

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pengasuhan terhadap anak merupakan tanggung jawab besar bagi kedua orang tua, dari sejak lahir hingga anak tumbuh menjadi pribadi yang dewasa. Orang tua memiliki kewajiban dalam menjaga dan memelihara keberlangsungan kehidupan anaknya (Mujiyatmi, 2023). Walaupun kedua orang tua memiliki tanggung jawab yang sama besarnya dalam mengasuh anak, nyatanya masih banyak masyarakat yang beranggapan bahwa peran ayah hanya mencari nafkah saja dan membebankan tanggung jawab pengasuhan kepada ibu. Penelitian yang dilakukan oleh Haalboom, et al (2015) menunjukkan bahwa ibu lebih banyak memegang peran dalam mengasuh anak dibandingkan dengan ayah. Waktu dalam mengasuh anak yang lebih banyak diperankan oleh ibu, berpengaruh pada tanggung jawab untuk mendisiplinkan anak, dibandingkan dengan ayah yang lebih banyak memiliki momen bersenang-senang saat bersama anak.

Ibu merupakan sosok utama yang memegang peranan penting dalam sebuah keluarga. Ibu dapat melakukan banyak hal untuk memenuhi kebutuhan keluarganya seperti, memasak, mengasuh anak, mendidik, menata rumah, dan lainnya. Sosok ibu juga untuk memberikan keseimbangan dalam sebuah keluarga. Menurut Apreviadizy (2014), peran ibu sangat berpengaruh dalam keluarga. Ibu menjadi kunci utama dalam mendidik dan mengasuh anak. Ibu juga dapat menjadi pusat pendidikan dan panutan bagi anak sehingga anak merasa nyaman dengan ibu, bahkan ibu bisa menjadi tempat untuk bersandar bagi anak-anaknya. Makarim (2022) mengatakan bahwa peranan seorang ibu dalam keluarga yaitu untuk menciptakan rasa aman dan nyaman dalam keluarga, memberikan cinta dan kasih sayang, menemani anak belajar di rumah, serta mengajarkan anak untuk berperilaku baik dan disiplin. Selain itu, tugas ibu dalam keluarga yaitu untuk menjadi guru untuk mendidik anaknya, mengasuh anak sesuai dengan tahap perkembangannya, serta mengajak dan mengajarkan anak cara untuk berkomunikasi (Werdiningsih & Astarani, 2012).

Kenyataannya selain tugas dan peran ibu dalam keluarga, sebagian besar ibu di kota-kota besar dan kebutuhan ekonomi yang semakin meningkat pada saat ini, membuat kebanyakan ibu memilih untuk menjadi wanita karir. Di Indonesia sendiri, wanita karir sudah tidak asing lagi didengar. Banyak perempuan di Indonesia yang menjadi wanita karir demi memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Wanita karir sendiri berartikan wanita yang memiliki pekerjaan dan mandiri, baik memiliki usaha sendiri maupun bekerja kepada orang lain (Nainggolan, et al, 2022). Karir dan keluarga merupakan dua hal yang tidak bisa dipisahkan. Meskipun wanita karir memiliki banyak pekerjaan, namun beberapa perempuan profesional masih melakukan pekerjaan rumah tangga. Wanita karir juga biasa dikenal sebagai ibu yang bekerja.

Menurut Apreviadizy dan Ardhiana, (2014) ibu bekerja adalah ibu yang memiliki tanggung jawab di luar rumah, baik di kantor, wiraswasta, atau yayasan, dan juga memiliki tanggung jawab dalam mengurus rumah tangga, dengan kisaran waktu yang tidak banyak digunakan untuk keluarga. Artinya, ibu yang bekerja ialah ibu yang waktu dan tanggung jawabnya tidak hanya untuk mengasuh anak dan mengurus pekerjaan rumah, tetapi juga ditambah dengan beban tugas di tempatnya bekerja. Menurut Paramitha (2018) ibu bekerja merupakan seorang wanita yang sudah berkeluarga yang melakukan kegiatan di luar rumah dengan tujuan untuk memenuhi nafkah dan kebutuhan keluarganya. Ibu yang bekerja di luar rumah, mempunyai tanggung jawab yang berbeda dibandingkan dengan ibu rumah tangga. Karena Ibu yang bekerja harus membagi perannya sebagai ibu yang mengurus semua kebutuhan keluarga di rumah dan juga bertanggung jawab dalam pekerjaan di luar rumah sebagai wanita karir. Ibu bekerja merupakan ibu yang tetap menjalankan kewajibannya sebagai istri serta ibu yang sekaligus bekerja pada suatu perusahaan (Yuliasari & Lestari, 2021).

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), presentase ibu yang bekerja pada tahun 2019 sebanyak 44,71%. Pada tahun 2021, presentase ibu yang bekerja mengalami peningkatan yaitu sebanyak 52,2% ibu memilih untuk bekerja sambil mengurus rumah. Bahkan tak sedikit para ibu yang sampai memilih meninggalkan anak-anaknya untuk menjadi TKW agar dapat mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya. Ibu yang memilih bekerja di luar rumah, juga harus

tetap menjadi ibu rumah tangga. Hal tersebut tidak boleh dikesampingkan ataupun dilupakan karena itu merupakan kewajiban sebagai seorang ibu untuk anak-anaknya, maka dibutuhkan seorang ibu yang kuat baik secara fisik maupun mental dalam memberikan pengasuhan kepada anak-anaknya, terutama bagi seorang ibu yang bekerja di luar rumah (Suharti & Puspitasari, 2023). Sebagai ibu yang bekerja, tentu memiliki banyak tuntutan dan tanggung jawab yang harus dipikul, sehingga menyebabkan kebanyakan ibu berpeluang lebih banyak merasakan lelah.

Ibu yang aktif bekerja akan sulit untuk menjalankan tugas baik sebagai istri maupun sebagai seorang ibu. Ibu akan mengalami pertentangan antara tanggung jawab pekerjaan yang dimilikinya dengan tugasnya dirumah. Sebagai contoh seorang perawat yang seringkali mendapatkan shift dan jam kerja yang tidak menentu. Ibu yang sedang mendapatkan shift malam maupun shift saat hari libur, harus rela mengorbankan waktu bersama anak dirumah untuk menjalankan tugasnya sebagai perawat (Arlinda, 2019). Hal ini diakibatkan perempuan yang bekerja memiliki dua peran yang sama pentingnya, yaitu sebagai pekerja dan perannya dirumah sebagai ibu.

Ibu yang bekerja sebagai perawat merupakan hal yang sangat berat, karena dibutuhkan konsentrasi yang tinggi serta tingkat emosional yang tinggi pula. Ini juga terkait dengan pelayanan kepada pasien yang harus dilakukan dengan semaksimal mungkin. Apabila ibu yang bekerja sebagai perawat tidak mampu melayani pasien dengan maksimal, maka pasien dan keluarganya akan merasa tidak puas dengan kinerja yang diberikannya (Arlinda, 2019). Perawat seringkali diminta untuk bekerja dengan cepat dan tanggap dalam menangani dan melayani pasien. Tekanan yang dialami perawat dapat berasal dari tugas yang diberikan oleh dokter, permintaan pasien maupun keluarga pasien yang menginginkan pelayanan terbaik, maupun kondisi lingkungan kerja yang penuh dengan tekanan. Berbagai tekanan dan tuntutan tersebut membuat ibu yang bekerja sebagai perawat cenderung mengalami kelelahan baik secara fisik maupun mental.

Kelelahan yang dialami oleh perawat dapat dikenal dengan istilah *burnout*. *Burnout* ialah kondisi yang menggambarkan respon terhadap stress kronis yang berhubungan dengan pekerjaan, yang meliputi kelelahan fisik, mental, dan emosional yang dapat terjadi dalam jangka waktu yang lama, dan diderita dalam situasi yang

menuntut keterlibatan emosional yang tinggi (Firdaus, et al, 2021). Sementara itu, *burnout* yang dialami perawat merupakan keadaan dimana perawat menunjukkan perilaku seperti menunda pekerjaan, memberikan respon yang tidak menyenangkan kepada pasien, mudah marah saat pasien maupun rekan kerja bertanya hal yang sederhana, pusing dan mengeluh cepat lelah, serta tidak memperdulikan pekerjaan dan keadaan di sekitarnya (Tinambunan, et al, 2018). Jika perawat mengalami *burnout* atau kelelahan pada pekerjaannya, maka hal tersebut dapat berdampak negatif pada proses pengasuhan yang dilakukan oleh individu tersebut.

Dilansir dari detikhealth.com (2018, Maret 24). Diakses pada 23 November, 2023, dengan banyaknya tuntutan bagi ibu yang bekerja membuat ibu merasa kelelahan secara fisik yang disertai dengan tidak adanya aktivitas menyenangkan untuk membuatnya bahagia. Tidak hanya kelelahan fisik, hal tersebut juga mempengaruhi kondisi emosi sang ibu sehingga menjadi tidak stabil, seperti mudah marah, mudah menangis, atau sulit untuk fokus dan berkonsentrasi. Bahkan, ibu yang bekerja jadi memiliki nafsu makan yang tinggi atau sebaliknya (Rizqi, 2018). Menurut Maulidiyah dan Arumsari, (2022) ibu yang bekerja memiliki dampak negatif pada anak, yaitu tidak dapat memberikan perhatian penuh terhadap anaknya ketika anak sedang dalam tahap tumbuh kembang, padahal, ibu memiliki peran yang penting dalam pengasuhan anak. Ibu yang bekerja dituntut untuk dapat membagi waktu antara pekerjaannya dengan pekerjaan rumah sehingga menyebabkan ibu yang bekerja mengalami stress dalam pengasuhan.

Berdasarkan beberapa penelitian mengenai stress dalam pengasuhan yang dialami oleh ibu, menunjukkan hasil bahwa rata-rata ibu yang bekerja mengalami stress baik dalam pengasuhan maupun stress dalam pekerjaannya. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Nurhafizah dan Hidayati, (2023) di Kecamatan Lima Kaum. Menunjukkan bahwa tingkat stress dalam pengasuhan pada orang tua yang bekerja yang memiliki anak masuk kedalam kategori sedang dengan nilai frekuensi tertinggi sebesar 55 dengan persentase sebanyak 43%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Akmalia dan Febriani, (2021) di Indonesia kepada 120 ibu yang bekerja, menunjukkan bahwa tingkat stress pengasuhan ibu termasuk kedalam kategori sedang.

Peneliti melakukan survei kepada 30 ibu yang bekerja sebagai perawat di rumah sakit X untuk mendukung fenomena tersebut. Hasil survei menunjukkan bahwa sebanyak 56% perawat merasa menjadi mudah marah dan tidak tenang apabila anak melakukan suatu kesalahan. Sebanyak 16,1% perawat lebih fokus pada perilaku negatif anak saat anak sedang marah. Sebanyak 21% perawat merasa tidak berdaya ketika menghadapi anak dalam situasi yang negatif. Selain itu, sebanyak 42% perawat langsung meluapkan emosinya dengan berteriak kepada anak tanpa berpikir panjang. Bahkan sebanyak 32% perawat merasa tidak keberatan untuk memberikan hukuman fisik kepada anak jika anak melakukan kesalahan. Berdasarkan hasil survei, dapat disimpulkan bahwa ibu yang bekerja sebagai perawat dalam rumah sakit tersebut cenderung mengalami emosi yang tidak stabil bahkan sampai merasa tidak keberatan untuk memberikan hukuman fisik pada anak.

Lestari (2018) mengemukakan bahwa Stress pengasuhan atau *parenting stress* merupakan perasaan negatif baik terhadap diri sendiri maupun anak akibat dari tanggung jawab pengasuhan yang dirasa membebani. Bentuk dari pengalaman negatif yang dialami berupa kehilangan sumber daya seperti energi, waktu, *self esteem*, kendali, kebahagiaan, ataupun kasih sayang saat mengasuh anak (Zelman & Ferro, 2018). Ketika ibu mengalami *parenting stress*, maka akan dapat mempengaruhi praktik dalam pengasuhan yang dilakukannya, serta membawa individu pada reaksi psikologis yang dapat muncul dan kondisi psikologis yang tidak disukai dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orangtua. Artinya, *parenting stress* adalah situasi penuh tekanan yang dapat terjadi pada pelaksanaan tugas dalam mengasuh anak. Hal ini akan muncul ketika orang tua mengalami kesulitan dalam memenuhi tuntutan menjadi orang tua dan hal tersebut mempengaruhi perilaku, kesejahteraan, dan penyesuaian diri pada anak (Berry & Jones, 1995).

Komponen *parenting stress* menurut Berry dan Jones, (1995) yaitu meliputi, komponen positif dan komponen negatif. Komponen positif dalam *parenting stress* menimbulkan keuntungan bagi orangtua yaitu secara emosional dan pengembangan diri. Sementara itu komponen negatif melibatkan adanya tuntutan terhadap berbagai sumber seperti biaya, waktu, tenaga, serta adanya larangan, perasaan malu dan kontrol terhadap hal tersebut. Tingginya tingkat *parenting stress* pada ibu, dapat membuat ibu

memiliki perspektif negatif terhadap anaknya yang akan dianggap sebagai sumber stress yang dialaminya.

Ibu bekerja yang memiliki anak cenderung memiliki *parenting stress* yang lebih tinggi daripada ibu rumah tangga. Hal ini dikarenakan adanya tuntutan waktu, pikiran, serta tenaga pada ibu dalam menjalankan kedua peran yang dimilikinya. Dilansir dari liputan6, ibu yang memiliki anak sekaligus bekerja, memiliki tingkat stress pengasuhan 40% lebih tinggi daripada ibu yang tidak bekerja, karena fokusnya terbagi, menyebabkan ibu yang bekerja merasa memiliki waktu yang sangat terbatas baik untuk melakukan tugas-tugas dirumah maupun di tempatnya bekerja. Tingkat stress para ibu yang memiliki anak dan bekerja penuh waktu lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang memiliki anak namun tidak bekerja penuh waktu. Ibu yang bekerja sambil mengurus anak-anaknya, cenderung akan dihadapkan dengan pilihan, apakah akan terus bekerja dan meninggalkan anak-anaknya, atau meninggalkan karier dan menjadi ibu rumah tangga untuk menemani anak (Rizqi, 2018). Ibu bekerja pun cenderung sulit untuk keluar dari pekerjaannya dikarenakan adanya tuntutan ekonomi untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, sehingga mau tidak mau para ibu tetap bekerja sambil mengurus rumah dan anak-anaknya. Sebagai ibu yang bekerja, diharuskan mampu untuk membagi waktu bersama anak agar perkembangannya tidak terabaikan.

Dengan banyaknya tuntutan tersebut, ibu yang bekerja pun kerap kali mengalami berbagai macam peristiwa serta kondisi selama mengasuh anak yang akhirnya dapat mempengaruhi emosi yang membuat ibu merasa bahagia maupun kurang bahagia. Ibu yang merasa kurang bahagia atau mengalami *parenting stress* akan berdampak pada pengasuhannya seperti berkata kasar, bersikap keras, mengabaikan anak, dan menghukum anak, sampai dengan mudahnya melakukan kekerasan pada anak (Lestari, 2018). Hal tersebut merupakan tekanan yang dialami oleh ibu yang bekerja, yang berupa pelampiasan emosi negatif. Sementara itu, luapan emosi tersebut akan berdampak pada anak, karena kondisi emosi ibu yang tidak stabil, anak seringkali menjadi pelampiasan emosi seperti dibentak, dicaci, bahkan sampai dipukul serta dilempar barang, sehingga menyebabkan anak menjadi tertekan, terluka, bahkan sampai mengalami kematian. Stress dalam pengasuhan ini secara negatif dapat

mempengaruhi perilaku pengasuhan yang akan berdampak pada kehidupan anak (Anthony., et al., 2005).

Dilansir dari kompas.com, terdapat kasus yang terjadi pada tahun 2018 yang menimpa seorang bayi berusia 15 bulan di Karawang bernama Calista. Bayi tersebut dianiaya selama 2 bulan terakhir oleh ibu kandungnya sendiri yang menyebabkan Calista mengalami luka di sekujur tubuhnya dan sempat dirawat di ruang PICU hingga menggunakan alat bantu pernapasan. Kekerasan tersebut dilakukan karena sang ibu mengaku mengalami stress dalam pengasuhan karena adanya tuntutan ekonomi. Kejadian penganiayaan serupa juga terjadi di tahun 2019 pada seorang bayi bernama Quinadi di Kota Tangerang yang dilakukan oleh ibu kandungnya sendiri hingga tewas. Bayi tersebut menerima pukulan hingga banyak lebam dan luka-luka pada sekujur tubuhnya. Quina tewas dengan kondisi penuh luka pada sekujur badan hingga mata, punggung, dan kaki. Hal tersebut dapat terjadi karena sang ibu sempat mengalami kendala dalam ekonomi.

Kumalasari et al., (2022) menyebutkan bahwa *parenting stress* atau stress dalam pengasuhan merupakan ketegangan yang dialami oleh orang tua terkait peran dalam pengasuhan. *Parenting stress* berkaitan dengan persepsi orang tua, ketersediaan sumber daya dan adanya dukungan sosial yang rendah (Ahern, 2004). *Parenting stress* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu, faktor demografis meliputi rendahnya tingkat pendidikan, status orang tua tunggal, latar belakang budaya, ekonomi yang rendah, jenis kelamin, usia anak, serta usia ibu. Faktor keluarga yang meliputi peristiwa negatif, kerepotan sehari-hari, masalah kesehatan orang tua dan anak, serta kurangnya dukungan social. Terakhir yaitu faktor masalah mengenai perilaku anak. Sementara itu Lestari, (2018) mengemukakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi parenting stress meliputi faktor individu, keluarga, serta lingkungan.

Selain faktor-faktor tersebut, terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stress dalam pengasuhan, yaitu regulasi emosi. Individu yang memiliki keterampilan regulasi emosi yang baik, maka akan mampu untuk tetap tenang dalam segala situasi, dapat berpikir positif, serta mampu mengubah situasi agar menjadi lebih nyaman, sehingga orang tua khususnya ibu, dapat terhindar dari stress dalam mengasuh anaknya (Gina & Fitriani, 2020).

Regulasi emosi merupakan cara individu mengatur, merasakan atau mengekspresikan emosi yang mereka miliki (Gross, 1998). Sementara itu Gross dan Thompson (2007) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses pengenalan, pemeliharaan, dan pengaturan emosi yang terjadi secara langsung, baik disadari maupun tidak. Regulasi emosi terhadap ibu yang bekerja ialah ibu yang mampu merasakan, mengatur dan mengekspresikan emosi dalam mengasuh anaknya. Individu yang dapat meregulasi emosi dengan baik, dapat mendatangkan kebahagiaan bagi diri individu tersebut. Ketika ibu yang bekerja mampu untuk mengelola emosinya dengan baik, maka akan berdampak pada proses dalam mengasuh anaknya, salah satunya yaitu terhindar dari *parenting stress*.

Menurut Thompson, (1994) regulasi emosi merupakan proses individu yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi secara khusus dan intensif untuk mencapai tujuan. Regulasi emosi yang dimaksud lebih kepada kemampuan individu dalam mengekspresikan dan mengatur emosi perasaan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk menyadari dan memahami emosi yang dirasakan, mampu mengontrol dorongan impuls, mampu untuk menerima emosi yang dirasakan, dan dapat berperilaku sesuai dengan tujuan yang diinginkan ketika mengalami emosi negatif serta kemampuan untuk menerapkan regulasi emosi secara fleksibel sesuai dengan keinginan dan situasi daripada individu itu sendiri, sehingga respon emosi dapat disampaikan dengan tepat (Gross & John, 2003).

Gross dan John, (2003) menjelaskan bentuk dasar strategi dalam meregulasi emosi yaitu, pertama ada strategi regulasi emosi awal yaitu dengan mampu berfikir positif terhadap berbagai situasi yang dihadapinya (*cognitive reappraisal*). Kedua strategi regulasi emosi akhir yaitu dengan mengontrol atau menekan respon emosi yang tidak dapat diterima (*expressive suppression*). Gross, (2007) mengemukakan bahwa regulasi emosi dapat diwakili oleh lima kelompok proses yaitu pemilihan situasi, modifikasi keadaan, penyebaran perhatian, perubahan kognitif, dan perubahan respon.

Ibu yang bekerja memiliki tugas untuk mengurus rumah, anak serta tugas dalam pekerjaannya sehingga dapat menimbulkan kelelahan secara fisik maupun

emosional yang akhirnya dapat menyebabkan *parenting stres*. *Parenting stress* dapat dikurangi dengan cara meningkatkan keterampilan dalam meregulasi emosi. Jika individu memiliki regulasi emosi yang baik, maka akan mampu untuk memodifikasi situasi, menyeleksi situasi, mampu berfikir secara positif terhadap masalah yang sedang dihadapi, serta dapat fokus pada penyelesaian masalah (Gross, 2007).

Begitupun dengan ibu yang bekerja, jika memiliki keterampilan regulasi emosi yang baik, maka akan mampu untuk tetap tenang dalam segala situasi, dapat berpikir secara positif, mampu memilih atau mengubah situasi agar lebih nyaman. Sehingga, ibu bekerja dapat terhindar dari *stress parenting* atau stress dalam pengasuhan. Namun sebaliknya, jika ibu memiliki keterampilan regulasi emosi yang buruk, maka akan merasa terbebani dengan tugas yang besar, tidak mampu berfikir positif, menilai situasi yang dialami sebagai masalah yang besar, sehingga memicu terjadinya *parenting stress* yang tinggi pada ibu yang bekerja. Hal tersebut dapat berdampak pada pola pengasuhan seperti cenderung akan menyakiti anak. Kemampuan orang tua dalam regulasi emosi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *parenting stress*.

Dampak tersebut juga dapat mempengaruhi ibu yang bekerja sebagai perawat. Perawat cenderung memiliki pekerjaan yang berat karena membutuhkan konsentrasi dan emosional yang baik. Perawat diharuskan melakukan pelayanan yang baik, cepat dan semaksimal mungkin kepada pasien, sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi kemampuan meregulasi emosi atau kemampuan mengelola emosi individu. Tuntutan atau tekanan pada perawat juga dapat berasal dari tugas yang diberikan oleh dokter maupun kondisi lingkungan pekerjaan yang penuh dengan tekanan (Arlinda, 2019). Maka dari itu, kemampuan individu dalam meregulasi emosi sangat dibutuhkan, karena dengan kemampuan regulasi emosi yang baik individu dapat mengelola dan berpikir positif terhadap masalah yang dihadapi, serta dapat focus pada penyelesaian masalah.

Didukung oleh hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Gina, F. & Fitriani, Y. (2020), dengan judul penelitian “Regulasi Emosi dan *Parenting Stress* pada Ibu Bekerja”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi mampu memberikan sumbangan efektif terhadap *parenting stress*. Penelitian lain yang dilakukan oleh

Srifianti, (2020) dengan judul penelitian “Hubungan Antara *Parenting Stress* Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (*Middle Childhood*) Di Jabodetabek“. Memperoleh hasil hubungan yang negatif antara *parenting stress* dengan regulasi emosi. Artinya semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki oleh orang tua.

Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Andinie & Sumaryanti, (2023) dengan judul penelitian “Hubungan Regulasi Emosi Ayah dengan *Parenting Stress* pada Masa Pandemi Covid-19”. Menunjukkan bahwa antara regulasi emosi dan *parenting stress* tidak memiliki hubungan. Artinya, semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki ayah, maka semakin tinggi pula tingkat *parenting stress* ayah pada masa pandemi Covid-19.

Berdasarkan fenomena yang terjadi mengenai regulasi emosi dan *parenting stress*, mayoritas ibu yang bekerja sebagai perawat tidak dapat mengelola emosinya ke arah yang positif, sehingga para ibu mengalami *parenting stress* atau stress dalam pengasuhan. Maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dan *parenting stress* terhadap ibu yang bekerja sebagai perawat di rumah sakit X. Peneliti ingin mengeksplorasi bagaimana kedua variabel ini berkaitan.

## 1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada latar belakang di atas, peneliti menemukan beberapa kesenjangan yang dapat dijadikan rujukan dalam rumusan masalah. Adapun peneliti uraikan dalam bentuk paragraf dibawah ini:

Penelitian yang dilakukan oleh Gina & Fitriani, (2020) yang berjudul “Regulasi Emosi dan *Parenting Stress* pada ibu bekerja”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, dengan populasi yang diambil yaitu ibu bekerja yang memiliki anak dengan total jumlah 318 orang. penelitian menggunakan dua alat ukur, yaitu skala regulasi emosi dan skala *parenting stress*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa regulasi emosi mampu memberikan sumbangan efektif terhadap *parenting*

*stress*. Artinya, regulasi emosi secara signifikan mampu memprediksi *parenting stress* sebesar 4,8% sedangkan 95,2% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Srifianti, (2020) yang berjudul “Hubungan Antara *Parenting Stress* Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua Yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar Di Jabodetabek”. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar yang berjumlah 241 orang. Metode yang digunakan adalah studi deskriptif kuantitatif dengan metode korelasional, dan menggunakan uji analisis korelasi dari Charles Spearman. Hasil penelitian menunjukkan 0,200 dengan taraf signifikansi 0,01 yang berarti terdapat hubungan yang negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar di Jabodetabek.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Putri, et al, (2023) dengan judul penelitian “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Stress Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Disabilitas Intelektual di Kabupaten Blora”. Sampel pada penelitian ini sebanyak 49 orangtua yang memiliki anak disabilitas intelektual. Sampel diambil menggunakan metode *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua skala likert yaitu skala regulasi emosi dan skala stress pengasuhan. Hasil analisis data regresi linear menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan negative antara kedua variable, yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi nilai regulasi emosi, maka akan semakin rendah stress pengasuhan dan sebaliknya.

Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Andinie, S. A. & Sumaryanti, I. U., (2023) dengan judul penelitian “Hubungan Regulasi Emosi Ayah dengan *Parenting Stress* pada Masa Pandemi Covid-19”. Menunjukkan bahwa antara regulasi emosi dan *parenting stress* tidak memiliki hubungan. Artinya, semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki ayah, maka semakin tinggi pula tingkat *parenting stress* ayah pada masa pandemi Covid-19.

Hal itulah yang menjadikan kesenjangan dalam penelitian terdahulu yang sudah dilakukan. Karena minimnya penelitian yang sudah dilakukan dengan variable tersebut di Indonesia, maka peneliti akan memperbaharui penelitian terdahulu berdasarkan perbedaan subjek, lokasi, dan penemuan hasil akhir yang akan dilakukan oleh peneliti. Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah

terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan parenting stress pada ibu yang bekerja sebagai perawat di rumah sakit X?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan *parenting stress* pada ibu yang bekerja sebagai perawat di rumah sakit X.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan orang tua dalam mengatur emosinya saat pengasuhan, dan juga dapat menjadi acuan atau sumber referensi bagi peneliti yang mengkaji hal yang sama.

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan mampu memberikan penambahan ilmu psikologi khususnya pada ranah psikologi perkembangan dan psikologi klinis, serta diharapkan pada masyarakat khususnya orang tua dan ibu bekerja mengenai hubungan antara regulasi emosi dan parenting stress terhadap ibu peran ganda pada perawat.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dan landasan perbandingan. Dan dapat menjadi acuan alat ukur bagi peneliti selanjutnya agar dapat disempurnakan lagi. serta sebagai masukan bagi ibu yang bekerja mengenai stress dalam pengasuhan.