

Yulia Fitriani  
Naimah Nuriyah



# Parenting Stress

Pada Ibu Rumah Tangga

**PARENTING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA**

**Yulia Fitriani  
Naimah Nuriyah**



**PT. PENA PERSADA KERTA UTAMA**

# **PARENTING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA**

## **Penulis:**

Yulia Fitriani  
Naimah Nuriyah

**ISBN: 978-623-455-730-5**

## **Editor:**

**Mutolib**

## **Design Cover:**

Yanu Fariska Dewi

## **Layout:**

Nofendy Ardyanto

## **PT. Pena Persada Kerta Utama**

### **Redaksi:**

Jl. Gerilya No. 292 Purwokerto Selatan, Kab. Banyumas  
Jawa Tengah. Email: [penerbit.penapersada@gmail.com](mailto:penerbit.penapersada@gmail.com)

Website: [penapersada.id](http://penapersada.id). Phone: (0281) 7771388

Anggota IKAPI: 178/JTE/2019

All right reserved

Cetakan pertama: 2023

Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang  
memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk apapun  
tanpa izin penerbit

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan buku ini. Penulisan buku merupakan buah karya dari pemikiran penulis yang diberi judul **“PARENTING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA”**. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan karya ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan banyak terima kasih pada semua pihak yang telah membantu penyusunan buku ini.

Seorang ibu memiliki peran yang sangat penting dalam proses pengasuhan. Seorang ibu adalah sekolah pertama bagi anaknya. Dalam memberikan pengasuhan seorang ibu hendaknya terhindar dari stress. Ibu yang sehat secara psikologis akan memberikan dampak yang positif bagi anak. Begitu pula sebaliknya, ibu yang kondisi psikologisnya terganggu seperti mengalami *parenting stress* akan berdampak negatif pada anak. Oleh karena itu seorang ibu perlu bekal pemahaman agar tidak mengalami *parenting stress*. Buku ini diharapkan mampu memberikan informasi tentang *parenting stress* pada ibu rumah tangga.

Penulis tentu menyadari jika buku ini masih belum cukup sempurna. Penulis mengharapkan kritik maupun saran guna penyempurnaan buku ini. Semoga Tuhan YME membalas jasa semua pihak yang telah membantu penyelesaian buku ini, dengan harapan bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa.

Penulis

## DAFTAR ISI

|  |     |
|--|-----|
| KATA PENGANTAR .....   | iii |
| DAFTAR ISI .....   | v   |
| BAB I PENDAHULUAN.....   | 1   |
| BAB II DEFINISI PARENTING STRESS DAN<br>ASPEK-ASPEK PARENTING.....                   | 26  |
| A. Pengertian Parenting.....   | 26  |
| B. Aspek-aspek <i>Parenting Stress</i> .....   | 27  |
| BAB III PARENTING STRES DAN FAKTOR-<br>FAKTORNYA .....                               | 31  |
| A. Faktor yang mempengaruhi <i>parenting stress</i> .....                            | 31  |
| B. Definisi <i>Self-Control</i> .....  | 33  |
| C. Aspek-aspek <i>Self-Control</i> .....   | 34  |
| D. Hubungan Antara <i>Self-Control</i> dengan<br>Parenting Stress.....               | 38  |
| BAB IV PARENTING STRESS DAN <i>SELF</i><br><i>CONTROL</i> PADA IBU RUMAH TANGGA..... | 44  |
| A. Kategorisasi <i>Parenting Stress dan Self Control</i> .....                       | 44  |
| 1. Kategorisasi Parenting Stress.....  | 46  |
| 2. Kategorisasi <i>Self-Control</i> .....  | 46  |
| B. Parenting <i>Stress dan Self Control</i> Pada<br>Ibu Rumah Tangga.....            | 47  |
| BAB V KESIMPULAN .....   | 52  |
| DAFTAR PUSTAKA .....   | 54  |

**PARENTING *STRESS* PADA IBU  
RUMAH TANGGA**

## BAB I PENDAHULUAN

Di dalam hidupnya, seseorang terus tumbuh dan berkembang sesuai umurnya. Berasal dari masih di dalam kandungan hingga kematian. Tentunya dalam menjalani hidup, tidak semua berjalan dengan mudah. Tidak terkecuali seseorang yang beranjak dewasa. Dewasa sendiri dibagi menjadi tiga bagian, yaitu dewasa awal, dewasa tengah dan dewasa akhir (Santrock, 2012). Dewasa awal merupakan transisi dari masa remaja ke dewasa yang terjadi dari usia 18 sampai 25 tahun. Menurut Depkes RI (2009) usia dewasa awal adalah individu dengan rentang usia antara 26-35 tahun. Pada masa dewasa awal, sebagian besar individu menunjukkan lebih sedikit perubahan suasana hati dibandingkan ketika masa remaja, namun memiliki *stressor* yang lebih banyak dibandingkan dewasa paruh baya (Santrock, 2018).

Pernikahan menjadi salah satu tahapan yang terjadi pada kehidupan manusia di masa dewasa. Menurut psikolog klinis dewasa dalam *live chat* bersama detikhealth pada tanggal 22 Maret 2017,

pernikahan idealnya terjadi ketika seseorang berada pada tahap dewasa awal, yaitu usia 20 sampai 40 tahun (Sulaeman, 2017). Menurut Pasal 1 Undang-undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, pengertian perkawinan ialah ikatan lahir batin seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan untuk membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Dari pengertian perkawinan yang dijelaskan undang-undang tersebut menunjukkan bahwa pernikahan bukan hanya merupakan suatu ikatan lahir, namun juga suatu ikatan batin antara dua insan dengan tujuan untuk membentuk keluarga yang bahagia dan kekal.

Lestari (2016) mengatakan bahwa keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerja sama ekonomi dan terjadi proses reproduksi. Keluarga dapat dibedakan menjadi dua, berdasarkan segi keberadaan anggota keluarga, yaitu keluarga inti dan keluarga batih. Sehingga dalam keluarga inti terdiri dari tiga posisi sosial, yaitu suami-ayah, istri-ibu, dan anak. Keluarga inti terbentuk setelah sepasang laki-laki dan

perempuan menikah dan memiliki anak, sehingga menjadikan pasangan tersebut menjadi orang tua (Lestari, 2016).

Brooks (2011) menyebutkan orang tua membawa serangkaian kebutuhan dan kualitas kompleks dalam proses pengasuhan. Pengasuhan adalah sebuah proses tindakan dan interaksi antara orang tua dan anak (Brooks, 2011). Ini adalah proses dimana kedua pihak saling mengubah satu sama lain saat anak tumbuh menjadi sosok dewasa. Masyarakat adalah kekuatan dinamis ketiga dalam proses pengasuhan, masyarakat memberikan dukungan dan tekanan bagi orang tua dan anak serta dapat berubah dalam merespons kebutuhan dan tindakan yang dilakukan orang tua dan anak (Brooks, 2011).

Ketika menjalani kehidupan pernikahan dan telah menjadi orang tua, terlebih dalam proses pengasuhan, tentu saja tidak semua berjalan dengan indah. Terkadang beberapa hal dapat membuat seseorang mengalami kesulitan, bahkan sampai tahap stress dikarenakan mengalami suatu tahap yang baru dalam hidupnya. Penyesuaian diri terhadap masa menjadi orang tua (*parenthood*) terjadi dikarenakan pada fase ini

menuntut orang dewasa untuk berkomitmen agar memahami perannya sebagai orang tua dalam pengasuhan anak serta mengerti fungsi sebagai orang tua yang berkompeten dalam mewujudkan kehidupan anak yang lebih baik (Izza & Andromeda, 2019). Mengenai perihal tersebut, Sanders & Turner (2018) mengatakan bahwa dikarenakan tidak ada satu cara yang benar untuk membesarkan anak serta banyak pengaturan atau peraturan pengasuhan yang berbeda yang bisa berhasil atau gagal. Sehingga dalam membesarkan anak dapat menimbulkan stress atau kerap disebut dengan *parenting stress*.

Deater-Deckard (dalam Lestari, 2016) mendefinisikan *parenting stress* sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua. Ponnet et al. (2013) menyebutkan *parenting stress* adalah jenis stres tertentu, yang dapat dibedakan dari stress di domain lain kehidupan (misalnya, stres kerja dan hubungan perkawinan). Ini mengacu pada suatu kondisi atau perasaan yang dialami ketika orang tua merasa bahwa

tuntutan terkait dengan pengasuhan melebihi sumber daya pribadi dan sosial yang tersedia bagi mereka untuk memenuhi tuntutan tersebut (Abidin, 1990; Cooper, McLanahan, Meadows, & Brooks-Gunn, 2009; Deater-Deckard, Smith, Ivy, & Petrill, 2005). Teori *Parenting Stress* yang dikemukakan oleh Abidin dapat diartikan sebagai kecemasan dan ketegangan berlebih secara khusus terkait dengan peran orang tua dan interaksi orang tua-anak (Ahern, 2004).

Terdapat dua pendekatan utama dalam meninjau *parenting stress* (Lestari,2016). Kedua pendekatan tersebut adalah teori *P-C-R* (*parent-child-relationship*) dan teori *daily hassles*. Kedua teori ini memandang *parenting stress* dari tipikal stress sehari-hari. Dari sudut pandang teori *P-C-R*, *parenting stress* bersumber dari tiga komponen. Ketiganya adalah ranah orang tua (P; yaitu segala aspek *parenting stress* yang muncul dari pihak orang tua); ranah anak (C; yaitu segala aspek *parenting stress* yang muncul dari perilaku anak); dan ranah hubungan orang tua-anak (R, yaitu segala aspek *parenting stress* yang bersumber dari hubungan orang tua-anak). Sedangkan teori *daily hassles* memandang *parenting stress* sebagai tipikal stress normal yang

terjadi sehari-hari atau mingguan, serta belum sampai menimbulkan gangguan psikologis.

*Parenting stress* yang tinggi berkaitan dengan gaya pengasuhan yang kurang kooperatif, lebih sensitif, dan lebih mengganggu (Ahern, 2004). Stress juga dapat meningkatkan kemungkinan bahwa beberapa orang tua menjadi lebih kritis, suka menghukum anaknya, dan mudah tersinggung, sehingga dapat meningkatkan kemungkinan anak-anak memiliki masalah perilaku (Ahern, 2004). Lebih lanjut dalam kajian yang dilakukan Ratnasari (2017) *parenting stress* memiliki hubungan dengan perilaku kekerasan pada anak dalam rumah tangga. Hal ini dijelaskan lebih lanjut bahwa orang tua yang mengalami *parenting stress* akan menunjukkan sikap kasar, kritis dan kaku, serta hanya sedikit memberi kasih sayang kepada anaknya (Ratnasari, 2017). Srifianti (2020) menyebutkan bahwa tingginya tingkat stress yang dialami oleh orang tua dapat menyebabkan mereka melakukan kekerasan secara fisik kepada anaknya dalam rangka pemberian disiplin. Namun orang tua yang memiliki praktik pengasuhan yang positif, seperti secara emosional mendukung, menerima, tidak bermusuhan dan

responsif terhadap anak mereka ditemukan memiliki lebih sedikit masalah perilaku pada anak (van Prooijen et al., 2018).

Peneliti melakukan observasi non-partisipan pada keseharian ibu R selama tiga hari yang dilakukan mulai dari tanggal 26 hingga 28 Maret 2021 pada anaknya yang berusia 7 tahun. Diketahui bahwa subjek sering berteriak pada pagi hari ketika ingin menyuruh anaknya sarapan. Kemudian pada siang hari untuk waktu tidur siang, ketika anaknya masih bermain di luar rumah, ibunya memanggil anaknya untuk tidur dengan nada yang keras dan tinggi. Selanjutnya pada sore hari ketika anaknya masih main, ibunya berteriak kencang supaya anaknya mandi sore, namun reaksi yang ditunjukkan anaknya adalah cemberut dan balas berteriak dengan nada kesal pada ibunya.

Selain melakukan observasi, peneliti juga melakukan wawancara kepada 5 ibu yang dilakukan tanggal 20 Maret 2021 di lingkungan Kampung Lokomotif. Pada narasumber yang pertama dengan ibu E diketahui hasil wawancara yang didapatkan diketahui bahwa ketika anaknya sedang tidak bisa diberikan arahan atau nakal hingga menimbulkan

perasaan kesal, ibu E menegurnya dengan suara yang keras, marah-marrah, atau membiarkan anaknya begitu saja, bahkan pernah memukulnya untuk memberi teguran pada anaknya supaya anaknya takut dengan orang tuanya. Kemudian pada narasumber yang kedua melalui wawancara dengan ibu S, diketahui bahwa narasumber ketika hubungan dengan anaknya kurang baik, mood untuk melakukan segala sesuatu menjadi berantakan, menjadi tidak ingin melakukan apa-apa bahkan mengeluhkan kepalanya sering sakit karena pusing memikirkan anaknya yang tidak bisa diberi arahan. Ketika hubungan dengan anaknya sedang tidak baik, dapat memicu adanya pertengkaran dengan suami pada ibu S dikarenakan anak.

Selanjutnya melalui hasil wawancara dengan ibu A, diketahui bahwa dalam rumah sering terjadi pertengkaran dengan suami dikarenakan anaknya. Hal tersebut biasanya dikarenakan anaknya mengacuhkan orang tuanya ketika dipanggil atau terlalu sibuk dengan *handphone*-nya atau ketika tidak bisa diberikan arahan oleh orang tuanya. Lebih lanjut melalui hasil wawancara dengan ibu I yang memiliki tiga anak, salah satu anaknya memiliki karakter yang keras sehingga

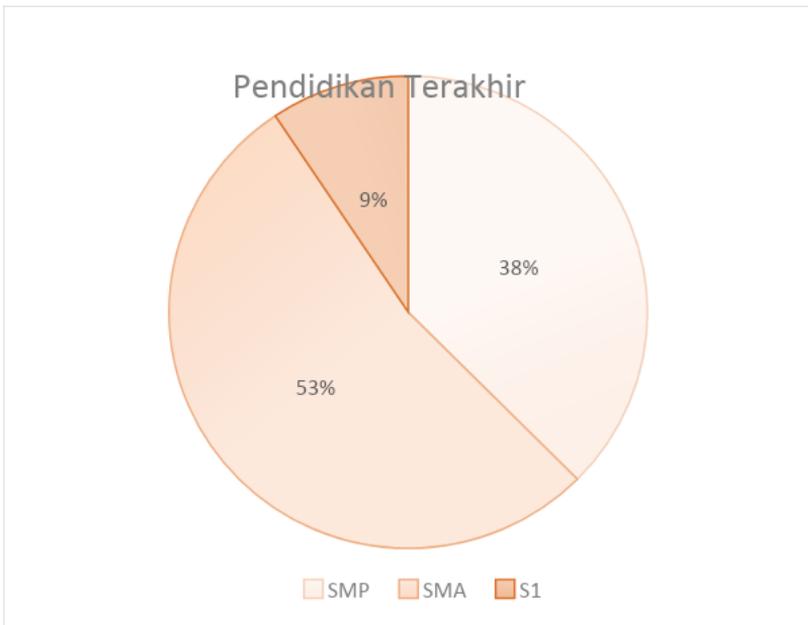
susah diberikan arahan. Contohnya ketika anak tersebut terlalu banyak bermain *game* di handphone hingga lupa waktu dan membuat ibu I marah dengan anaknya sehingga memarahi anaknya. Ibu I mengaku pernah melampiaskan emosi kepada anaknya dengan memukul ketika tidak bisa membendung amarahnya. Hubungan dengan suami juga sering bermasalah dikarenakan anak, biasanya ketika terjadi perbedaan pendapat dapat saling berteriak satu sama lain hingga menjadi perhatian tetangga.

Melalui hasil wawancara yang dilakukan pada ibu M, diketahui narasumber tidak menyebutkan, bahkan tidak mengetahui nominal pendapatan suaminya perbulan. Narasumber hanya mendapatkan uang untuk keperluan rumah tangga perhari sebesar Rp. 50.000,- untuk mencukupi kebutuhan kelima anaknya, kemudian narasumber mengaku uang belanja tersebut tidak mencukupi untuk keperluan rumah tangga sehari-hari. Sehingga sering terjadi ketidakseimbangan dalam pembagian keperluan rumah tangga yang menyebabkan ibu mengalami kesulitan untuk pembagian segala keperluan, termasuk biaya sehari-hari untuk keperluan anak. Dikarenakan

ketidakseimbangan tersebut, keperluan anak sering tidak terpenuhi. Berdasarkan observasi yang dilakukan sekaligus pada saat wawancara, hal tersebut menyebabkan terganggunya hubungan anak dan orang tua, khususnya ibu. Ketika anaknya meminta uang untuk jajan, ibunya tidak memberikannya dikarenakan uang yang dimiliki kurang untuk kebutuhan sehari-hari. Sehingga ibu harus mengelolanya dengan baik, oleh sebab itu ibu sering berteriak untuk melampiaskan emosinya disebabkan tidak dapat mengontrol emosi kepada anaknya ketika anaknya meminta uang untuk jajan.

Supaya lebih mengetahui kondisi di lapangan selain melakukan wawancara, peneliti juga telah melakukan survey kepada 32 responden yang berperan sebagai ibu di usia 20-40 tahun pada bulan April 2021.

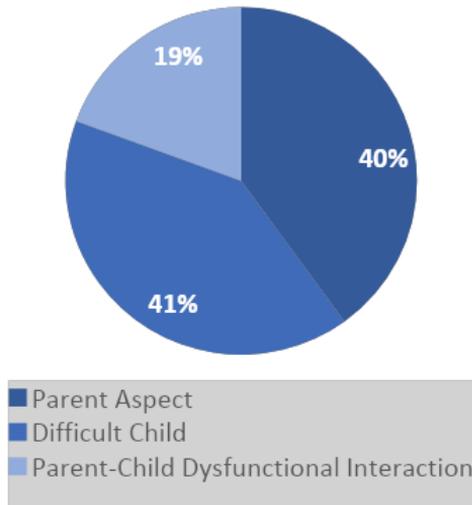
Gambar Pendidikan Terakhir Responden Survey



Pertanyaan yang diajukan oleh peneliti merujuk pada aspek *parenting stress* yang dikembangkan oleh Abidin (1990) yang telah diuji ulang oleh Daulay dkk (2020) dengan aspek yang berasal dari orang tua (*parent aspect*), *difficult child*, dan *parent-child dysfunctional interaction*. Aspek yang berasal dari orang tua diajukan dengan pernyataan, "Saya sering memarahi anak saya", "Dalam satu bulan terakhir, saya pernah memarahi anak saya satu kali", "Saya terkadang menggunakan kekerasan pada anak saya untuk mengajarkan

disiplin". Jawaban dari responden bervariasi, namun sebanyak 40% dari total pernyataan survey, responden setuju dengan pernyataan tersebut. Selanjutnya pada aspek yang kedua yaitu *difficult child*, sebanyak 41% setuju dengan pernyataan yang diajukan, berupa "Anak saya sulit diatur", "Anak saya kurang disiplin", "Saya menggunakan kekerasan pada anak saya untuk mengajarkan disiplin", "Saya memaksa anak saya untuk belajar dengan suara keras", "Banyak perilaku anak saya yang mengganggu saya", "Saya sebagai ibu rumah tangga kadang terganggu dengan kegiatan anak saya", "Hal yang sering membuat saya stress adalah kegiatan yang dilakukan oleh anak saya", "Sulit menyeimbangkan tanggung jawab saya yang lain karena anak saya". Kemudian pada aspek terakhir berupa *parent-child dysfunctional interaction*, sebanyak 19% yang setuju dengan pernyataan yang diajukan. Pernyataan tersebut berupa, "Tingkah laku anak saya sering tidak sesuai hingga membuat saya stress", dan "kegiatan anak saya yang bersekolah online membuat saya mengalami kesulitan".

## Survey



Gambar Hasil Jawaban Survey

Terdapat kasus seorang anak yang menjadi korban kekerasan oleh ibu kandung dan neneknya di Jatibening Bekasi, Jawa Barat disebabkan anak tersebut meminta uang untuk jajan, di saat ibu dan neneknya sedang tidak memiliki uang. Kekerasan yang dilakukan oleh ibu dan neneknya tersebut berupa pemukulan terhadap korban yang terjadi dalam seminggu setidaknya tiga kali. Pemukulan dilakukan dengan tangan kosong maupun alat yang menyebabkan korban memiliki sejumlah luka lebam di tangan dan juga kepala (Yusep, 2020).

Lebih lanjut melalui salah satu artikel dalam wawancara dengan seorang psikolog klinis dewasa, mengatakan bahwa seorang ibu rumah tangga dapat mengalami stress dikarenakan ibu rumah tangga berada selama 24 jam di rumah untuk mengurus kebutuhan rumah tangga dan segala macamnya sehingga para ibu merasa kesepian (Sukmasari, 2017). Kemudian dilansir *republika.co* (2017), menurut pengamat psikolog sosial dan budaya dari Universitas Indonesia Endang Mariani Rahayu, tingkat stress warga di kota-kota besar terutama kaum ibu terus meningkat setiap tahunnya. Stress yang dialami ibu yang berada di kota besar dipicu oleh adanya urusan domestik rumah tangga, tuntutan anak sekolah, kehidupan sosial, jalanan macet, bahkan dalam kasus yang lebih parah ibu dapat menderita depresi akibat beratnya tekanan hidup. Dari hasil survey, 49 persen dari seluruh wanita yang di survey mengatakan stress mereka meningkat selama lima tahun terakhir dibandingkan dengan 4 dari 10 pria atau hanya 39 persen (Wulandhari, 2017). Selanjutnya dilansir dari portal berita *online* CNN Indonesia melalui survey yang dilakukan pada tanggal 24 November 2020 dengan

melibatkan sebanyak 1.230 partisipan, namun yang masuk ke dalam kriteria terdapat 1.192 subjek, 56 persen ibu rumah tangga alami stress setelah lebih dari 8 bulan pandemi Covid-19. Berdasarkan survey, para ibu rumah tangga mengaku stress dengan mengalami gejala kecemasan, sulit tidur, serta mudah marah (CNN Indonesia, 2020).

Mengasuh anak pada usia sekolah menjadi salah satu tugas yang penuh tantangan pada setiap ibu. Menurut peraturan perundang-undangan tentang perlindungan anak yang diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002, anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih berada dalam kandungan. Dilansir akurat.co (2019) menulis survey yang dilakukan oleh penyedia layanan kesehatan *Benenden Health*, menemukan satu dari tiga orang tua percaya bahwa mereka mengalami masalah dengan kesehatan mental mereka setelah menjadi ibu. Setengah dari para ibu yang disurvei berpendapat bahwa tekanan sekolah anak mereka juga dapat berdampak pada kesehatan mental mereka (Fauzia, 2019).

Pada kajian yang dilakukan Gani & Kumalasari (2019) yang mengukur tentang *mindful parenting* dan *parenting stress* pada ibu dari anak usia *middle childhood* di Jakarta menyebutkan salah satu tantangan pengasuhan ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar bersumber dari tuntutan keterampilan yang harus dikuasai oleh anak maupun terkait dengan kehidupan sekolah anak. Hal ini disebabkan adanya penerapan kurikulum baru yang terdapat dalam pendidikan sekolah, yaitu kurikulum 2013 yang menitikberatkan tugas mandiri yang biasanya memerlukan pendampingan dari orang tua. Selain itu dikarenakan pandemi yang melanda saat ini yang mengharuskan anak untuk belajar di sekolah juga menambah *stressor* pada ibu dikarenakan pada Raihana (2020) menyebutkan bahwa pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka di sekolah, sekarang ini dilakukan melalui media pembelajaran online. Hal tersebut menyebabkan ibu mengganti peran guru untuk mengajar anak-anaknya, sehingga sebagian ibu terpancing emosi negatifnya yang disebabkan adanya tekanan situasi (Raihana, 2020).

Beban dan tuntutan tersebut akan bertambah ketika anak memasuki usia remaja. Liga et al., (2015) menyebutkan banyaknya laporan bahwa usia remaja (14-18 tahun) adalah tahap yang paling sulit dilakukan oleh orang tua terhadap anaknya (Deater-Deckard, 2004; Kim, Conger, & Lorenz, 2001; Pasley & Gecas, 1984; Putnick et al., 2010). Ketika menghadapi tantangan dengan remaja, orang tua sering mengalami stress dan perasaan cemas dan ketidakpastian tentang kesesuaian beberapa keputusan dalam mengasuh anak mereka yang beranjak remaja. Sehingga pada saat memasuki usia remaja, hubungan orang tua dan anak menghadapi situasi yang baru dan berbeda dan ketegangan yang dihasilkan mewakili peningkatan risiko *parenting stress* (Liga et al., 2015).

Kampung Lokomotif yang terletak di Bekasi Utara terdapat hampir 90% dari 806 kepala keluarga dengan ibu yang berprofesi sebagai ibu rumah tangga (hasil wawancara dengan Pak RW. 05 pada tanggal 22 Maret 2021). Ibu rumah tangga rentan mengalami *parenting stress*. Hal ini disebabkan dalam Gunarsa, Singgih D.; Gunarsa, Y., (1990) bahwa walaupun pada umumnya para kaum ibu dan wanita tidak luput dari pekerjaan

dan tugas-tugas rumah tangga, pada akhirnya akan terlihat bahwa kebanyakan ibu akan menyibukkan diri dengan masalah rumah tangga yang tidak ada habisnya. Lebih lanjut tingkat stress yang tinggi pada ibu rumah tangga banyak dipicu oleh beberapa hal seperti masalah hubungan suami dan istri, hubungan ibu dan anak yang kurang harmonis, masalah finansial, hubungan ibu dengan tetangga atau lingkungan, merasa tertekan hidup bersama mertua, hidup diikuti saudara, tidak memiliki keturunan serta kejenuhan akan aktivitas yang dilakukan sehari-hari dan terkadang berulang-ulang hingga akhirnya terkadang menimbulkan titik jenuh bagi ibu rumah tangga (Rosalina & Hapsari, 2014).

Sebaliknya rumah tangga yang teratur, bebas dari permasalahan berat dan pelik pun akan mengalami kejenuhan. Kejenuhan yang disebabkan keteraturan yang monoton dalam menyelesaikan tugas-tugas rumah tangga juga mengakibatkan timbulnya depresi pada kaum wanita (Gunarsa, Singgih D.; Gunarsa, Y., 1990). Seperti berita yang dilansir oleh today.line (2020) terdapat seorang ibu rumah tangga yang diduga mengalami depresi di Kota Kendari yang tewas

gantung diri pada 27 November 2020. Korban diduga mengalami depresi, hal tersebut disebabkan korban sempat berkomunikasi dengan suaminya melalui *handphone* dan mengeluh jika dirinya lelah dan stress karena mengurus ketiga putrinya yang masih berusia belia (Rohmah, 2020).

Lestari (2016) mengemukakan terdapat faktor-faktor yang dapat mendorong timbulnya *parenting stress*, yaitu individu, keluarga, dan lingkungan. Kesehatan fisik, kesehatan mental dan emosi orang tua yang kurang baik dapat mendorong timbulnya *parenting stress*. Sebaliknya, dari pihak anak faktor-faktor individu yang dapat mendorong *parenting stress* dapat berupa masalah kesehatan fisik dan problem perilaku yang sangat menyita waktu dan perhatian orang tua. Lestari (2016) juga berpendapat bahwa masalah keuangan, struktur keluarga, hubungan yang penuh konflik baik antar pasangan maupun antara orang tua-anak, sangat berpotensi menimbulkan *parenting stress*. Kondisi stress dapat berlangsung dalam jangka pendek, situasional atau aksidental, bila sumber stress lebih dominan pada situasi lingkungan.

Namun, bila tidak segera diatasi dengan baik, kondisi stress dapat berlangsung dalam jangka panjang juga.

Tingkat pendidikan orang tua juga menjadi salah satu karakteristik yang dominan dalam memprediksi *parenting stress*. Seperti kajian yang dilakukan oleh Nuha et al.,(2020) untuk mengetahui hubungan antara karakteristik orang tua dengan stress pengasuhan pada orang tua anak gangguan spektrum autisme menunjukkan terdapat perbedaan nilai rata-rata stress pengasuhan antara orang tua yang memiliki jenjang pendidikan SD, SMP, SMA, dan perguruan tinggi. Perbedaan ini mungkin disebabkan pada saat ini baik ibu pada pendidikan rendah maupun tinggi memiliki intelegensi dan faktor penyampaian informasi yang berbeda. Dalam hal ini, tingkat pendidikan di kampung Lokomotif berdasarkan survey kepada 32 responden, memiliki 12 subjek lulusan SMP, 17 subjek lulusan SMA dan 3 subjek lulusan Strata satu (S1).

Kekurangan ekonomi atau masalah keuangan seperti yang terjadi di Kampung Lokomotif dimana tidak lebih dari 10% warga yang gajinya di atas UMR (pada hasil wawancara dengan Pak RW pada tanggal 22 Maret 2021) juga dapat mendorong timbulnya stress

kajian pada tingkat keluarga (Lestari, 2016). Misalnya, stress akan tagihan dan mengelola keuangan lebih besar ketika salah satu orang tua tidak dapat membayar tagihan yang tertunda, bekerja dan ketika anak sedang menempuh pendidikan yang dapat memiliki dampak negatif pada perkembangan anak (Louie et al., 2017). Hal tersebut didukung oleh kajian yang dilakukan oleh Indrawati (2015) yang menunjukkan bahwa kondisi status sosial ekonomi akan mempengaruhi intensitas komunikasi dari sebuah keluarga (Indrawati, 2015). Penggolongan pendapatan penduduk dibedakan menjadi 4 golongan berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS, 2008) , yaitu: (1) Golongan pendapatan sangat tinggi bila pendapatan rata-rata lebih dari Rp. 3.500.000,- per bulan, (2) Golongan pendapatan tinggi, jika pendapatan rata-rata antara Rp. 2.500.000,- s/d Rp. 3.500.000,- per bulan, (3) Golongan pendapatan sedang, jika pendapatan rata-rata di bawah antara Rp. 1.500.000,- s/d 2.500.000,- per bulan, dan (4) Golongan pendapatan rendah jika pendapatan rata-rata di bawah Rp. 1.500.000,- per bulan.

Gunarsa (1983) mengatakan pada dasarnya, seorang ibu memiliki lebih banyak peranan dalam

mengembangkan anak-anaknya, dikarenakan lebih banyak waktu yang digunakan bersama anak-anaknya dari pada ayah. Seorang ibu adalah tokoh yang mendidik anak-anaknya, yang memelihara perkembangan anak-anaknya, dan juga mempengaruhi aktivitas anaknya di luar rumah. Jika seorang ibu melakukan tugasnya dengan penuh kasih sayang, maka anak akan memperoleh kepuasan dan dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik (Gunarsa, 1983). Sehingga stress yang terjadi pada orang tua memiliki korelasi yang positif dengan perilaku anak dan perkembangan *maladjustment* (dalam dictionary.com, memiliki arti sebagai kegagalan untuk memenuhi tuntutan masyarakat, seperti mengatasi masalah dan hubungan sosial; biasanya tercermin dalam ketidakstabilan emosi); maka menghasilkan banyak *parenting stress* yang dikaitkan dengan lebih banyak masalah anak (Louie et al., 2017). Oleh karena itu, kajian perlu dilakukan untuk mencegah terjadinya lebih banyak ibu yang tidak dapat mengasuh anaknya dengan penuh kasih sayang sehingga dapat mencegah perilaku anak yang tidak menyenangkan.

Stress merupakan situasi yang biasa muncul dalam berbagai aspek kehidupan, tak terkecuali dalam mengasuh anak (Lestari, 2016). Saat keadaan stress muncul, yang perlu dilakukan adalah menghadapi dan mengelolanya untuk membuahkan hasil yang positif. Stress dapat dikurangi dengan adanya kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya sendiri atau disebut dengan kontrol diri atau *self-control*. Hal tersebut sesuai dengan kajian yang dilakukan oleh Shafwati (2018) yang menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara *self-control* dan agresi pada ibu yang memiliki anak usia dini. Menurut Averill (1973), setiap jenis kontrol berkaitan dengan stress dengan cara yang kompleks. Terkadang kontrol dapat meningkatkan stress, mengurangi atau bahkan tidak memiliki pengaruh sama sekali (Averill, 1973).

*Self-control* menurut Hurlock memiliki keterkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kemudian di dalam Ghufron & Risnawita (2017) *self-control* merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku seseorang ke arah konsekuensi positif. Pada dasarnya

*self-control* berperan dalam penyesuaian diri, sehingga ketika *self-control* yang dimiliki kurang baik dapat membuat perilaku yang ditimbulkan cenderung menyimpang (Marsela & Supriatna, 2019). Orang tua yang memiliki pengendalian yang rendah cenderung tidak menggunakan strategi pengasuhan yang mendorong perkembangan pengendalian diri pada anak mereka sendiri (Muftić & Updegrave, 2018). Sebuah studi yang dilakukan di Jerman, Polandia, Swedia dan Amerika Serikat dalam spsp.org (2020) menunjukkan bahwa individu dengan kontrol diri yang baik memiliki tingkat stress yang jauh lebih rendah daripada orang dengan pengendalian yang buruk (Nielsen, 2020).

Lefcort (1982) mengemukakan terdapat dua tipe *self-control* pada manusia, yaitu *self-control* internal dan control diri eksternal. Individu dengan *self-control* internal meyakini bahwa dirinya memiliki kontrol terhadap apa yang terjadi dalam hidupnya, sedangkan individu dengan *self-control* eksternal memandang semua yang terjadi dalam hidupnya disebabkan oleh faktor luar dirinya (dalam Asthiningsih, N. W. W., Marchira & Sedyowinarso, 2010).

Berdasarkan hasil pemaparan oleh penulis di atas, menunjukkan bahwa di lapangan terdapat fenomena yang akan diteliti, yakni adanya stress pengasuhan yang terjadi pada ibu rumah tangga yang memiliki anak hingga remaja. Stress tersebut terjadi dikarenakan adanya latar belakang pendidikan serta ekonomi yang kurang memadai.

## BAB II DEFINISI PARENTING STRESS DAN ASPEK-ASPEK PARENTING

### A. Pengertian Parenting

Abidin (1990a) menempatkan stress orang tua dalam peran sentral yang menghubungkan beberapa karakteristik orang tua dengan perilaku pengasuhan yang disfungsi serta hasil anak yang merugikan. Abidin mengkonseptualisasikan stress pengasuhan sebagai situasi bermasalah mengenai tekanan orang tua dan kesulitan anak dalam keluarga (Abidin, 1990a). Deater-Deckard (2004) mendefinisikan *parenting stress* secara ringkas sebagai serangkaian proses yang mengarah pada reaksi psikologis dan fisiologis yang tidak menyenangkan yang timbul dari godaan untuk beradaptasi dengan tuntutan menjadi orang tua. Menurut definisi, perasaan negatif ini muncul langsung dari peran sebagai orang tua.

Teori P-C-R atau *parent-child-relationship* dalam Lestari (2016) memandang stres pengasuhan bersumber dari tiga komponen. Ketiganya adalah

ranah orang tua (P, yaitu segala aspek pengasuhan yang muncul dari pihak orang tua); ranah anak (C, yaitu segala aspek pengasuhan yang muncul dari pihak anak); dan ranah hubungan orangtua-anak (R, yaitu segala aspek stres pengasuhan yang bersumber dari hubungan orangtua-anak). Lestari (2016) menjelaskan stress pengasuhan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua. Stres pengasuhan dapat dipahami sebagai stres atau situasi penuh tekanan yang terjadi pada pelaksanaan tugas pengasuhan anak.

## **B. Aspek-aspek *Parenting Stress***

Abidin (1990b) menyebutkan bahwa *parenting stress* terdapat 3 aspek, diantaranya:

### 1. *The Parent Distress (PD)*

Sejauh mana orang tua merasa kompeten, terbatas, berkonflik, didukung, dan atau tertekan dalam peran mereka sebagai orang tua.

2. *The Parent-Child Disfunctional Interaction* (P-CDI, Interaksi Disfungsional Orangtua-Anak)

Seberapa jauh orang tua merasa puas dengan anak serta interaksi mereka dengan anak mereka.

3. *The Difficult Child* (DC)

Bagaimana orang tua memandang anaknya, apakah anak itu mudah atau sulit diasuh. Telah banyak kajian yang telah menggunakan aspek-aspek *parenting stress* berdasarkan aspek yang dibuat oleh Abidin (1990) atau disebut sebagai *Parenting Stress Index* (PSI). Salah satu jurnal yang menggunakan PSI adalah Daulay et al., (2020) yang berjudul "*Validity and Reliability of Parenting Stress Construct among Mothers of Children Autistic Spectrum Disorder*" dengan hasil reliabilitas (*Cronbach Alpha* >0,6) sebesar 0,823 dan hasil validitas diskriminan secara empiris aspek orang tua dan aspek anak, serta aspek interaksi orangtua-anak dianggap tidak memiliki kemiripan, tetapi aspek orang tua dan aspek interaksi orang-tua anak memiliki nilai validitas diskriminan yang rendah, artinya beberapa aspek

aitem dari kedua aspek tersebut masih dianggap memiliki kemiripan. Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat diinterpretasikan bahwa skala *parenting stress* ini dapat digunakan untuk mengumpulkan data kajian dan menunjukkan kecukupan dalam mengungkapkan *parenting stress* dengan aspek *parent aspect*, *difficult child*, *parent-child interaction aspect*.

Lestari (2016) menyebutkan terdapat tiga aspek *parenting stress*, antara lain:

#### 1. Karakteristik Orang Tua

Karakteristik orang tua tertentu dapat memicu *parenting stress*, misalnya mudah mengalami simtom depresi, kelekatan terhadap anak, kekakuan dalam menjalankan peran orang tua, merasa tidak kompeten, terisolasi sosial, hubungan dengan pasangan yang kurang harmonis, dan kesehatan yang buruk.

#### 2. Karakteristik Anak

Karakteristik anak yang dapat memicu stres pengasuhan, misalnya kemampuan anak

beradaptasi yang rendah, kurang penerimaan terhadap orang tua, suka menuntut atau menyusahakan, suasana hati yang buruk, mengalami kekacauan pikiran, dan kurang memiliki kemampuan untuk memperkuat orang tua.

### 3. Relasi Orang Tua dan Anak

Merupakan derajat konflik yang muncul dalam interaksi orang tua-anak. Berdasarkan penjelasan dari aspek-aspek kajian yang telah disebutkan di atas, maka dalam kajian ini peneliti memilih menggunakan aspek *parenting stress* yang akan digunakan sebagai alat ukur dari Abidin (PSI-SF) yang telah diuji ulang oleh Daulay et al. (2020), yaitu *parent aspect*, *child aspect*, dan *parent-child interaction aspect*.

### BAB III

## PARENTING STRES DAN FAKTOR-FAKTORNYA

### A. Faktor yang mempengaruhi *parenting stress*

Dari hasil kajian yang dilakukan Lestari (2016) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi *parenting stress* adalah sebagai berikut.

#### 1. Individu

Faktor yang bersumber dari individu dapat diperoleh dari pribadi orang tua maupun anak. Kesehatan fisik, kesehatan mental dan kemampuan untuk mengendalikan atau mengontrol emosi orang tua yang kurang baik dapat mendorong timbulnya stress. Sebaliknya dari pihak anak yang dapat mendorong adanya *parenting stress* dapat berupa masalah kesehatan fisik dan problem perilaku. *Parenting stress* yang terjadi sehari-hari dapat disebabkan oleh problem perilaku anak, apalagi pada anak yang sangat sulit diatur, suka membangkang, sering menimbulkan kekacauan bahkan kerusakan.

## 2. Keluarga

Hal yang menyebabkan *parenting stress* pada tingkatan keluarga dapat disebabkan pada masalah keuangan dan struktur keluarga. Dinamika keuangan dapat terjadi ketika berada dalam keluarga dengan tingkat penghasilan rendah, namun dihadapkan pada tuntutan kebutuhan yang tidak sesuai (atau tinggi) atau dihadapi dengan kualitas tempat tinggal yang kurang baik. Kemudian dari struktur keluarga, dapat menimbulkan *parenting stress*. Hal ini dapat terjadi dikarenakan jumlah anggota keluarga yang banyak, pengasuhan anak yang dilakukan sendiri atau karena menjadi orang tua tunggal, serta hubungan yang penuh konflik (baik dengan pasangan maupun antara orang tua dan anak).

## 3. Lingkungan

Ketika kondisi *parenting stress* lebih dominan berada dalam lingkungan, dapat terjadi dalam jangka pendek, situasional, atau aksidental. Namun bila stress tidak segera dikelola dengan

baik, maka kondisi stress juga dapat berlangsung dalam jangka panjang.

## **B. Definisi *Self-Control***

*Self-control* menurut Averill (1973) adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilakunya, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Hal tersebut sesuai dengan yang dijelaskan oleh Ghufroon & Risnawita (2017) adalah kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan dalam proses kehidupan. Selain itu *self-control* juga memiliki pengertian kemampuan untuk mengendalikan dan mengelola faktor-faktor perilaku agar sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi, seperti kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku dengan tujuan agar sesuai dengan orang lain,

menyenangkan orang lain, selalu menyesuaikan dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron & Risnawita, 2017).

Sari (2018) mengatakan bahwa *self-control* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengarahkan, mengendalikan, mengatur dan mengubah dirinya ke arah yang lebih positif. Harahap (2018) memaparkan bahwa *self-control* adalah keterampilan individu dalam mengendalikan keinginan dari dalam dirinya yang berpengaruh terhadap perilaku yang kurang sesuai dengan norma yang berlaku dalam masyarakat. Lebih lanjut Tangney, Baumeister dan Boone (dalam Adhana, 2020) mendefinisikan *self-control* sebagai kemampuan untuk mengontrol pikiran, emosi, *impuls* (dorongan) serta melakukan regulasi diri dan mengubah kebiasaan. *Self-control* dapat dikembangkan dan digunakan individu untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan

### **C. Aspek-aspek *Self-Control***

Averill (1973) membedakan tiga jenis utama *self-control*, yaitu:

## 1. Kontrol Perilaku (Tindakan Langsung pada Lingkungan)

Dalam banyak kegiatan sehari-hari, seseorang tidak memiliki alternatif lain selain menanggapi stimulus yang berpotensi berbahaya. Hal ini menunjukkan subdivisi kontrol perilaku dua kali lipat, yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan modifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan adalah kemampuan dalam menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, apakah dirinya sendiri, sesuatu yang berasal dari dirinya, atau bahkan orang lain. Kemampuan modifikasi stimulus merupakan kemampuan mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dapat dihadapi, individu dapat memodifikasi (atau setidaknya percaya bahwa ia dapat memodifikasi) sifat objektif dari peristiwa yang mengancam.

## 2. Kontrol Kognitif (Interpretasi Peristiwa)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu untuk menginterpretasikan atau menafsirkan suatu peristiwa yang berbahaya bagi dirinya. Aspek ini memiliki dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan penilaian (*appraisal*). Kemampuan memperoleh informasi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengelola informasi yang dimilikinya sehingga dapat mengantisipasi suatu keadaan dengan berbagai pertimbangan. Penilaian merupakan suatu usaha individu sebagai mekanisme pertahanan untuk menilai dan menafsirkan suatu situasi atau peristiwa dengan memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

## 3. Mengontrol Keputusan (memiliki pilihan diantara alternatif tindakan yang dapat dilakukan).

Mengontrol keputusan adalah suatu kemampuan individu untuk memilih bagaimana dirinya bertindak atau kesempatan untuk memilih di antara berbagai kemungkinan tindakan.

Tangney et al. (2004) menjabarkan lima aspek dalam kontrol diri, yaitu:

1. *Self Dicipline* (Disiplin Diri)

Adalah aspek untuk menilai kedisiplinan dalam diri individu ketika melakukan sesuatu, misalnya fokus ketika mengerjakan tugas. Individu yang memiliki disiplin diri mampu menahan diri dari hal-hal yang dapat mengganggu dirinya.

2. *Deliberate/Non-impulsive* (Tindakan Non Impulsif)

Adalah aspek tentang kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan tindakan yang tidak impulsif. Hal tersebut memiliki arti seorang individu mempunyai pertimbangan yang baik, bersifat hati-hati dan tidak tergesa-gesa dalam pengambilan keputusan atau bertindak.

3. *Healthy Habits* (Pola Hidup Sehat)

Individu dengan kecenderungan pola hidup yang sehat akan mampu menolak sesuatu yang

dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan.

#### 4. *Work Ethic* (Etika Kerja)

Adalah aspek yang menilai tentang etika seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki *work ethic* mampu menyelesaikan tugas tanpa terpengaruh hal-hal yang ada di luar aktivitas yang tidak diperlukannya.

#### 5. *Reliability* (Ketahanan)

Adalah aspek yang menilai kemampuan ketahanan individu dalam menghadapi sebuah tantangan.

### **D. Hubungan Antara *Self-Control* dengan Parenting Stress**

Di dalam hidupnya seseorang terus tumbuh dan berkembang sesuai usianya dan tidak semua berjalan dengan mudah, termasuk pada seseorang yang beranjak dewasa, terlebih pada masa dewasa awal. Salah satu tugas perkembangan yang terjadi di

masa dewasa awal adalah pernikahan (Santrock, 2018). Setelah melalui pernikahan, maka akan terbentuk suatu keluarga inti yang tersusun dari orang tua dan anak (Lestari, 2016). Orang tua membawa serangkaian kebutuhan dan kualitas kompleks dalam proses pengasuhan sebagai sebuah proses tindakan dan interaksi antara orang tua dan anak (Brooks, 2011).

Ketika menjalani kehidupan baru sebagai orang tua, terlebih dalam proses pengasuhan, tidak semua berjalan dengan indah. Penyesuaian diri terhadap masa menjadi orang tua merupakan kriteria terpenting dalam peralihan dari salah satu tanggung jawab menjadi dewasa (Izza & Andromeda, 2019). Lebih lanjut, hal ini dikarenakan tidak ada satu cara yang benar untuk membesarkan anak serta banyaknya peraturan pengasuhan yang berbeda yang bisa berhasil atau gagal, sehingga dalam membesarkan anak dapat menimbulkan stress (Sanders & Turner, 2018).

*Parenting stress* didefinisikan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis

yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua (Lestari, 2016). Hal ini ditunjukkan dalam *parenting stress* yang tinggi berkaitan dengan gaya pengasuhan yang kurang kooperatif, lebih sensitif, lebih mengganggu, menjadi lebih kritis, suka menghukum anaknya, dan mudah tersinggung (Ahern, 2004). Namun hal yang sebaliknya terjadi pada orang tua yang memiliki kegiatan pengasuhan yang positif dengan *parenting stress* yang rendah, seperti mendukung secara emosional, menerima, tidak bermusuhan dan responsif terhadap anak mereka.

Berdasarkan data di lapangan yang diperoleh melalui wawancara, observasi, survey serta beberapa artikel berita, banyak *parenting stress* yang terjadi pada ibu rumah tangga. Hal tersebut dikarenakan bahwa walaupun pada umumnya para kaum ibu dan wanita yang tidak luput dari pekerjaan dan tugas-tugas rumah tangga, pada akhirnya akan terlihat bahwa kebanyakan ibu akan menyibukkan diri dengan masalah rumah tangga yang tidak ada habisnya seperti kebersihan dan kerapian rumah, mempersiapkan makanan sehingga tugas yang tidak

ada habisnya ini sering memberikan perasaan tidak berguna serta menimbulkan tekanan batin bagi kaum ibu hingga hal tersebut dapat menyebabkan timbulnya perasaan putus asa (Gunarsa, Singgih D.; Gunarsa, Y., 1990).

Menurut Lestari (2016) terdapat faktor-faktor yang dapat menimbulkan terjadinya *parenting stress*. Faktor tersebut antara lain adalah individu, keluarga dan lingkungan. Faktor individu adalah faktor yang berasal dari orang tua itu sendiri maupun anak, seperti kesehatan fisik, kesehatan mental, dan kemampuan untuk mengendalikan atau mengontrol emosi orang tua. Faktor kedua adalah keluarga, yang dapat bersumber dari masalah keuangan dan struktur keluarga. Kemudian pada faktor yang terakhir berasal dari lingkungan yang dapat terjadi dalam jangka pendek, situasional atau aksidental (Lestari, 2016).

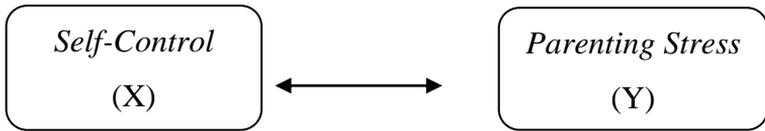
Berdasarkan faktor yang dijabarkan di atas, faktor yang dipilih adalah faktor individu yang berasal dari orang tua. Abidin (1990b) mengemukakan jika aspek-aspek *parenting stress* terbagi menjadi tiga, yaitu: *parent distress*, *parent-child*

*dysfunctional interaction*, dan *difficult child*. Teori tersebut telah diuji ulang oleh Daulay et al. (2020) hingga menghasilkan *parent aspect*, *difficult child*, dan *parent-child interaction aspect*.

Salah satu faktor penting yang dapat mengendalikan *parenting stress* adalah *self-control* atau kemampuan untuk mengontrol emosi pada orang tua. Pada dasarnya kontrol diri berperan dalam penyesuaian diri, sehingga ketika kontrol diri kurang atau tidak dapat dikendalikan menyebabkan munculnya perilaku yang cenderung menyimpang (Marsela & Supriatna, 2019).

Saat keadaan stress muncul, yang perlu dilakukan adalah menghadapi dan mengelolanya untuk membuahkan hasil yang positif. Ghufron & Risnawita (2017) mengemukakan bahwa *self-control* adalah kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku seseorang ke arah yang positif. Orang tua yang memiliki pengendalian yang rendah cenderung tidak menggunakan strategi pengasuhan yang mendorong perkembangan pengendalian pada anak mereka (Muftić & Updegrave, 2018).

Gambar Kerangka Berpikir Kajian



Berdasarkan pada penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan sebuah hubungan yaitu *self-control* mempengaruhi *parenting stress* pada ibu rumah tangga. Oleh sebab itu, peneliti berpendapat bahwa ada hubungan antara *Self-Control* dengan *Parenting Stress* pada Ibu Rumah Tangga di Kampung Lokomotif.

## BAB IV PARENTING STRESS DAN *SELF CONTROL* PADA IBU RUMAH TANGGA

### A. Kategorisasi *Parenting Stress* dan *Self Control*

Hasil yang diperoleh dari kajian ini berupa kategori subjek kajian serta uji korelasi kedua variabel, yakni *parenting stress* dan *self-control*. Sebelum melakukan pengkategorian serta uji korelasi, terlebih dahulu perlu dilakukan uji asumsi untuk memastikan bahwa data dapat di uji menggunakan uji parametrik. Uji asumsi yang harus dilakukan meliputi Uji Normalitas dan Uji Linearitas. Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,608 untuk skala *parenting stress*, serta 0,314 untuk skala *self-control*. Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0,05$  yang memiliki arti data dari kedua variabel dalam kajian terdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi *deviation of linearity* ( $p$ ) sebesar 0,634. Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0,05$  yang artinya hubungan dari kedua variabel bersifat linear.

Sehingga dengan demikian syarat uji asumsi telah terpenuhi, maka pengkategorisasian subjek serta uji korelasi dapat dilakukan. Uji korelasi yang digunakan dalam kajian ini adalah uji korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara *parenting stress* dan *self-control*. Hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut.

Tabel Hasil Uji Korelasi

| Variabel                | Koefisien Korelasi | Nilai Signifikasi | Jumlah Subjek |
|-------------------------|--------------------|-------------------|---------------|
| <i>Parenting Stress</i> | 0,124              | 0,288             | 75            |
| <i>Self-Control</i>     |                    |                   |               |

Berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Pearson* diketahui nilai koefisien sebesar 0,124 dan nilai signifikasi sebesar 0,288 yang berarti  $>0,05$  ( $p < 0,05$ ). Pada uji korelasi *Pearson* jika nilai signifikasi  $>0,05$  artinya  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara

*parenting stress* dengan *self-control* pada ibu rumah tangga di Kampung Lokomotif.

### 1. Kategorisasi Parenting Stress

*Parenting stress* pada ibu rumah tangga di Kp. Lokomotif dalam kajian ini menggunakan skala *parenting stress* yang terdiri atas 17 aitem valid dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah adalah 1. Sehingga *parenting stress* dapat dikategorikan sebagai berikut.

Tabel Kategorisasi *Parenting Stress*

| Batas Nilai | Kategorisasi | Frekuensi | Presentase |
|-------------|--------------|-----------|------------|
| < 40        | Rendah       | -         | -          |
| 40 - 62     | Sedang       | 33        | 44%        |
| > 62        | Tinggi       | 42        | 56%        |
| Total       |              | 75        | 100%       |

### 2. Kategorisasi *Self-Control*

*Self-control* pada ibu rumah tangga di Kampung Lokomotif dalam kajian ini diukur menggunakan skala *self-control* yang terdiri atas 5 valid dengan skor tertinggi 5 dan skor terendah 1.

Sehingga *self-control* dapat dikategorikan sebagai berikut.

Tabel Kategorisasi Skor *Self-Control*

| Batas Nilai | Kategorisasi | Frekuensi | Presentase |
|-------------|--------------|-----------|------------|
| < 12        | Rendah       | 7         | 9,3%       |
| 12 - 18     | Sedang       | 24        | 32%        |
| > 18        | Tinggi       | 44        | 58,7%      |
| Total       |              | 75        | 100%       |

*Parenting Stress dan Self Control*

**B. Parenting *Stress dan Self Control* Pada Ibu Rumah Tangga**

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,608 untuk skala *parenting stress*, serta 0,314 untuk skala *self-control*. Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0,05$  yang memiliki arti data dari kedua variabel dalam kajian ini terdistribusi secara normal. Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi *deviation of linearity* (p) sebesar 0,634. Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0,05$  yang bermakna hubungan dari kedua variabel bersifat linear.

Setelah melakukan uji asumsi dasar, kemudian didapatkan hasil kajian yang terdistribusi secara normal dan linear. Hal yang selanjutnya peneliti lakukan yaitu memeriksa korelasi antar variabel menggunakan teknik parametrik dengan rumus korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil uji korelasi dalam kajian ini mendapatkan nilai koefisien sebesar 0,124 dan nilai signifikansi 0,288 ( $p < 0,05$ ) yang artinya Hipotesis nol ( $H_0$ ) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara *parenting stress* dengan *self-control* diterima dan Hipotesis alternative ( $H_a$ ) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara *parenting stress* dengan *self-control* ditolak. Melalui hasil yang telah dihitung tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *parenting stress* dengan *self-control* pada ibu rumah tangga di Kampung Lokomotif.

Hasil kajian ini sesuai dengan kajian yang dilakukan oleh Averill (1973) dalam jurnal yang berjudul "*Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress*" yang menyatakan bahwa setiap jenis kontrol berkaitan dengan stress dengan cara yang kompleks. Terkadang kontrol dapat

meningkatkan stress, mengurangi atau bahkan tidak memiliki pengaruh sama sekali (Averill, 1973). Pada kajian lain yang dilakukan oleh Ismail (2019) dalam kajian yang berjudul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Rubbik School Semarang” menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku agresif pada remaja di Rubbik School Semarang dengan hasil  $p = 0,331$ , sehingga hipotesis pada kajian ini ditolak.

Selain itu, terdapat beberapa kelemahan dalam kajian ini, antara lain yaitu pada saat pengambilan data pra-kajian, hanya variabel *parenting stress* saja yang diambil datanya, sedangkan pada variabel *self-control* tidak dilakukan pengambilan data pra-kajian. Kemudian pada saat pengambilan data dikarenakan adanya pandemi, maka pengambilan data hanya dilakukan melalui *google form* sehingga menyebabkan responden tidak dapat bertanya mengenai kuesioner yang disebar melalui *google form*, serta tidak adanya faktor yang mengontrol kajian ini seperti tingkat pendidikan ibu dan pembatasan dalam kategori ibu rumah tangga.

Hasil uji kategorisasi dalam kajian ini untuk variabel *parenting stress* menunjukkan bahwa sebanyak 33 subjek atau 44% subjek kajian tergolong dalam kategori *parenting stress* sedang dan 42 subjek atau 56% subjek kajian tergolong dalam kategori *parenting stress* tinggi. Selanjutnya ditemukan bahwa rata-rata skor total subjek adalah 62,76 yang dimana termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan untuk variabel *self-control* menunjukkan bahwa sebanyak 7 subjek atau 9,3% subjek kajian tergolong dalam kategori *self-control* rendah, 24 subjek atau 32% subjek kajian tergolong dalam kategori *self-control* sedang dan 44 subjek atau 58,7% subjek kajian tergolong dalam kategori *self-control* tinggi. Selanjutnya ditemukan bahwa rata-rata skor total subjek adalah 17,8 yang dimana termasuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan kajian yang telah dilakukan dan hasil analisa data yang telah diuraikan, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu tidak ada hubungan signifikan antara variabel *parenting stress* dengan *self-control* pada ibu rumah tangga di Kampung Lokomotif. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji

korelasi yang memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,124 ( $p < 0,05$ ). Variabel *parenting stress* pada kajian ini termasuk pada kategori tinggi karena mendapatkan skor rata-rata 62,76. Sedangkan pada variabel *self-control* dalam kajian ini termasuk pada kategori tinggi karena memperoleh skor rata-rata sebanyak 17,8.

## BAB V KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian yang dilakukan, maka didapatkan kesimpulan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *self-control* dengan *parenting stress* pada ibu rumah tangga di Kampung Lokomotif. Mayoritas subjek kajian pada variabel *parenting stress* berada pada kategori tinggi. Mayoritas subjek kajian pada variabel *self-control* berada pada kategori rendah.

Hasil kajian ini dapat dijadikan bahan rujukan untuk memperluas kajian ilmu Psikologi khususnya bidang Psikologi Keluarga, antara lain dengan melakukan kajian selanjutnya bisa menggunakan faktor-faktor lain selain dari *self-control*, seperti: faktor yang berasal dari keluarga dan lingkungan.

Kepada penulis selanjutnya yang tertarik ingin melakukan topik kajian ini diharapkan untuk mengantisipasi keterbatasan dan kekurangan dalam mencari subjek kajian supaya dapat memperoleh hasil yang maksimal.

Bagi lingkungan di sekitar Kampung Lokomotif diharapkan bisa menyikapi skor variabel parenting stress pada kajian ini yang termasuk ke dalam kategori tinggi, diharapkan supaya kedepannya bisa membuat wadah sharing perkumpulan ibu-ibu, seperti membuat grup *chat whatsapp* (dikarenakan sedang pandemi) yang dapat membahas tentang hal-hal kesulitan yang dialami dalam berumahtangga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, R. R. (1990a). Introduction to the Special Issue: The Stresses of Parenting. *Clinical Child Psychology*, 19, 298–301. <https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1904>
- Abidin, R. R. (1990b). Parenting Stress Index- Short Form Guide (PSI/SF). *Charlottesville, VA: Pediatric Psychology Press*. <https://doi.org/10.4135/9781412959537.n213>
- Adhana, W. (2020). *Hubungan Antara Kontrol Diri dan Stres Kerja dengan Perilaku Cyberloafing Pada Pegawai Negeri Sipil (PNS) di Kantor Pelayanan Bea Cukai Kota Pekanbaru*. <http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/2226>
- Ahern, L. S. (2004). *PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE PARENTING STRESS INDEX - SHORT FORM*. <http://www.lib.ncsu.edu/resolver/1840.16/2765>
- Andriyatiningrum, M. V. (2018). *Pengaruh Self Esteem Dan Self Control Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa-Siswi MTs. Salafiyah Syafiah Tebuireng Jombang*.

Asthiningsih, N. W. W., Marchira, C. R. &, & Sedyowinarso, M. (2010). Hubungan Kemampuan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Program B PSIK FK UGM. *Hasil Riset*, 26(3), 138-143. <https://journal.ugm.ac.id/index.php/bkm/article/view/3466>

Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286-303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>

Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi (II)*. Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan Validitas (IV, Cetaka)*. Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2019a). *Konstruksi Tes Kemampuan Kognitif (I)*. Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2019b). *Metode Penelitian Psikologi (II)*. Pustaka Pelajar.

Brooks, J. (2011). *The Process of Parenting* (R. Fajar & Sekartaji (eds.); 8th ed.). Pustaka Pelajar.

CNN Indonesia, T. (2020, November 24). 8 Bulan Pandemi, 56 Persen Ibu Rumah Tangga Alami Stress. *CNN INDONESIA*. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20201111113804-255-568443/8-bulan-pandemi-56-persen-ibu-rumah-tangga-alami-stres>

Daulay, N., Ramdhani, N., & Hadjam, N. R. (2020). Validity and Reliability of Parenting Stress Construct among Mothers of Children with Autistic Spectrum Disorder. *Jurnal Psikologi*, 47(1), 1. <https://doi.org/10.22146/jpsi.43744>

Deater-Deckard, K. (2004). Parenting Stress (Current Perspectives in Psychology). *Yale University Press*.

Fauzia, I. (2019). Takut Jadi Orang Tua yang Buruk, Survey Ungkap Banyak Ibu yang Stress. *Akurat.Co*. <https://akurat.co/gayahidup/id-717465-read-takut-jadi-orangtua-yang-buruk-survey-ungkap-banyak-ibu-yang-stres>

Gani, I. A., & Kumalasari, D. (2019). Be Mindful, Less Stress : *Jurnal Psikologi*, 15(2), 98–107.

Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2017). *Teori-teori Psikologi* (II). Ar-Ruzz Media.

Gunarsa, Singgih D.; Gunarsa, Y., S. D. (1990). *Psikologi untuk Keluarga* (Cet. 10). Gunung Mulia.

Ikasari, A., & Kristiana, I. F. (2018). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Stres Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Cerebral Palsy. *Empati*, 6(4), 323–328.

Indrawati, E. S. (2015). Status Sosial Ekonomi Dan Intensitas Komunikasi Keluarga Pada Ibu Rumah Tangga Di Panggung Kidul Semarang Utara. *Jurnal Psikologi Undip*, 14(1), 52–57. <https://doi.org/10.14710/jpu.14.1.52-57>

Ismail, Y. (2019). *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Rubbik School Semarang*.

Izza, Y. S., & Andromeda. (2019). Adult Attachment Style dan Kesiapan Menjadi Orang Tua pada Individu Dewasa Awal Info Artikel Abstrak Keywords: *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(2), 142–149.

- Kurniadi, G., Atmodiwirjo, E. T., & Soetikno, N. (2019). Hubungan Antara Harapan Dan Stres Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Autisme. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(2), 358. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.3860>
- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga* (4th ed.). Prenadamedia Group.
- Liga, F., Ingoglia, S., Lo Cricchio, M. G., & Lo Coco, A. (2015). Mothers' parenting stress and adolescents' emotional separation: The role of youngsters' self orientation. *International Journal of Developmental Sciences*, 9(3-4), 147-156. <https://doi.org/10.3233/DEV-150169>
- Louie, A. D., Cromer, L. D., & Berry, J. O. (2017). Assessing Parenting Stress: Review of the Use and Interpretation of the Parental Stress Scale. *Family Journal*, 25(4), 359-367. <https://doi.org/10.1177/1066480717731347>
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling*, 3(2), 65-69.
- Muftić, L. R., & Updegrove, A. H. (2018). The Mediating Effect

of Self-Control on Parenting and Delinquency: A Gendered Approach With a Multinational Sample. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 62(10), 3058–3076. <https://doi.org/10.1177/0306624X17725732>

Nielsen, K. S. (2020). *PEOPLE WITH MORE SELF-CONTROL ARE LESS STRESSED OUT*. <https://www.spsp.org/news-center/blog/steensen-nielsen-self-control-stress#:~:text=On top of that%2C people,people with lower self-control.>

Nuha, F. A., Putri, A. M., & Triswanti, N. (2020). Hubungan Antara Karakteristik Orang Tua Dengan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua Anak Gangguan Spektrum Autisme. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), 36–47. <https://doi.org/10.33024/jpm.v2i2.2953>

Periantalo, J. (2016). *Kajian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.

Ponnet, K., Mortelmans, D., Wouters, E., Van Leeuwen, K., Bastaits, K., & Pasteels, I. (2013). Parenting stress and marital relationship as determinants of mothers' and

fathers' parenting. *Personal Relationships*, 20(2), 259–276.  
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01404.x>

Raihana. (2020). *Pengelolaan Emosi Ibu Pada Anak Selama Pembelajaran Dari Rumah*. 3(4), 132–139.

Ratnasari, K. A. (2017). Hubungan Parenting Stress, Pengasuhan Dan Penyesuaian Dalam Keluarga Terhadap Perilaku Kekerasan Anak Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 3(1), 85.  
<https://doi.org/10.29241/jmk.v3i1.91>

Rohmah, Y. (2020). *Seorang Ibu Rumah Tangga Gantung Diri, Pesan Terakhirnya, "Capek Urus Anak."*  
<https://today.line.me/id/v2/article/mRaaqqE>

Rosalina, A. B., & Hapsari, I. I. (2014). Gambaran Coping Stress Pada Ibu Rumah Tangga Yang Tidak Bekerja. *JPPP - Jurnal Kajian Dan Pengukuran Psikologi*, 3(1), 18–23.  
<https://doi.org/10.21009/jppp.031.04>

Sanders, M. R., & Turner, K. M. T. (2018). The importance of parenting in influencing the lives of children. In *Handbook of Parenting and Child Development Across the Lifespan*.  
[https://doi.org/10.1007/978-3-319-94598-9\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-94598-9_1)

Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development* (N. I. Sallama (ed.); Ketigabela). Erlangga.

Santrock, J. W. (2018). *Life Span Development* (Ketigabela). Erlangga.

Shafwati, D. Y. (2018). Hubungan Self-Control dan Agresi pada Ibu yang Memiliki Anak Usia Dini. In *Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang*.  
[https://www.academia.edu/38922036/The\\_Integration\\_of\\_Technology\\_into\\_English\\_Language\\_Teaching\\_The\\_Underlying\\_Significance\\_of\\_LMS\\_in\\_ESL\\_Teaching\\_despite\\_the\\_Ebb\\_and\\_Flow\\_of\\_Implementation?email\\_work\\_card=view-paper%250Ahttps://doi.org/10.1155/2016/315980](https://www.academia.edu/38922036/The_Integration_of_Technology_into_English_Language_Teaching_The_Underlying_Significance_of_LMS_in_ESL_Teaching_despite_the_Ebb_and_Flow_of_Implementation?email_work_card=view-paper%250Ahttps://doi.org/10.1155/2016/315980)

Srifianti. (2020). Hubungan Antara Parenting Stress Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (Middle Childhood) Di Jabodetabek. *Universitas Esa Unggul Jalan Arjuna Utara, 18(9)*.  
<https://jpsikologi.esaunggul.ac.id/index.php/JPSI/article/view/93>

Sugiyono. (2015). *Metode Kajian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sukmasari, R. N. (2017). Meski Cuma di Rumah, Ibu Rumah Tangga Juga Rentan Stress. *Haibunda.Com*. <https://www.haibunda.com/moms-life/20170616112328-68-6204/meski-cuma-di-rumah-ibu-rumah-tangga-juga-rentan-stres>

Sulaeman, S. (2017). Usia Ideal untuk Menikah Menurut Psikolog. *DetikHealth*. <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-3454148/usia-ideal-untuk-menikah-menurut-psikolog>

Syahadat, M. U. (2018). *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi pada Remaja yang Bermain Game Online Defense of The Ancients 2 (DOTA 2) di Kota Palembang*.

Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). Tangney, Baumeister and Boone(2008)\_High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success.pdf. *Journal of Personality*, 2(April 2004), 54.

van Prooijen, D. L., Hutteman, R., Mulder, H., van Aken, M. A. G., & Laceulle, O. M. (2018). Self-control, parenting, and problem behavior in early childhood: A multi-method, multi-informant study. *Infant Behavior and Development*, 50(November 2017), 28–41. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2017.11.001>

Wulandhari, R. (2017). Angka Stres Ibu di Kota Besar Indonesia Meningkat Tiap Tahunnya. *Republika*. <https://republika.co.id/berita/on7tvk328/angka-stres-ibu-di-kota-besar-indonesia-meningkat-tiap-tahunnya>

Yusep, W. (2020). Minta Uang Jajan, Bocah di Bekasi Malah Dipukuli Ibu Kandung dan Neneknya. *Okezone*. <https://megapolitan.okezone.com/read/2020/02/29/338/2176080/minta-uang-jajan-bocah-di-bekasi-malah-dipukuli-ibu-kandung-dan-neneknya>

# Parenting Stress Pada Ibu Rumah Tangga

Seorang ibu memiliki peran yang sangat penting dalam proses pengasuhan. Seorang ibu adalah sekolah pertama bagi anaknya. Dalam memberikan pengasuhan seorang ibu hendaknya terhindar dari stress. Ibu yang sehat secara psikologis akan memberikan dampak yang positif bagi anak. Begitu pula sebaliknya, ibu yang kondisi psikologisnya tertanggung seperti mengalami parenting stress akan berdampak negatif pada anak. Oleh karena itu seorang ibu perlu bekal pemahaman agar tidak mengalami parenting stress. Monograf studi ini diharapkan mampu memberikan informasi tentang parenting stress pada ibu rumah tangga. Semoga tulisan ini memberikan manfaat untuk masyarakat. Amin.

ISBN 978-623-455-730-5

