ibu pikirkan ketika anak melakukan kesalahan?		
S19	Biasanya saya berpikir bahwa anak seharusnya sudah mengetahui eee mana yang benar dan mana yang salah. Karena itu saya sering merasa kesal ketika mereka eee melakukan kesalahan yang sama berulang kali. Eee saya juga sering bertanya dalam hati mengapa mereka tidak belajar dari pengalaman sebelumnya. Pikiran-pikiran tersebut membuat saya semakin sulit menerima kesalahan yang dilakukan anak.		
P20	Menurut Ibu, apakah seorang anak harus selalu menuruti orang tua? Mengapa?		
S20	Menurut saya, anak memang perlu menghormati dan mendengarkan orang tua karena eee orang tua memiliki tanggung jawab untuk membimbing mereka. Namun dalam kenyataannya, saya sering merasa marah ketika		

	eee anak tidak mengikuti apa yang saya katakan. Ee saya menyadari bahwa mungkin tidak semua keinginan saya harus selalu dipenuhi oleh anak, tetapi ketika mereka tidak mendengarkan, saya tetap merasa kecewa dan sulit menerima keadaan tersebut.		
P21	Apakah pernah muncul pikiran bahwa anak tidak menghargai Ibu ketika tidak mendengarkan? Ceritakan.		
S21	Ya, pikiran seperti itu sering muncul. Ketika saya sudah berusaha memberikan nasihat atau mengingatkan sesuatu berkali-kali tetapi tidak didengarkan, saya merasa anak tidak menghargai saya. Saat itu saya merasa sedih sekaligus marah. Saya mempertanyakan apakah selama ini perhatian dan pengorbanan yang saya berikan benar-benar dihargai oleh mereka. Pikiran tersebut sering membuat emosi saya semakin meningkat.		
P22	Menurut Ibu, apa yang membuat pikiran tersebut sering muncul?		
S22	Saya rasa karena saya memiliki harapan yang cukup besar terhadap anak. Saya ingin mereka menjadi pribadi yang baik dan tidak ee melakukan kesalahan yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Ketika kenyataan tidak sesuai dengan harapan itu, saya merasa kecewa. Dari situlah muncul berbagai pikiran negatif yang akhirnya memengaruhi emosi dan cara saya bersikap kepada anak.		
P23	Bagaimana Ibu memandang perilaku anak yang sering tidak sesuai dengan harapan?		
S23	Saya memandangnya sebagai sesuatu yang sulit untuk diterima. Eee kadang saya memahami bahwa anak masih dalam proses belajar, tetapi pada saat yang sama saya tetap merasa kecewa ketika mereka mengulangi kesalahan yang sama. Ada pergumulan dalam diri saya antara keinginan untuk memahami anak dan rasa kecewa karena harapan saya tidak terpenuhi.		
P24	Bagaimana perasaan Ibu terhadap diri sendiri ketika menyadari telah melakukan kesalahan dalam mendidik anak?		

S24	Kalau saya menyadari sudah melakukan kesalahan kepada anak, biasanya saya merasa sangat bersalah. Kadang setelah marah atau membentak anak, saya duduk sendiri dan memikirkan kembali apa yang sudah saya lakukan. Saya merasa bahwa seharusnya saya bisa lebih sabar. Ada kalanya saya menangis karena merasa tidak mampu mengendalikan diri. Eee Saya tahu bahwa anak juga terluka dengan perkataan saya, tetapi ketika emosi muncul saya sering tidak bisa mengontrolnya. Perasaan bersalah itu biasanya bertahan cukup lama dan membuat saya terus mengingat kejadian tersebut.		
P25	Apa yang biasanya Ibu pikirkan tentang diri sendiri setelah marah kepada anak?		
S25	Biasanya saya menyalahkan diri sendiri. Saya sering berpikir mengapa saya begitu mudah marah, padahal saya tahu bahwa anak membutuhkan perhatian dan bimbingan yang baik. Kadang saya merasa bahwa saya belum menjadi orang tua yang baik. Saya juga membandingkan diri saya dengan orang lain yang terlihat lebih sabar dalam menghadapi anak. Pikiran-pikiran seperti itu membuat saya sedih dan kecewa terhadap diri sendiri. Meskipun begitu, dalam situasi yang sama saya sering kembali mengulangi kesalahan yang sama karena masih kesulitan mengendalikan emosi.		
P26	Apakah Ibu pernah merasa gagal sebagai orang tua? Ceritakan pengalaman tersebut.		
S26	Pernah bajkan serig. Eee Saya merasa gagal ketika melihat hubungan saya dengan anak menjadi renggang akibat kemarahan saya sendiri. Ada saat-saat ketika anak memilih diam atau menjauh setelah saya marahi. Melihat hal itu membuat saya merasa bahwa saya belum mampu menjalankan peran sebagai orang tua dengan baik. Saya merasa sedih karena tujuan saya sebenarnya ingin mendidik mereka, tetapi yang terjadi justru eee hubungan kami menjadi kurang dekat.		

P27	Bagaimana cara Ibu menghadapi rasa bersalah yang muncul setelah terjadi konflik dengan anak?		
S27	Yaaaa Biasanya saya lebih banyak merenung dan memikirkan kembali apa yang telah terjadi. Eee Saya mencoba memahami mengapa saya bisa bereaksi seperti itu. Kadang saya merasa sulit melupakan kejadian tersebut karena rasa bersalah terus muncul dalam pikiran saya. Eee Saya sering berharap ee bisa mengulang waktu dan memperbaiki cara saya berbicara kepada anak pada saat itu.		
P28	Apa yang paling sulit Ibu terima dari diri sendiri dalam menjalankan peran sebagai orang tua?		
S28	Yang paling sulit saya terima adalah eee kenyataan bahwa saya masih mudah terbawa emosi. Saya ingin menjadi orang tua yang sabar dan mampu mengendalikan diri, eee tetapi kenyataannya saya masih sering gagal melakukannya. Ketika menyadari hal itu, saya eee merasa kecewa terhadap diri sendiri karena saya tahu bahwa perilaku saya dapat eee memengaruhi anak.		
P29	Bagaimana pandangan Ibu terhadap diri sendiri saat ini?		
S29	yaaa saya melihat diri saya sebagai orang yang masih memiliki banyak kekurangan dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Saya menyadari bahwa saya memiliki niat yang baik untuk mendidik anak, tetapi saya juga memiliki kelemahan dalam mengendalikan emosi. Kesadaran itu membuat saya sering eee merefleksikan diri dan memikirkan bagaimana saya bisa menjadi pribadi yang lebih baik dalam menghadapi anak.		
P30	Menurut Ibu, masalah apa yang paling berat yang masih Ibu hadapi dalam mengendalikan diri sebagai orang tua?		
S30	Eeee yang menjadi Masalah yang paling berat bagi saya adalah mengendalikan emosi ketika harapan saya tidak sesuai dengan kenyataan. Ketika anak melakukan sesuatu yang menurut saya tidak benar atau mengabaikan apa yang		

	saya katakan, saya merasa sangat sulit untuk tetap tenang. Saya tahu bahwa kemarahan tidak selalu menyelesaikan masalah, tetapi dalam situasi tertentu saya masih sering terbawa emosi. Hal itu menjadi pergumulan yang sampai sekarang masih saya hadapi dalam menjalankan peran sebagai orang tua.		
--	--	--	--

Verbatim Informan 2

Wawancara Dengan Y, Minggu, 10, Mei, 2026, Di Dusun Bela'

	Verbatim	No. Baris	Komentar Eksplorasi
P1	Bagaimana perasaan Ibu ketika menghadapi situasi yang membuat Ibu marah, kecewa, sedih, atau cemas dalam mendidik anak?		
S1	Kalau saya, biasanya langsung kepikiran macam-macam. Misalnya waktu anak susah diatur atau tidak mau dengar apa yang saya bilang, saya langsung merasa jengkel. Kadang awalnya cuma kesal biasa, tapi kalau terus berulang bisa jadi marah. Saya juga sering merasa khawatir karena takut kebiasaan itu terbawa sampai besar. Ada juga rasa sedih karena saya merasa sudah berusaha mengingatkan, tapi tetap saja tidak berubah. Kalau sudah begitu, pikiran saya jadi tidak tenang dan gampang emosi.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11	
P2	Masalah apa yang paling sering membuat Ibu kehilangan kesabaran terhadap anak?		
S2	Yang paling sering bikin saya hilang sabar itu kalau anak susah dinasihati. Kadang saya sudah bilang berkali-kali, tapi tetap diulangi lagi. Misalnya soal belajar atau membantu pekerjaan di rumah. Saya jadi merasa capek sendiri karena harus terus mengingatkan hal yang sama. Selain itu kalau anak berkelahi dengan saudaranya, saya juga cepat terpancing emosi karena suasana rumah jadi ribut.	12 13 14 15 16 17 18 19	
P3	Apa yang biasanya Ibu pikirkan ketika anak tidak melakukan apa yang Ibu harapkan?		
S3	Biasanya saya langsung berpikir kenapa anak susah sekali diarahkan. Kadang muncul pikiran bahwa	20 21	

	mungkin saya kurang tegas atau kurang berhasil mendidik mereka. Saya juga pernah membandingkan anak saya dengan anak orang lain yang kelihatannya lebih nurut. Walaupun saya tahu setiap anak berbeda, tapi pikiran seperti itu kadang tetap muncul dan membuat saya makin kecewa.	22 23 24 25 26 27	
P4	Bagaimana perasaan Ibu saat anak tidak mendengarkan nasihat atau perintah yang diberikan?		
S4	Rasanya kecewa sekali. Soalnya yang saya sampaikan itu menurut saya untuk kebaikan mereka juga. Kalau mereka tidak mendengarkan, saya merasa seperti omongan saya tidak dianggap. Kadang saya juga merasa lelah karena harus mengulang terus hal yang sama. Kalau sedang capek, perasaan kecewa itu bisa berubah jadi marah.	28 29 30 31 32 33 34	
P5	Apa yang biasanya Ibu lakukan ketika emosi mulai muncul?		
S5	Biasanya saya mencoba diam dulu supaya tidak langsung marah. Kadang saya pergi ke dapur atau melakukan pekerjaan lain supaya pikiran lebih tenang. Tapi jujur saja, tidak selalu berhasil. Ada saat-saat tertentu ketika saya langsung menegur anak dengan suara yang lebih keras dari biasanya. Setelah keadaan tenang, saya sering berpikir seharusnya saya bisa bicara lebih baik dan tidak perlu terlalu emosi.	35 36 37 38 39 40 41 42 43	
P6	Bagaimana reaksi Ibu kepada anak ketika sedang marah?		
s6	Kalau saya sedang marah, biasanya nada bicara langsung berubah. Saya jadi bicara lebih keras dari biasanya. Kadang saya langsung menegur tanpa mendengarkan penjelasan anak terlebih dahulu. Saat emosi sedang tinggi, saya merasa sulit untuk berpikir tenang. Biasanya yang ada di pikiran saya hanya kesalahan yang dilakukan anak. Setelah suasana reda, baru saya sadar kalau cara saya bereaksi sering kali terlalu berlebihan.	44 45 46 47 48 49 50 51 52	
P7	Apa dampak dari kemarahan tersebut terhadap hubungan Ibu dengan anak?		
S7	Menurut saya cukup berpengaruh. Anak biasanya jadi lebih diam setelah saya marah. Kadang mereka memilih menghindar atau masuk ke kamar. Saya	53 54 55	

	merasa hubungan kami jadi kurang hangat untuk sementara waktu. Hal itu membuat saya sedih karena sebenarnya saya ingin anak tetap nyaman bercerita kepada saya.	56 57 58 59	
P8	Bagaimana perasaan Ibu setelah kemarahan itu mereda?		
S8	Biasanya saya merasa menyesal. Saya sering mengingat kembali apa yang sudah saya katakan kepada anak. Kadang saya berpikir mungkin saya terlalu keras atau terlalu cepat marah. Perasaan bersalah itu sering muncul, apalagi kalau melihat anak jadi diam atau sedih setelah dimarahi.		
P9	Ceritakan bagaimana cara Ibu menghadapi anak ketika terjadi masalah.		
S9	Biasanya saya langsung memanggil anak dan menanyakan apa yang terjadi. Tapi kalau saya sedang capek atau banyak pikiran, kadang saya langsung menegur tanpa mendengar penjelasan mereka sampai selesai. Saya sadar cara itu tidak selalu baik, tetapi sering terjadi ketika emosi saya sedang tidak stabil.		
P10	Apa yang biasanya Ibu lakukan ketika anak melakukan kesalahan?		
S10	Saya biasanya langsung mengingatkan dan menjelaskan letak kesalahannya. Kalau kesalahan itu terus diulang, saya bisa menjadi lebih kesal. Kadang saya merasa anak tidak memperhatikan apa yang sudah saya ajarkan sebelumnya. Perasaan itu membuat saya lebih mudah terpancing emosi.		
P11	Bagaimana cara Ibu berbicara kepada anak saat sedang kesal?		
S11	Kalau sedang kesal, saya cenderung berbicara lebih cepat dan lebih keras. Kadang saya tidak menyadari kalau nada bicara saya membuat anak takut. Setelah tenang, saya sering berpikir bahwa saya seharusnya bisa menyampaikan maksud saya dengan cara yang lebih baik.		
P12	Menurut Ibu, perilaku apa yang paling sulit dikendalikan ketika sedang emosi?		
S12	Yang paling sulit saya kendalikan adalah nada bicara. Saat marah, saya sering meninggikan suara tanpa sadar. Selain itu saya juga sulit menahan diri		

	untuk tidak langsung menegur anak ketika melihat sesuatu yang membuat saya kesal.		
P13	Apakah pernah ada tindakan yang Ibu sesali setelah marah kepada anak? Ceritakan pengalaman tersebut.		
S13	Pernah. Saya pernah memarahi anak karena mengira dia sengaja tidak mengerjakan tugas sekolah. Setelah saya tanya lebih lanjut, ternyata dia memang sedang kesulitan memahami pelajarannya. Waktu tahu hal itu saya merasa bersalah karena langsung marah tanpa mencari tahu keadaan sebenarnya.		
P14	Bagaimana dampak perilaku Ibu ketika sedang marah terhadap anak?		
S14	Anak biasanya jadi lebih pendiam. Kadang mereka terlihat takut untuk berbicara dengan saya setelah saya marah. Saya juga merasa mereka menjadi kurang terbuka tentang masalah yang sedang dihadapi karena takut dimarahi lagi.		
P15	Apakah Ibu pernah berusaha mengendalikan diri ketika marah? Ceritakan.		
S15	Pernah. Biasanya saya mencoba menarik napas dulu atau diam beberapa saat sebelum berbicara. Kadang cara itu membantu, tapi ada juga saat di mana emosi saya sudah terlalu tinggi sehingga tetap marah. Menurut saya mengendalikan diri memang tidak mudah, apalagi ketika sedang lelah.		
P16	Menurut Ibu, bagaimana hubungan Ibu dengan anak ketika konflik sering terjadi?		
S16	Kalau konflik sering terjadi, hubungan kami jadi kurang dekat. Anak terlihat lebih hati-hati saat berbicara dengan saya. Saya juga merasa komunikasi menjadi tidak selancar biasanya. Situasi seperti itu membuat suasana rumah terasa kurang nyaman.		
P17	Menurut Ibu, apa harapan yang selama ini Ibu inginkan dari anak-anak?		
S17	Saya berharap anak-anak bisa menjadi pribadi yang baik, sopan, dan bertanggung jawab. Saya juga ingin mereka bisa menghargai orang lain dan membuat keputusan yang baik dalam hidupnya. Sebagai orang tua, tentu saya ingin mereka memiliki masa depan yang lebih baik.		

P18	Bagaimana perasaan Ibu ketika harapan tersebut tidak sesuai dengan kenyataan?		
S18	Saya merasa kecewa. Kadang saya merasa sudah berusaha membimbing mereka sebaik mungkin, tetapi hasilnya tidak sesuai harapan. Perasaan kecewa itu sering membuat saya sedih dan terkadang berubah menjadi kemarahan.		
P19	Apa yang biasanya Ibu pikirkan ketika anak melakukan kesalahan?		
S19	Saya sering berpikir kenapa anak masih mengulangi kesalahan yang sama. Kadang saya merasa mereka kurang serius mendengarkan nasihat saya. Pikiran seperti itu membuat saya semakin kesal dan sulit bersikap tenang.		
P20	Menurut Ibu, apakah seorang anak harus selalu menuruti orang tua? Mengapa?		
S20	Menurut saya anak perlu menghormati dan mendengarkan orang tua. Tetapi saya juga sadar bahwa anak punya pendapat dan perasaan sendiri. Walaupun begitu, saya tetap merasa kecewa kalau mereka tidak menghiraukan apa yang saya katakan.		
P21	Apakah pernah muncul pikiran bahwa anak tidak menghargai Ibu ketika tidak mendengarkan? Ceritakan.		
S21	Pernah. Kalau saya sudah mengingatkan berkali-kali tetapi tetap tidak didengar, saya merasa usaha saya tidak dihargai. Saat itu saya merasa sedih sekaligus kesal. Pikiran seperti itu biasanya membuat emosi saya semakin naik.		
P22	Menurut Ibu, apa yang membuat pikiran tersebut sering muncul?		
S22	Mungkin karena saya terlalu berharap anak segera berubah setelah diberi nasihat. Ketika kenyataannya tidak seperti yang saya inginkan, saya jadi kecewa. Dari situ muncul berbagai pikiran negatif yang membuat saya mudah marah.		
P23	Bagaimana Ibu memandang perilaku anak yang sering tidak sesuai dengan harapan?		
S23	Saya menganggap itu sebagai bagian dari proses mereka belajar. Tetapi jujur saja, saya tetap merasa kesal kalau kesalahan yang sama terus terjadi.		

	Kadang saya berusaha memahami mereka, tetapi di sisi lain saya juga merasa kecewa.		
P24	Bagaimana perasaan Ibu terhadap diri sendiri ketika menyadari telah melakukan kesalahan dalam mendidik anak?		
S24	Saya merasa bersalah. Setelah emosi reda, saya sering memikirkan kembali apa yang saya lakukan. Kadang saya merasa seharusnya bisa lebih sabar. Perasaan itu membuat saya sedih karena saya tidak ingin anak terluka akibat perkataan saya.		
P25	Apa yang biasanya Ibu pikirkan tentang diri sendiri setelah marah kepada anak?		
S25	Saya sering menyalahkan diri sendiri. Saya bertanya-tanya kenapa saya masih mudah terpancing emosi. Kadang saya merasa belum menjadi orang tua yang cukup baik karena masih sering kehilangan kesabaran.		
P26	Apakah Ibu pernah merasa gagal sebagai orang tua? Ceritakan pengalaman tersebut.		
S26	Pernah. Saya merasa gagal ketika melihat anak menjauh setelah saya marahi. Saat itu saya merasa apa yang saya lakukan justru membuat hubungan kami menjadi renggang. Saya sedih karena tujuan saya sebenarnya ingin mendidik mereka dengan baik.		
P27	Bagaimana cara Ibu menghadapi rasa bersalah yang muncul setelah terjadi konflik dengan anak?		
S27	Biasanya saya merenung dan mencoba memahami apa yang membuat saya bereaksi seperti itu. Kadang saya juga meminta maaf kepada anak kalau merasa sudah terlalu keras. Walaupun begitu, rasa bersalahnya sering masih saya ingat dalam waktu yang cukup lama.		
P28	Apa yang paling sulit Ibu terima dari diri sendiri dalam menjalankan peran sebagai orang tua?		
S28	Yang paling sulit saya terima adalah saya masih mudah emosi dalam situasi tertentu. Saya ingin menjadi orang tua yang lebih sabar, tetapi kenyataannya saya masih sering gagal mengendalikan perasaan ketika sedang kesal.		
P29	Bagaimana pandangan Ibu terhadap diri sendiri saat ini?		

S29	Saya melihat diri saya sebagai orang tua yang masih terus belajar. Saya punya keinginan yang baik untuk mendidik anak, tetapi saya juga sadar masih banyak kekurangan terutama dalam mengontrol emosi. Karena itu saya terus berusaha memperbaiki diri.		
P30	Menurut Ibu, masalah apa yang paling berat yang masih Ibu hadapi dalam mengendalikan diri sebagai orang tua?		
S30	Masalah yang paling berat adalah menjaga emosi tetap stabil ketika harapan saya tidak sesuai dengan kenyataan. Saat anak melakukan sesuatu yang menurut saya salah, saya sering langsung bereaksi tanpa berpikir panjang. Sampai sekarang hal itu masih menjadi tantangan terbesar bagi saya dalam mendidik anak.		

Verbatim Informan 3

Hasail wawancara S, Senin, 11 Mei, 2026 Di Dusun Bela'

	Verbatim	No. Baris	Komentar Eksplorasi
P1	Bagaimana perasaan Ibu ketika menghadapi situasi yang membuat Ibu marah, kecewa, sedih, atau cemas dalam mendidik anak?		
S1	Biasanya saya tidak langsung marah, tetapi saya lebih banyak memendam perasaan terlebih dahulu. Kalau anak melakukan sesuatu yang tidak sesuai harapan, saya merasa kecewa dan banyak berpikir. Kadang saya merasa khawatir apakah saya sudah mendidik mereka dengan cara yang benar. Semakin sering kejadian itu terjadi, semakin berat juga perasaan yang saya rasakan. Ada saatnya saya merasa sedih karena hubungan dengan anak tidak selalu berjalan seperti yang saya inginkan.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11	
P2	Masalah apa yang paling sering membuat Ibu kehilangan kesabaran terhadap anak?		

S2	Yang paling sering membuat saya kehilangan kesabaran adalah ketika anak mengabaikan tanggung jawabnya. Misalnya tugas sekolah yang tidak dikerjakan atau pekerjaan rumah yang sengaja ditunda. Saya merasa kesal karena saya melihat mereka sebenarnya mampu melakukannya, tetapi tidak mau berusaha. Lama-kelamaan rasa kesal itu menumpuk dan akhirnya membuat saya marah.		
P3	Apa yang biasanya Ibu pikirkan ketika anak tidak melakukan apa yang Ibu harapkan?		
S3	Saya sering bertanya-tanya apa yang menyebabkan mereka bersikap seperti itu. Kadang saya berpikir mungkin cara saya mendidik masih kurang tepat. Tetapi di sisi lain saya juga merasa anak seharusnya sudah mengerti apa yang baik dan tidak baik. Pikiran-pikiran seperti itu membuat saya bingung dan kecewa.		
P4	Bagaimana perasaan Ibu saat anak tidak mendengarkan nasihat atau perintah yang diberikan?		
S4	Saya merasa sedih lebih dulu daripada marah. Saya berpikir bahwa apa yang saya sampaikan sebenarnya untuk kebaikan mereka. Ketika tidak didengarkan, saya merasa usaha saya seperti sia-sia. Kalau hal itu terjadi berulang kali, baru kemudian muncul rasa kesal dan marah.		
P5	Apa yang biasanya Ibu lakukan ketika emosi mulai muncul?		
S5	Biasanya saya memilih diam dan mencoba menenangkan diri. Saya berusaha tidak langsung bereaksi karena takut mengatakan sesuatu yang salah. Kadang saya pergi ke luar rumah sebentar atau melakukan pekerjaan lain supaya pikiran lebih tenang. Namun ada juga saat-saat di mana saya tidak berhasil menahan emosi dan akhirnya berbicara dengan nada yang tinggi.		

P6	Bagaimana reaksi Ibu kepada anak ketika sedang marah?		
S6	Kalau sudah benar-benar marah, saya biasanya menjadi lebih tegas dalam berbicara. Saya tidak banyak berteriak, tetapi nada suara saya berubah dan anak biasanya langsung tahu kalau saya sedang kesal. Kadang saya juga memilih tidak banyak bicara karena takut emosi saya semakin tidak terkendali.		
P7	Apa dampak dari kemarahan tersebut terhadap hubungan Ibu dengan anak?		
S7	Biasanya hubungan kami menjadi agak canggung untuk sementara waktu. Anak lebih banyak diam dan saya juga merasa tidak nyaman. Walaupun tidak sampai bertengkar terus-menerus, saya bisa merasakan adanya jarak setelah konflik terjadi.		
P8	Bagaimana perasaan Ibu setelah kemarahan itu mereda?		
S8	Saya sering menyesal karena merasa seharusnya bisa lebih sabar. Kadang saya memikirkan apakah cara saya berbicara tadi membuat anak sakit hati. Perasaan itu membuat saya ingin memperbaiki hubungan dengan mereka setelah suasana kembali tenang.		
P9	Ceritakan bagaimana cara Ibu menghadapi anak ketika terjadi masalah.		
S9	Saya biasanya mencoba mencari tahu dulu apa yang sebenarnya terjadi. Tetapi kalau saya sedang lelah atau banyak pikiran, saya bisa langsung menegur tanpa mendengar penjelasan anak sampai selesai. Setelah tenang, saya baru menyadari bahwa saya terlalu cepat mengambil kesimpulan.		
P10	Apa yang biasanya Ibu lakukan ketika anak melakukan kesalahan?		
S10	Saya biasanya mengajak anak berbicara terlebih dahulu. Namun kalau kesalahan yang sama terus diulangi, saya menjadi		

	lebih tegas dan kadang menunjukkan rasa kecewa saya secara langsung.		
P11	Bagaimana cara Ibu berbicara kepada anak saat sedang kesal?		
S11	Saat kesal saya menjadi lebih singkat dalam berbicara. Saya tidak banyak menjelaskan seperti biasanya. Kadang nada suara saya terdengar dingin dan membuat anak tahu bahwa saya sedang tidak senang.		
P12	Menurut Ibu, perilaku apa yang paling sulit dikendalikan ketika sedang emosi?		
S12	Yang paling sulit saya kendalikan adalah rasa kecewa yang terus saya pikirkan. Walaupun saya tidak selalu menunjukkan kemarahan secara langsung, pikiran negatif itu sering membuat saya sulit bersikap tenang.		
P13	Apakah pernah ada tindakan yang Ibu sesali setelah marah kepada anak? Ceritakan pengalaman tersebut.		
S13	Pernah. Saya pernah terlalu lama mendiamkan anak karena merasa kecewa. Setelah dipikir-pikir, cara itu tidak membantu menyelesaikan masalah. Justru anak menjadi bingung dan hubungan kami tidak baik untuk beberapa waktu.		
P14	Bagaimana dampak perilaku Ibu ketika sedang marah terhadap anak?		
S14	Anak biasanya menjadi lebih hati-hati ketika berbicara dengan saya. Kadang mereka memilih menyimpan masalahnya sendiri karena takut saya kecewa atau marah lagi.		
P15	Apakah Ibu pernah berusaha mengendalikan diri ketika marah? Ceritakan.		
S15	Sering. Saya mencoba menarik napas dalam-dalam dan menunda pembicaraan sampai emosi saya lebih stabil. Kadang cara itu berhasil, tetapi tidak selalu. Ada situasi tertentu yang membuat saya tetap sulit mengendalikan perasaan.		

P16	Menurut Ibu, bagaimana hubungan Ibu dengan anak ketika konflik sering terjadi?		
S16	Hubungan kami menjadi kurang terbuka. Anak terlihat lebih berhati-hati dan saya juga merasa komunikasi tidak sehangat biasanya. Hal itu membuat saya sadar bahwa konflik yang terus berulang bisa memengaruhi kedekatan dalam keluarga.		
P17	Menurut Ibu, apa harapan yang selama ini Ibu inginkan dari anak-anak?		
S17	Saya berharap mereka menjadi pribadi yang mandiri, bertanggung jawab, dan bisa membuat keputusan yang baik dalam hidupnya. Saya tidak menuntut mereka sempurna, tetapi saya ingin mereka terus belajar menjadi lebih baik.		
P18	Bagaimana perasaan Ibu ketika harapan tersebut tidak sesuai dengan kenyataan?		
S18	Saya merasa kecewa dan terkadang mempertanyakan apa yang kurang dalam pola asuh saya. Saya sadar bahwa setiap anak memiliki prosesnya masing-masing, tetapi tetap saja ada rasa sedih ketika harapan tidak tercapai.		
P19	Apa yang biasanya Ibu pikirkan ketika anak melakukan kesalahan?		
S19	Saya mencoba memahami penyebabnya terlebih dahulu. Namun kadang saya juga berpikir bahwa mereka seharusnya sudah bisa belajar dari pengalaman sebelumnya. Pikiran itu membuat saya sulit menerima kesalahan yang berulang.		
P20	Menurut Ibu, apakah seorang anak harus selalu menuruti orang tua? Mengapa?		
S20	Menurut saya tidak selalu. Anak juga perlu belajar menyampaikan pendapatnya. Tetapi saya berharap mereka tetap menghormati dan mempertimbangkan nasihat orang tua karena kami menginginkan yang terbaik untuk mereka.		

P21	Apakah pernah muncul pikiran bahwa anak tidak menghargai Ibu ketika tidak mendengarkan? Ceritakan.		
S21	Kadang pikiran itu muncul, terutama ketika saya sudah berusaha menjelaskan sesuatu berkali-kali. Saya merasa sedih karena apa yang saya lakukan seperti tidak dihargai. Walaupun begitu, saya berusaha mengingat bahwa mungkin mereka juga memiliki cara pandang yang berbeda.		
P22	Menurut Ibu, apa yang membuat pikiran tersebut sering muncul?		
S22	Karena saya memiliki harapan tertentu terhadap anak. Ketika mereka tidak menunjukkan perubahan yang saya harapkan, saya merasa kecewa dan mulai berpikir negatif.		
P23	Bagaimana Ibu memandang perilaku anak yang sering tidak sesuai dengan harapan?		
S23	Saya melihatnya sebagai bagian dari proses pertumbuhan mereka. Namun saya juga tidak bisa memungkiri bahwa saya tetap merasa kecewa ketika kesalahan yang sama terus terjadi.		
P24	Bagaimana perasaan Ibu terhadap diri sendiri ketika menyadari telah melakukan kesalahan dalam mendidik anak?		
S24	Saya merasa bersalah dan banyak merenung. Saya sering bertanya kepada diri sendiri apakah ada cara yang lebih baik yang bisa saya lakukan. Kadang saya merasa belum cukup bijaksana dalam menghadapi anak.		
P25	Apa yang biasanya Ibu pikirkan tentang diri sendiri setelah marah kepada anak?		
S25	Saya merasa masih banyak kekurangan sebagai orang tua. Saya sering berpikir bahwa saya perlu belajar lebih sabar dan lebih mampu memahami perasaan anak.		
P26	Apakah Ibu pernah merasa gagal sebagai orang tua? Ceritakan pengalaman tersebut.		

S26	Pernah. Saya merasa gagal ketika melihat anak lebih memilih bercerita kepada orang lain daripada kepada saya. Saat itu saya merasa hubungan kami belum cukup dekat seperti yang saya harapkan.		
P27	Bagaimana cara Ibu menghadapi rasa bersalah yang muncul setelah terjadi konflik dengan anak?		
S27	Saya biasanya mencoba memperbaiki hubungan dengan berbicara baik-baik kepada anak. Saya juga banyak berdoa dan merenungkan apa yang harus saya ubah supaya tidak mengulangi kesalahan yang sama.		
P28	Apa yang paling sulit Ibu terima dari diri sendiri dalam menjalankan peran sebagai orang tua?		
S28	Yang paling sulit adalah menerima bahwa saya tidak selalu bisa mengendalikan emosi dengan baik. Saya ingin menjadi orang tua yang lebih tenang, tetapi terkadang saya masih gagal melakukannya.		
P29	Bagaimana pandangan Ibu terhadap diri sendiri saat ini?		
S29	Saya melihat diri saya sebagai orang tua yang masih terus belajar. Saya menyadari ada banyak kekurangan, tetapi saya juga berusaha memperbaiki diri agar bisa mendampingi anak dengan lebih baik.		
P30	Menurut Ibu, masalah apa yang paling berat yang masih Ibu hadapi dalam mengendalikan diri sebagai orang tua?		
S30	Yang paling berat itu mengelola rasa kecewa ketika kenyataan tidak sesuai dengan harapan saya. Saya masih sering terbawa perasaan ketika melihat anak mengulangi kesalahan yang sama. Sampai sekarang hal itu menjadi tantangan terbesar bagi saya sebagai orang tua.		