

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN KETERLIBATAN  
AYAH DENGAN *PARENTING STRESS* PADA IBU YANG  
MEMILIKI BALITA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Disusun oleh:**

**Ella Dwi Febriyanti**

**NIM. 20107010004**

**Dosen Pembimbing Skripsi:**

**Zidni Immawan Muslimin, S.Psi., M.si**

**NIP. 19680220 200801 1 008**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1055/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2024

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN KETERLIBATAN AYAH  
DENGAN *PARENTING STRESS* PADA IBU YANG MEMILIKI BALITA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ELLA DWI FEBRIYANTI  
Nomor Induk Mahasiswa : 20107010004  
Telah diujikan pada : Senin, 22 Juli 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Zidni Immawan Muslimin, S.Psi, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 66b9b599af0d5



Penguji I

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi  
SIGNED

Valid ID: 66b8b432eeeb1



Penguji II

Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 66b9975cd77c



Yogyakarta, 22 Juli 2024  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 66b9c824a2b91

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ella Dwi Febriyanti  
NIM : 20107010004  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora  
Universitas : UIN Sunan Kalijaga

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul "HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN KETERLIBATAN AYAH DENGAN *PARENTING STRESS* PADA IBU YANG MEMILIKI BALITA" adalah karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Adapun sumber informasi yang dikutip penulis telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat digunakan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 16 Juli 2024

Yang menyatakan,



Ella Dwi Febriyanti

NIM. 20107010004

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



**NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI / TUGAS AKHIR**

Hal : Skripsi a.n. Ella Dwi Febriyanti

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Ella Dwi Febriyanti

NIM : 20107010004

Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN KETERLIBATAN AYAH DENGAN *PARENTING STRESS* PADA IBU YANG MEMILIKI BALITA

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, 16 Juli 2024  
Pembimbing,

  
Zidni Immawan Muslimin, S.Psi., M.Si

NIP. 19680220 200801 1 008

## HALAMAN MOTTO

*“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan)tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah kamu berharap”*

**(Q.S Al-Insyirah: 6-8)**

*"Boleh jadi kamu membenci sesuatu padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi pula kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu, Allah mengetahui sedang kamu tidak mengetahui"*

**(QS. Al-Baqarah: 216)**

*“Manusia itu asalnya dari tanah, makan hasil tanah, berdiri di atas tanah, dan akan kembali ke tanah, lalu kenapa bersifat langit?”*

**- Buya Hamka -**

*Satu kalimat yang akan sangat relevan kapan pun itu*

*“Ini akan berlalu”*

**- Fahrudin Faiz -**

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

*Alhamdulillah* rabbil 'Alaamiin, puji syukur atas kehadiran Allah SWT., berkat rahmat yang berlimpah, sehingga karya ini dapat selesai dengan lancar dan baik. Saya persembahkan karya ini untuk:

### **Diri sendiri,**

Kepada yang tersayang, diri saya yang sudah menggunakan sebagian besar waktu untuk menyelesaikan karya ini.

### **Keluarga,**

Kepada yang terhormat kedua orang tua saya Bapak Fahrur Rozi dan Ibu Yuliatin yang telah memberikan dukungan kepada anaknya untuk terus belajar

### **Almamater,**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora,  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah Rabbil 'aalamiin* puji syukur atas kasih sayang dan ridho dari Allah SWT. yang telah memudahkan segala urusan penulis dalam proses penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini merupakan karya yang tidak luput dari kekurangan dan dekat dengan ketidaksempurnaan. Oleh karena itu, masukan dan saran sangat penulis harapkan untuk perbaikan skripsi ini.

Penulis mengucapkan terima kasih yang begitu besar atas dukungan, bimbingan, tuntunan, dan bantuan dari berbagai pihak yang menjadikan proses penulisan dan penyelesaian skripsi ini terasa mudah dan menyenangkan. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Lisnawati, M.Psi., Psikolog dan Ibu Mayreyna Nurwadani, M.Psi., Psikolog selaku Ketua dan Sekretaris Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Ratna Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi, selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Penguji 2, yang selalu memberikan info dan arahan kepada anak didiknya. Semoga selalu dalam keadaan sehat dan dibalas kebaikannya oleh Allah SWT.
4. Bapak Zidni Immawan Muslimin S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu ikhlas dan sabar dalam membimbing peneliti menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Semoga bapak selalu diberikan

nikmat sehat dan segala arahan, ilmu serta kebaikan yang telah bapak berikan dibalas oleh Allah SWT dan dapat menjadi pahala amal jariyah.

5. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi, selaku Dosen Penguji 1 yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga penelitian ini dapat tersusun dengan lebih baik.
6. Kedua orang tua saya Ibu Yuliatin dan Bapak Fahrur Rozi, terima kasih atas segalanya yang telah diberikan hingga saat ini. Atas doa serta dukungan dari segala sisi yang tak terhingga telah diberikan. Semoga Ibu dan Bapak selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan dunia akhirat.
7. Mbah Surat dan Emak Trami, terima kasih sudah memberikan kasih sayang penuh cinta, do'a dan dukungan. Sehat selalu, dan hiduplah lebih lama lagi mbah dan emak harus selalu ada di setiap perjalanan dan pencapaian hidup saya.
8. Kyna, Mbak Ida, Mas Haris, dan Alfian, terima kasih atas seluruh dukungan dan doanya yang telah diberikan hingga saat ini. Semoga seluruh keluarga selalu diberikan kesehatan dan kesuksesan dunia dan akhirat
9. Kak A, terima kasih banyak atas segala doa, dukungan, motivasi dan bantuan yang telah diberikan selama ini. Semoga dilancarkan segala urusannya, sukses dunia akhirat, aamiin.
10. Sahabatku Jegen, Dhya, Mbak Ika, Amil dan Eril, teman sekaligus saudara tanpa ikatan darah, terima kasih telah menjadi tempat terasyik untuk diri ini mengekspresikan apapun apa adanya tanpa ada apanya.

11. Sahabat diskusi dan seperjuangan dalam menyelesaikan skripsi ini Mumus, Indah, Avi, Erika dan Tata, terima kasih sudah menjadi teman yang asyik dalam mendiskusikan berbagai hal selama masa kuliah.
12. Teman-teman KKN Kolaborasi Blimbing 111, semoga lingkaran pertemanan kita tetap terus bisa terjaga dengan *update-update* kehidupan yang bisa saling menginspirasi satu sama lainnya.
13. Seluruh teman-teman psikologi angkatan 2020 khususnya Psikologi A 2020, terima kasih telah mewarnai hari-hari ketika saya kuliah.
14. Seluruh responden penelitian, terima kasih atas waktu, informasi dan kesediannya untuk meluangkan waktu dalam proses penelitian ini.
15. Dan semua pihak yang telah membantu dengan ketulusan dan keikhlasan hatinya dalam pengambilan data penelitian.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan keberkahan untuk kita semua. Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca aamiin.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN MOTTO .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
ABSTRACT .....	xv
INTISARI.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	9
C. Manfaat Penelitian .....	10
D. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	23
A. <i>Parenting Stress</i> .....	23
B. Regulasi Emosi.....	32

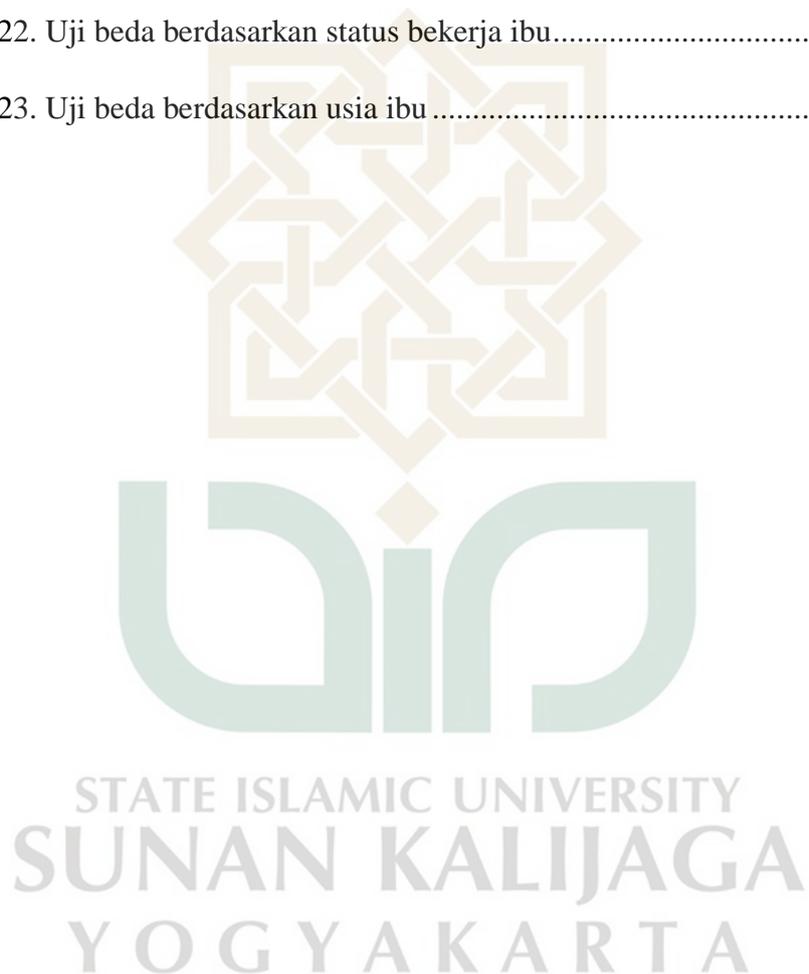
ix

C. Keterlibatan Ayah .....	36
D. Dinamika Hubungan Regulasi Emosi dan Keterlibatan Ayah dengan <i>Parenting Stress</i> Pada Ibu yang Memiliki Anak Balita .....	40
E. Hipotesis.....	46
BAB III METODE PENELITIAN.....	48
A. Desain Penelitian.....	48
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	48
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	49
D. Populasi dan Sampel .....	51
E. Teknik Pengumpulan Data.....	52
F. Validitas, Seleksi Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur.....	55
G. Teknik Analisis Data.....	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	59
A. Orientasi Kanchah.....	59
B. Persiapan Peneli tian .....	60
C. Pelaksanaan Penelitian .....	65
D. Hasil Penelitian .....	66
E. Pembahasan.....	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	86
A. Kesimpulan .....	86
B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA .....	90
LAMPIRAN .....	96

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Literature Review</i> .....	12
Tabel 2. Distribusi aitem skala <i>Parenting Stress</i> .....	53
Tabel 3. Distribusi aitem skala Regulasi Emosi.....	53
Tabel 4. <i>Blueprint</i> skala Keterlibatan Ayah.....	54
Tabel 5. Sebaran aitem skala Keterlibatan Ayah setelah uji coba .....	63
Tabel 6. Penomoran baru aitem skala Keterlibatan Ayah setelah uji coba .....	64
Tabel 7. Hasil uji reliabilitas .....	65
Tabel 8. Deskripsi data penelitian.....	67
Tabel 9. Rumus Kategorisasi .....	68
Tabel 10. Kategorisasi Regulasi Emosi .....	68
Tabel 11. Kategorisasi Keterlibatan Ayah .....	69
Tabel 12. Kategorisasi <i>Parenting stress</i> .....	70
Tabel 13. Uji Normalitas.....	71
Tabel 14. Uji Multikolonieritas.....	72
Tabel 15. Uji Heteroskedastisitas Menurut Goldfeld-Quandt.....	73
Tabel 16. Uji F (Hipotesis Mayor).....	74
Tabel 17. Uji t (Hipotesis Minor).....	75
Tabel 18. Sumbangan Efektif (sumbangan variabel regulasi emosi terhadap variabel <i>parenting stress</i> ).....	76

Tabel 19. Sumbangan Efektif (sumbangan variabel keterlibatan ayah terhadap variabel <i>parenting stress</i> ).....	77
Tabel 20. Sumbangan Efektif (sumbangan variabel regulasi emosi dan keterlibatan ayah secara bersama-sama terhadap <i>parenting stress</i> ).....	77
Tabel 21. Uji beda berdasarkan ada atau tidaknya pengasuh anak .....	78
Tabel 22. Uji beda berdasarkan status bekerja ibu.....	79
Tabel 23. Uji beda berdasarkan usia ibu .....	79



## DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Diagram Hasil Studi Pendahuluan .....	3
Bagan 2. Dinamika Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Keterlibatan Ayah dengan <i>Parenting Stress</i> Pada Ibu yang Memiliki Balita .....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Residual Plot</i> .....	72
--------------------------------------	----



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabulasi Data <i>Try Out</i> .....	96
Lampiran 2. Validasi Isi Expert Judgement 1 .....	100
Lampiran 3. Validasi Isi Expert Judgement 2 .....	106
Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Keterlibatan Ayah .....	112
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian Skala Regulasi Emosi .....	113
Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian Skala Keterlibatan Ayah.....	117
Lampiran 7. Tabulasi Data Penelitian Skala <i>Parenting Stress</i> .....	129
Lampiran 8. Deskripsi Statistik.....	141
Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas .....	141
Lampiran 10. Hasil Uji Linearitas (Residual Plot).....	142
Lampiran 11. Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	142
Lampiran 12. Hasil Uji Multikolonieritas .....	142
Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis dan Sumbangan Efektif.....	143
Lampiran 14. Hasil Uji Beda .....	143
Lampiran 15. Surat Izin Penelitian.....	145
Lampiran 16. Contact Person.....	146

**THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL REGULATION AND  
FATHERS INVOLVEMENT WITH PARENTING STRESS IN MOTHERS  
THAT HAVE TODDLERS**

**Ella Dwi Febriyanti  
elladwifebriyanti@gmail.com**

**Psychology Departement, Islamic State University of Sunan Kalijaga  
Yogyakarta**

**ABSTRACT**

**Abstract.** *The complexity of roles and responsibilities of being mothers especially for toddlers parenting has a high potential to cause stress, and reduce the parenting quality. Parenting stress can be influenced by internal factors such as the mother's emotional regulation, also external factors such as the father's involvement. Therefore, this research aims to determine the relationship between emotional regulation and father involvement with parenting stress in mothers that have toddlers. This study uses a quantitative correlational method. The subjects in this study were mothers in Kasihan District, Bantul Regency, Yogyakarta, had children aged 0-5 years, had husbands who were still alive and not divorced, and lived at home with their husbands and children with a total of 127 respondents. The sampling technique used was convenience sampling technique. The data collection tools in this research is emotional regulation scale, fathers involvement scale, and parenting stress scale. The data analysis method used in this research is multiple linear regression. The results of the research show that the major hypothesis is accepted, meaning that there is a joint relationship between emotional regulation and father involvement with parenting stress in mothers that have toddlers,  $p = <0.001$  ( $p <0.05$ ). The independent variable, emotional regulation and father involvement provide an effective contribution to dependent variable parenting stress with 33.2% contribution. All minor hypothesis in this study was accepted. The first minor hypothesis has a value of  $p = < 0.001$  ( $p < 0.05$ ), meaning that there is a negative relationship between emotional regulation and parenting stress. The second minor hypothesis has a value of  $p = <0.001$  ( $p <0.05$ ), meaning that there is a negative relationship between father involvement and parenting stress in mothers of toddlers. The implications of the results in this study is able to increase insight for parents, especially mothers, to avoid parenting stress in the process of raising toddlers.*

**Keywords:** *emotional regulation, fathers involvement, parenting stress*

# HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN KETERLIBATAN AYAH DENGAN *PARENTING STRESS* PADA IBU YANG MEMILIKI BALITA

Ella Dwi Febriyanti  
[elladwifebriyanti@gmail.com](mailto:elladwifebriyanti@gmail.com)

Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan  
Kalijaga Yogyakarta

## INTISARI

**Intisari.** Kompleksnya peran dan tanggung jawab ibu terutama dalam pengasuhan anak balita sangat berpotensi menimbulkan *stress*, dan berakibat menurunnya kualitas pengasuhan yang diberikan kepada anak. *Parenting stress* sendiri dipengaruhi oleh faktor internal seperti regulasi emosi ibu, maupun faktor eksternal seperti keterlibatan ayah. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan keterlibatan ayah dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Subjek pada penelitian ini merupakan ibu di Kecamatan Kasihan Kabupaten Bantul Yogyakarta, memiliki anak usia balita 0-5 tahun, memiliki suami masih hidup dan tidak bercerai, serta tinggal serumah dengan suami dan anak dengan jumlah 127 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *convenience sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan tiga alat ukur, yaitu skala *parenting stress*, skala regulasi emosi dan skala keterlibatan ayah. Metode analisis data yang digunakan adalah regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima yaitu adanya hubungan bersama-sama antara regulasi emosi dan keterlibatan ayah dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita  $p = < 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Variabel bebas regulasi emosi dan keterlibatan ayah memberikan sumbangan efektif terhadap *parenting stress* sebesar 33.2%. Kedua hipotesis minor pada penelitian ini diterima. Hipotesis minor pertama memiliki nilai  $p = < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), artinya ada hubungan negatif antara regulasi emosi dan *parenting stress*. Hipotesis minor kedua memiliki nilai  $p = < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), artinya ada hubungan negatif antara keterlibatan ayah dan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita. Implikasi hasil penelitian ini dapat menambah wawasan terhadap orang tua terutama ibu agar terhindar dari *parenting stress* dalam proses pengasuhan anak usia balita.

**Kata Kunci:** *regulasi emosi, keterlibatan ayah, parenting stress*

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pengasuhan anak adalah salah satu tanggung jawab yang melekat pada diri orang tua, terutama seorang ibu. Dalam perspektif islam, ibu adalah pendidik atau madrasah utama bagi anak, ibu yang mengajarkan anak tentang nilai-nilai, norma, dan juga agama. Oleh karena itu, ibu diharuskan dapat memberikan contoh yang baik, mengingat karakteristik anak usia dini yang suka melihat dan meniru perilaku orang terdekatnya (Muslih, 2021).

Ibu sangat berperan dalam memberikan pengasuhan anak yang berkualitas. Peran ibu menjadi salah satu peran sentral dalam perkembangan anak terutama usia balita, karena ibu lah yang mengajarkan anak untuk komunikasi dan berinteraksi dengan sekitarnya untuk memenuhi tugas-tugas di setiap tahap perkembangannya. Adanya peran ibu yang baik, juga akan mempengaruhi konsep diri anak yang cenderung lebih matang pada anak usia pra-sekolah (Pangesti & Agussafutri, 2017).

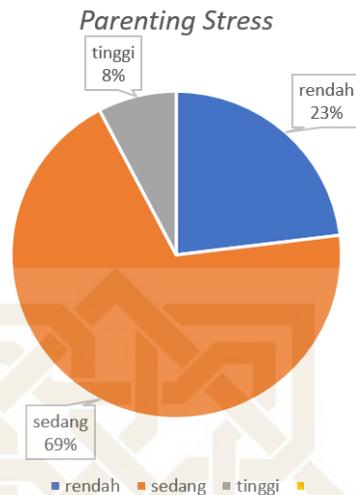
Masa balita adalah masa yang sangat penting dari rangkaian proses perkembangan dan pertumbuhan anak karena pada fase ini anak dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dengan pesat jika mendapat dukungan yang sesuai. Masa balita juga merupakan fase yang sangat sesuai untuk menanamkan nilai moral, sosial, emosional, serta menanamkan pengetahuan mengenai bahasa, dan konsep diri pada anak. Sehingga proses memaksimalkan dan mengembangkan potensi anak di masa balita ini,

membutuhkan perhatian dan pendampingan yang lebih dari orangtua. (Fadhila, 2012).

Idealnya dalam mendidik anak, seorang ibu haruslah memiliki tingkat *parenting stress* yang rendah, sehingga seorang ibu dapat memunculkan perasaan bahagia dan membuatnya lebih cenderung bersikap positif terhadap perasaan-perasaan yang dialaminya. Srifianti (2020) melalui penelitiannya, mengungkapkan bahwa jika ibu memiliki kemampuan pengelolaan emosi yang kurang bagus dan memiliki tingkat *parenting stress* tinggi, akan berdampak pada turunnya kualitas proses pengasuhan yang diberikan kepada anak. Namun, jika seorang ibu memiliki tingkat *parenting stress* rendah, proses pengasuhan yang diberikan kepada anak cenderung lebih berkualitas.

Akan tetapi, pada kenyataannya masih ada ibu-ibu mengalami *parenting stress*. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kumalasari & Fourianalistyawati (2020) terhadap ibu-ibu usia 21-54 tahun yang berjumlah 281 orang dan memiliki anak usia dini, menemukan bahwa 6,8% mengalami *parenting stress*. Hasil penelitian Aisha & Aska (2022) terhadap ibu di Desa Waluya Kabupaten Karawang yang berjumlah 31 responden mendapatkan hasil bahwa 16,1% mengalami tingkat *parenting stress* pada kategori sedang. Kemudian penelitian Ikasari & Kristiana (2017) mendapatkan hasil bahwa 20,3% dari jumlah sampel sebanyak 50 ibu yang memiliki anak *cerebral palsy* mengalami *parenting stress* yang tinggi.

### Bagan 1. Diagram Hasil Studi Pendahuluan



Untuk memperkuat landasan penelitian, peneliti juga melakukan *preliminary study* atau studi pendahuluan pada 26 ibu yang memiliki balita dengan usia 0-5 tahun di Kecamatan Kasihan. Studi pendahuluan menggunakan angket survei sederhana berdasarkan aspek-aspek *parenting stress* dan kaitannya dengan keterlibatan ayah dan regulasi emosi melalui *google form*. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa terdapat 23% ibu dengan tingkat *parenting stress* rendah, 69% ibu dengan tingkat *parenting stress* sedang, dan 8% ibu dengan tingkat *parenting stress* tinggi.

Menurut Gina & Yulia (2020) dampak negatif yang kemungkinan terjadi ketika seorang ibu mengalami *parenting stress*, diantaranya keluarnya kata-kata yang kasar, sikap keras dalam mengasuh anak, kasih sayang yang kurang untuk anak, mudah memberikan hukuman kepada anak, dan bahkan mengabaikan anak. Hal tersebut dapat terjadi karena adanya pelampiasan emosi negatif dari tekanan-tekanan yang dialami oleh ibu yang mengalami *parenting stress*. Choiriyah & Surjaningrum (2020) mengungkapkan bahwa

adanya *parenting stress* pada ibu, sangat berpotensi menimbulkan penganiayaan pada anak, dikarenakan adanya bias dan distorsi kognitif pada ibu dalam mempersepsi perilaku anak, misalnya terdapat kasus pada bulan oktober 2023 dimana seorang ibu tega menenggelamkan bayinya dalam ember karena ibu merasa *stress* harus merawat ketiga anaknya yang masih balita (Maulana, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari laman resmi Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (KemenPPPA) pada tahun 2022, didapatkan hasil bahwa keluarga masih menjadi tempat tertinggi terjadinya kekerasan terhadap anak sebesar 7728 kasus, yang salah satu penyebabnya adalah karena adanya *stress* pada orang tua. Lalu jika dilihat berdasarkan pelaku kekerasan terhadap anak, orang tua menduduki peringkat 2 tertinggi dengan 19,61 persen, yang artinya masih banyak ditemui adanya kekerasan yang dilakukan oleh orang tua kepada anaknya sendiri (KemenPPPA, 2022).

Kurangnya pengetahuan dan kemampuan orang tua mengenai cara mengelola *parenting stress* dapat menyebabkan orang tua mudah bersikap kasar bahkan menganiaya anak. Adanya kekerasan ini tentu akan mempengaruhi proses perkembangan anak (Humairah, 2020). Padahal, disamping mengemban peran dalam mengasuh anak, ibu juga masih mempunyai peran lain dalam keluarga seperti mengurus rumah tangga atau mengelola keuangan keluarga. Ibu yang dapat mengelola keuangan keluarga dengan baik, cenderung akan terhindar dari kesusahan apabila ada keadaan

darurat yang membutuhkan biaya (Soegoto, dkk 2020). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu memiliki peran yang kompleks di dalam sebuah keluarga.

Mengingat proses mengasuh anak yang kompleks, idealnya tanggung jawab pengasuhan tidak hanya dibebankan pada ibu, tetapi menjadi tanggung jawab kedua orang tua. Menteri Bintang dalam Wisuda *Motherschool: Parenting for Peace* yang dilakukan secara virtual, Kamis (23/9/21) mengatakan bahwa perempuan mempunyai potensi yang luar biasa untuk kesejahteraan keluarga dan bahkan kemajuan negara. Namun potensi tersebut masih terhambat karena masih banyaknya perilaku yang salah kepada perempuan, seperti stigmatisasi, diskriminasi, marginalisasi, yang diakibatkan oleh masih adanya budaya patriarki yang memposisikan wanita lebih rendah dari laki-laki (KemenPPPA, 2021). Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa idealnya ayah juga harus terlibat secara aktif baik dalam perannya sebagai ayah pada proses pengasuhan anak, maupun peran sebagai suami dalam memberikan dukungan kepada ibu.

Menurut Abidin (1995) *parenting stress* adalah keadaan penuh tekanan dan kecemasan berlebihan terkait dengan peran orang tua khususnya ibu dalam interaksinya dengan anak. Deater-Deckard (2004) mengatakan bahwa *parenting stress* merupakan sebuah respons psikologis orang tua, khususnya ibu yang disebabkan oleh proses penyesuaian diri dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam pengasuhan anak. Proses psikologis yang terjadi selama orangtua mengalami *parenting stress* ini cenderung negatif dan tidak

menguntungkan.

Aspek-aspek *parenting stress* menurut pendapat Abidin antara lain: *The Parent Distress* atau tingkat stress orangtua, *The Difficult Child* atau kondisi anak yang mempersulit pengasuhan, dan *The Parent-Child Dysfunctional Interaction* atau tidak berfungsinya interaksi antara orangtua dan anak. Aspek pertama menunjukkan pengalaman *parenting stress* dalam pengasuhan yang muncul setelah kehadiran anak. Kemudian aspek kedua, disebabkan oleh perilaku anak yang terkadang dapat mempersulit proses pola asuh karena anak memiliki karakteristik tingkah laku yang terlalu aktif. Sementara aspek ketiga, menunjukkan interaksi yang tidak berfungsi dengan baik antara orang tua dan anak, sehingga mengakibatkan *parenting stress*.

Lestari (2016) berpendapat bahwa berdasarkan teori P-C-R, faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya *parenting stress* dikategorikan menjadi tiga tingkatan, yaitu faktor pada tingkat individu, tingkat keluarga, dan tingkat lingkungan. Pada tingkatan individu, *parenting stress* dapat dipengaruhi oleh kondisi orang tua dalam konteks kesehatan fisik, kesehatan mental, serta pengelolaan emosi yang kurang baik. Kemudian pada tingkatan keluarga, beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *parenting stress* diantaranya adalah ketidaksesuaian antara kedua orang tua dalam pengasuhan, kondisi ekonomi yang kurang mendukung, serta keaktifan pasangan dalam membantu pengasuhan. Selanjutnya pada tingkatan lingkungan, sumber *stress* seringkali diperoleh dari adanya persepsi ataupun dampak negatif dari interaksi sosial dengan lingkungan sekitar.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *parenting stress* adalah keluarga. Keluarga dalam penelitian ini dikaitkan dengan keterlibatan pasangan atau ayah dalam pengasuhan. Berns (2007) berpendapat bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan merupakan segala macam aktivitas yang menunjukkan partisipasi ayah dalam pengasuhan dan perkembangan anak. Partisipasi tersebut dapat berbentuk perhatian dan interaksi ayah terhadap anak, keikutsertaan ayah dalam menstimulasi perkembangan anak, kehadiran dan kedekatan ayah dengan anak, serta penerimaan ayah terhadap anak. Sementara itu, Lamb (Dick, 2004) memiliki pendapat bahwa peran sebagai seorang ayah yang baik tidak hanya diartikan dengan bertanggung jawab dan memiliki keterlibatan aktif dalam pengasuhan saja, namun juga diharapkan dapat memberikan dukungan pada ibu dan anak secara seimbang dari sisi emosional maupun finansial. Berdasarkan uraian di atas, kesimpulan yang dapat diambil yaitu keterlibatan ayah dalam pengasuhan adalah keadaan dimana sosok ayah mampu tetap hadir secara positif dalam kehidupan anak, dan dapat bekerjasama secara aktif bersama ibu untuk melibatkan diri dalam proses pengasuhan.

Ayah yang terlibat secara aktif dalam proses pengasuhan anak dapat membantu perkembangan moral anak. Hal ini dikarenakan ayah yang terlibat dalam pengasuhan akan berperan sebagai pengajar atau contoh bagi anak dalam perkembangan moralnya. Anak-anak yang ayahnya terlibat secara aktif dalam pengasuhan, cenderung akan memiliki perkembangan moral yang baik, karena ia memiliki sosok terdekat yang mengajarnya moral sejak dini

(Septiani & Nasution, 2017). Selain itu keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga dapat menjadi salah satu faktor yang bisa meningkatkan kepercayaan diri pada anak usia prasekolah. Hal ini dikarenakan keterlibatan ayah dalam pengasuhan akan menimbulkan interaksi ayah-anak, yang mana interaksi ini akan membantu anak untuk menumbuhkan kepercayaan dirinya (Nurhani & Putri, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Widhyastuti & Annisa (2022) menemukan bahwa bagi ibu, ikut andilnya ayah dalam mengasuh anak akan menurunkan potensi terjadinya *parenting stress*. Persepsi pasangan ikut andil dan mau bekerjasama dengan baik dalam mengasuh anak, memiliki korelasi yang signifikan terhadap rendahnya tingkat *parenting stress* pada ibu.

Lestari (2018) mengatakan bahwa faktor individu adalah salah satu faktor yang menentukan tingkat *parenting stress*. Faktor individu terdiri atas banyak hal, diantaranya adalah kemampuan regulasi emosi pada ibu. Menjadi orang tua tentu dibutuhkan banyak sekali persiapan, salah satunya adalah regulasi emosi. Menurut Gross (1998) regulasi emosi adalah kemampuan individu mengenali, mengelola dan mengatur ekspresi atas perasaan dan emosi yang dirasakan individu dalam segala aspek kehidupan, salah satunya dalam konteks pengasuhan anak.

Adanya penataan emosi yang baik, akan membuat seorang ibu sadar untuk tidak membiarkan emosi-emosi negatif mempengaruhi perlakuan yang diberikan ke anaknya (Trisnadi & Andayani, 2021). Hal ini didukung oleh pendapat Mappiare (2003), mengungkapkan bahwa kebiasaan meregulasi emosi dengan respon yang positif akan menimbulkan perasaan bahagia dan

membuat kondisi psikis seorang individu lebih sehat. Ibu dengan kemampuan regulasi emosi yang bagus, lebih cenderung dapat menguasai diri dan bersikap tenang dalam keadaan emosional, serta mampu berpikir positif dan mampu memilih atau mengubah situasi agar menjadi lebih nyaman, dengan demikian ibu dapat terhindar dari *parenting stress*.

Berdasarkan uraian di atas disertai beberapa hasil temuan dari penelitian-penelitian sebelumnya terkait dengan tema pembahasan yang relatif sama, menunjukkan bahwa tingkat *parenting stress* disebabkan oleh banyak faktor, di antaranya adalah keterlibatan ayah dalam pengasuhan, dan regulasi emosi. Namun penelitian-penelitian terdahulu hanya meneliti hubungan antara *parenting stress* dengan regulasi emosi saja. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan antara regulasi emosi dan keterlibatan ayah dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita?

## **B. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui hubungan atau korelasi antara regulasi emosi dan keterlibatan ayah dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita
2. Untuk mengetahui hubungan atau korelasi antara regulasi emosi dan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita
3. Untuk mengetahui hubungan atau korelasi antara keterlibatan ayah dan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita

## C. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini, semoga bisa bermanfaat untuk dijadikan referensi dan gambaran bagi para pembaca tentang bagaimana hubungan regulasi emosi dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat mempengaruhi tingkat *parenting stress* pada para ibu yang sedang memiliki anak balita. Kemudian, hasil yang didapatkan dalam penelitian ini semoga bisa menjadi referensi tambahan bagi para peneliti, serta dapat mendukung berkembangnya ilmu pada bidang psikologi secara umum, dan pada psikologi keluarga dan psikologi perkembangan secara khusus.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi kedua orang tua, penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi supaya ayah dan ibu membuat kesepakatan bersama terkait peran dan tanggung jawab dalam pengasuhan, sehingga baik ibu dan ayah sama-sama sadar bahwa mereka memiliki peran masing-masing di dalam proses pengasuhan, sehingga proses pengasuhan yang diberikan pada anak khususnya pada masa balita berjalan dengan lancar dan berkualitas.
- b. Bagi para ayah, hasil penelitian ini hendaknya bisa dijadikan referensi untuk mulai melibatkan diri dan berperan aktif untuk membantu ibu dalam pengasuhan, terutama ketika anak masih dalam usia bayi hingga balita. Peran ayah sangatlah penting dalam proses pengasuhan anak pada masa balita, karena proses ini sangat menguras tenaga baik secara

fisik maupun mental.

- c. Bagi Ibu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk mulai membentuk regulasi emosi yang bagus di dalam diri. Adanya regulasi emosi yang baik, diharapkan dapat membuat para ibu terhindar dari *stress* akibat lelahnya proses pengasuhan terutama saat anak masih dalam fase balita.
- d. Bagi Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi untuk membuat program penunjang pengasuhan. Program dapat berupa sosialisasi pengasuhan dalam mendidik anak usia balita dan juga sosialisasi kepada para ayah terkait pentingnya keikutsertaan ayah secara langsung dalam proses pengasuhan. Adanya program tersebut diharapkan dapat menghindarkan ibu dari *stress* saat proses mengasuh anak, sehingga pengasuhan yang diberikan ke anak lebih berkualitas.

#### **D. Keaslian Penelitian**

Peneliti melakukan *literature review* pada beberapa penelitian dengan aspek penelitian seperti variabel, sampel, metode penelitian, maupun alat ukur yang terkait, sebagai referensi dan acuan dalam merencanakan dan melaksanakan penelitian. Penelitian dengan judul “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Keterlibatan Ayah Dengan *Parenting Stress* Pada Ibu Yang Memiliki Balita” ini akan dilakukan berdasarkan acuan dari beberapa penelitian terdahulu, meliputi:

**Tabel 1. Literature Review**

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek Dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Gina & Fitriani (2022)	Regulasi Emosi dan <i>Parenting Stres</i> Pada Ibu Bekerja	2022	Teori yang digunakan pada penelitian ini antara lain teori <i>parenting stress</i> oleh Berry & Jones(1995), dan teori regulasi emosi oleh Gross & John(2003)	Kuantitatif (berlandaskan filsafat positivisme)	Menggunakan skala yang dimodifikasi oleh peneliti yaitu skala <i>parenting stress</i> (Berry & Jones, 1995) dan skala regulasi emosi (Gross & John, 2003)	Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang sedang bekerja serta memiliki anak dengan jumlah 318 orang yang tersebar di beberapa kota di Indonesia	Regulasi emosi secara signifikan mampu memprediksi <i>parenting stress</i> . Regulasi emosi mempengaruhi <i>parenting stress</i> sebesar 4,8% dan sisa 95,2% nya dipengaruhi oleh faktor lain.
2.	Ikasari & Kristiana (2017)	Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan Ibu yang memiliki anak <i>cerebral palsy</i>	2017	Teori yang digunakan pada penelitian ini antara lain teori <i>parenting stress</i> (Deater-deckard, 2004) dan	Kuantitatif korelasional	Menggunakan skala <i>stress</i> pengasuhan (Deater-deckard, 2004) dengan 37 aitem dan skala regulasi emosi (Gross & John, 2003)	Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak <i>cerebral palsy</i> dan tercatat aktif mengikuti terapi di PNTC ( <i>Pediatric and Neurodevelopmental Therapy Centre</i> ) dan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi emosi, maka semakin rendah tingkat <i>stress</i> pengasuhan ibu dan sebaliknya.

				teori regulasi emosi (Gross & John, 2007)	2007) dengan 37 aitem.	YPAC Surakarta.	Regulasi emosi memberikan sumbangan sebesar 20,3% terhadap <i>stress</i> pengasuhan ibu.	
3.	Kumalasari & Fourianalistyawati (2020)	<i>THE ROLE OF MINDFUL PARENTING TO THE PARENTING STRESS IN MOTHERS WITH CHILDREN AT EARLY AGE</i>	2020	Teori yang digunakan antara lain <i>Parental Stress</i> (Berry & Jones, 1995) dan teori <i>Mindfulness in Parenting</i> (McCaffrey, Reitman, & Black, 2016)	Kuantitatif	Menggunakan skala <i>Parental Stress Scale</i> Berry dan Jones (1995) skala ini memiliki 18 aitem dan skala (MIPQ) <i>Mindfulness in Parenting Questionnaire</i> (McCaffrey, Reitman, dan Black, 2016) terdiri dari 28 aitem. Skala MIPQ dan PSS telah digunakan pada	Subyek dalam penelitian ini adalah ibu-ibu usia 21-54 tahun yang berjumlah 281 orang dan memiliki anak usia dini	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh <i>mindful</i> mempunyai peran yang signifikan terhadap rendahnya tingkat <i>stress</i> pengasuhan dengan kontribusi sebesar 6,8%

						penelitian sebelumnya Gani & Kumalasari (2019)		
4.	Rizal & Fikry (2023)	Pengaruh <i>Work-family Conflict</i> terhadap <i>Parenting Stress</i> pada Ibu yang Bekerja.	2023	Teori <i>Work-family Conflict</i> (Netemeyer, Boles, McMurrin, 1996), dan teori <i>Parenting Stress</i> (Berry & Jones, 1995)	Kuantitatif	Menggunakan skala konflik kerja-keluarga ( <i>work-family conflict scale</i> ) dan <i>Parenting stress</i>	Penelitian dilakukan kepada 209 ibu bekerja di kota Padang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan <i>work family conflict</i> terhadap <i>parenting stress</i> pada ibu yang bekerja di Kota Padang. Sumbangan <i>work family conflict</i> terhadap <i>parenting stress</i> adalah sebesar 29.8 %.
5.	Septiani & Nasution (2018)	Peran Keterlibatan Ayah dalam	2018	Teori yang digunakan adalah teori	Kuantitatif korelasional	Skala adaptasi dari skala	100 anak di pekanbaru dengan rentang usia 10-12	Hasil penelitian ini menunjukkan

		Pengasuhan Bagi Perkembangan Kecerdasan Moral Anak		keterlibatan ayah dari Lamb, dkk (2010) dan juga teori kecerdasan moral oleh Borba (2008))		keterlibatan ayah yang dibuat oleh (Lamb, dkk 2010) dan skala adaptasi dari skala kecerdasan moral (Borba,2008)	tahun	bahwa terdapat korelasi signifikan antara keterlibatan ayah dan perkembangan kecerdasan moral pada anak. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa 62% subjek merasa jika keterlibatan ayah yang didapatkan masih rendah.
6.	Ellesa, Beatriks, Friandry, Windisany, dan Indra (2016)	Persepsi Ibu Terhadap Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Anak Usia Dini	2016	Teori yang digunakan adalah teori Peran Ayah Dalam Pengasuhan (Andayani & Koentjoro, 2004) dan teori Peran	Kualitatif Deskriptif	-	Subjek dalam penelitian ini adalah 5 orang ibu yang memiliki balita di Kota Kupang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi ayah dalam pengasuhan masih minim. Peran ayah yang minim menimbulkan

			Ayah Dalam Pengasuhan (Hidayati & Karyono, 2011)			tidak adanya kerjasama yang baik antara ayah dan ibu dalam pengasuhan yang nantinya akan membuat ibu lelah dan memunculkan potensi kekerasan baik fisik maupun verbal ketika anak nakal.		
7.	Srifianti (2020)	Hubungan Antara <i>Parenting Stress</i> Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar ( <i>Middle Childhood</i> ) di	2020	Teori yang digunakan adalah teori <i>Parenting Stress</i> oleh Berry dan Jones (1995) dan juga teori Regulasi emosi oleh Gross dan John (2003)	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan skala <i>parenting stress</i> (Berry & Jones, 1995) dan skala regulasi emosi (Gross & John, 2003)	Subjek adalah 241 Orang tua yang memiliki anak usia sekolah awal di jabodetabek	Hasil Penelitian mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif antara <i>parenting stress</i> dengan strategi regulasi emosi pada orang tua. Semakin tinggi <i>parenting stress</i> orang tua maka akan semakin

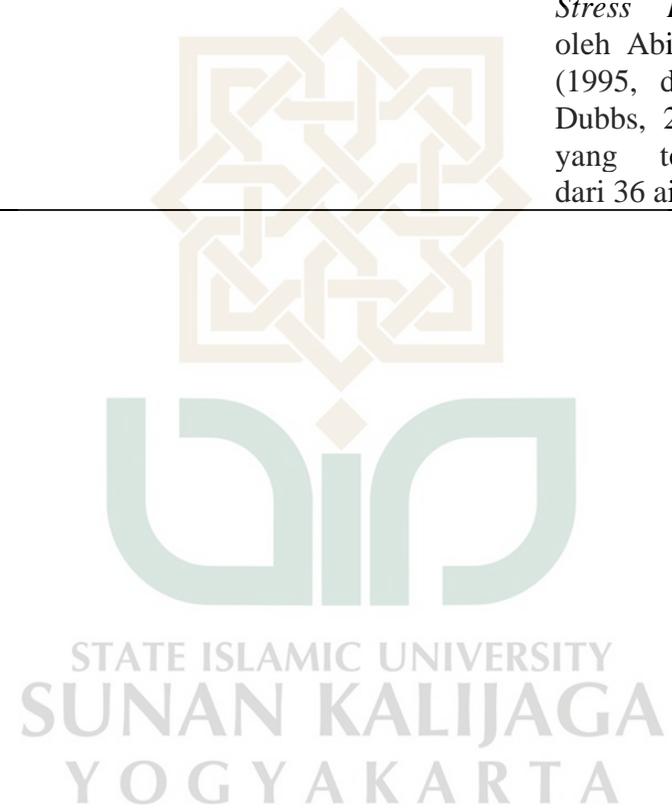
			Jabodetabek						rendah strategi regulasi emosinya.
8	Raintama & Setyaningtyas	<i>Mindfull Parenting Dengan Stress Pengasuhan Ibu Anak Usia Middle Childhood</i>	2022	Teori yang digunakan adalah teori <i>mindfull parenting</i> (McCaffrey, Reitman, & Black, 2016) dan teori <i>Parenting Stres</i> (Berry dan Jones, 1995)	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan skala <i>mindfull parenting</i> (McCaffrey, Reitman, & Black, 2016) dan skala <i>Parenting Stres</i> (Berry & Jones, 1995)	Subjek dalam penelitian ini adalah 116 Ibu yang memiliki anak usia <i>middle childhood</i> dari 3 SD di Manado		Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat <i>mindfull parenting</i> secara signifikan mempengaruhi <i>stress</i> pengasuhan. semakin tinggi <i>mindfull parenting</i> maka semakin rendah tingkat <i>stress</i> pengasuhan pada ibu.
9	Septiani & Nasution (2017)	Perkembangan Regulasi Emosi Anak Dilihat Dari Peran Keterlibatan Ayah dalam	2017	Teori yang digunakan adalah teori keterlibatan ayah dalam pengasuhan oleh Lamb,	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan skala keterlibatan ayah dalam pengasuhan (Lamb, 2002) dan skala	Subjek dalam penelitian ini adalah 90 anak usia 10-12 tahun di pekanbaru yang didapatkan dengan teknik <i>incidental sampling</i>		Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi peran ayah dalam pengasuhan maka akan

		Pengasuhan		Dkk (2002) dan teori regulasi emosi oleh Gratz dan Roemer (2004)		regulasi emosi (Gratz & Roemer, 2004)		semakin tinggi pula perkembangan regulasi emosi pada anak. Anak yang mendapatkan pengasuhan yang baik dari ayahnya akan cenderung lebih menyesuaikan diri dengan norma dan aturan.
10	Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013).	Hubungan Antara <i>Hardiness</i> Dengan Tingkat <i>Stress</i> Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Autis	2013	Teori yang digunakan adalah teori <i>stress</i> pengasuhan oleh Richard R. Abidin (1995, dalam Dubbs, 2008) dan teori <i>hardiness</i> oleh Maddi, dkk (2002)	Kuantitatif Korelasional	Menggunakan skala <i>hardiness</i> (Maddi, dkk, 2002) yang terdiri dari 40 aitem. Dan skala <i>stress</i> pengasuhan merupakan hasil penerjemahan	Subjek dalam penelitian ini adalah ibu dengan anak autis dimana anaknya berusia antara 3- 13 tahun.	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara <i>hardiness</i> dengan tingkat <i>stress</i> pengasuhan pada ibu dengan anak autis.

---

dari  
*Parenting  
Stress Index*  
oleh Abidin  
(1995, dalam  
Dubbs, 2008)  
yang terdiri  
dari 36 aitem

---



Berdasarkan pemaparan tabel penelitian-penelitian yang sudah ada di atas, peneliti membuat rangkuman keterkaitan dan juga perbedaan antara penelitian yang sudah dilakukan dahulu dengan penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti. Persamaan serta perbedaan yang ada, di antaranya :

#### 1. Keaslian Judul

Dari penelitian-penelitian terdahulu yang sudah dijabarkan di atas, dapat disimpulkan jika kebanyakan penelitian-penelitian yang sudah dilakukan menggunakan *parenting stress* sebagai variabel terikat. Sedangkan untuk variabel bebasnya, beberapa penelitian seperti penelitian oleh Gina & Fitriani (2022), penelitian Ikasari & Kristiana (2017) menggunakan regulasi emosi sebagai variabel bebas.

Dalam penelitian Septiani & Nasution (2017) keterlibatan ayah dalam pengasuhan memiliki peran sebagai variabel independen, kemudian variabel regulasi emosi pada anak memiliki peran sebagai variabel dependen. Aspek judul menjadi pembeda yang jelas antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan. Hal ini dikarenakan kebanyakan penelitian terdahulu, hanya meneliti hubungan variabel regulasi emosi dengan variabel *parenting stress* saja, dan belum ditemui penelitian yang meneliti hubungan antara variabel keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan variabel *parenting stress* pada ibu. Sementara itu penelitian ini akan meneliti hubungan antara regulasi emosi dan keterlibatan ayah dengan *parenting stress* pada ibu yang sedang memiliki anak balita. Pemaparan dari penelitian sebelumnya belum ada pembahasan ketiga variabel tersebut pada satu judul pembahasannya yang

sama. Karenanya, terdapat perbedaan penelitian ini terhadap penelitian sebelumnya.

## 2. Keaslian Teori

Penelitian terdahulu mengenai teori *parenting stress*, di antaranya dilakukan oleh Fitriani & Ambarini (2013) yang memakai teori *parental stress* dari Abidin, lalu penelitian dari Gina & Fitriani (2022), dan Srifianti (2020) yang menggunakan teori *parenting stress* dari Berry & Jones. Teori *parenting stress* yang akan dipakai dalam penelitian ini sendiri adalah teori dari Abidin (1995).

Kemudian pada teori keterlibatan ayah, penelitian dari Septiani & Nasution (2017) menggunakan teori keterlibatan ayah oleh Lamb. Teori lain dipakai dalam penelitian oleh Ellesa, dkk (2016) yang menggunakan teori peran ayah dalam pengasuhan dari Andayani & Koentjoro. Sementara teori keterlibatan ayah yang dipakai dalam penelitian ini adalah teori dari Lamb, dkk (1985).

Teori regulasi emosi pada penelitian-penelitian terdahulu yaitu penelitian dari Srifianti (2020), Ikasari & Kristiana (2017), Gina & Fitriani (2022) menggunakan teori regulasi emosi dari Gross & John. Teori lain yaitu dari Gratz & Roemer dipakai oleh Septiani & Nasution (2017). Teori regulasi emosi yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori dari Gross & John (2003).

## 3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini meliputi 3 variabel, dan masing-masing akan diukur menggunakan skala yang sesuai yaitu, variabel bebas *parenting stress* akan

diukur menggunakan skala *parenting stress* hasil adaptasi oleh Humairah (2020) berdasarkan *parenting stress index* (PSI-short) milik Abidin. Kemudian variabel bebas regulasi emosi akan diukur menggunakan skala regulasi emosi hasil adaptasi Hasniar Radde,dkk (2021) berdasarkan teori regulasi emosi dari Gross & John. Sementara variabel terikat keterlibatan ayah akan diukur menggunakan skala keterlibatan ayah yang dibuat peneliti berdasarkan aspek-aspek keterlibatan ayah dalam pengasuhan (*paternal involvement*) dari Lamb, dkk (1985).

#### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Dari penelitian-penelitian terdahulu yang sudah peneliti jabarkan di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian-penelitian mengenai *parenting stress* pada ibu, subjek yang digunakan adalah : 1. Ibu yang bekerja, yaitu pada penelitian Gina & Fitriani (2022), Rizal dan Fikry (2022). 2. Ibu yang memiliki anak balita, yaitu pada penelitian Kumalasari (2020). 3. Ibu yang memiliki anak usia *middle childhood*, yaitu pada penelitian Srifianti (2020) dan Raintama & Setyaningtyas. 4. Ibu yang memiliki anak dengan gangguan autis pada penelitian Fitriani & Ambarini (2013) dan ibu dengan anak yang memiliki anak *cerebral palsy* pada penelitian Ikasari & Kristiana (2017). Sedangkan untuk penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, subjek yang digunakan merupakan ibu di Kecamatan Kasihan kabupaten Bantul Yogyakarta, yang memiliki anak usia balita. Oleh karena itu terdapat perbedaan pada subjek penelitian ini dengan beberapa penelitian sebelumnya.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian yang telah dilakukan yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak balita. Selanjutnya juga terdapat hubungan antara keterlibatan ayah dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak balita. Selain itu, terdapat hubungan secara bersama-sama antara regulasi emosi dan keterlibatan ayah dengan *parenting stress* yaitu sebagai berikut:

1. Hipotesis mayor diterima, nilai signifikansi ( $p$ ) yang didapat adalah  $< 0,001$  dan nilai  $F$  hitung adalah 30,8. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor diterima karena nilai  $p = < 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut artinya terdapat hubungan bersama-sama antara regulasi emosi dan keterlibatan ayah dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita. Semakin tinggi tingkat regulasi emosi dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka semakin rendah tingkat *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak balita, dan sebaliknya. Regulasi emosi dan keterlibatan ayah bersama-sama memiliki sumbangan efektif sebesar 33,2% terhadap *parenting stress*, sedangkan 66,8% yang lain dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain.
2. Hipotesis minor pertama diterima, memiliki nilai korelasi parsial sebesar -3,87 dan nilai  $p$  sebesar  $< 0,001$ . Dikarenakan nilai  $p < 0,05$  dan nilai korelasi parsial sebesar -3,87 maka dapat ditarik kesimpulan jika regulasi

emosi memiliki korelasi negatif dengan *parenting stress*. Semakin rendah regulasi emosi, maka semakin tinggi *parenting stress*. Sebaliknya, semakin tinggi regulasi emosi, maka semakin rendah *parenting stress*.

3. Hipotesis minor kedua diterima, memiliki nilai korelasi parsial sebesar -6,88 dan nilai  $p < 0,001$ . Dikarenakan nilai  $p < 0,05$  dan nilai korelasi parsial sebesar -6,88 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara keterlibatan ayah dan *parenting stress*. Semakin tinggi keterlibatan ayah, maka semakin rendah *parenting stress*. Sebaliknya, semakin rendah keterlibatan ayah, maka semakin tinggi *parenting stress*.
4. Pada analisis tambahan yaitu uji beda, menunjukkan :
  - a. Tidak ada perbedaan *parenting stress* yang signifikan antara ibu yang memiliki pengasuh anak dan ibu yang tidak memiliki pengasuh anak dengan nilai  $p$  sebesar 0,928 ( $p > 0,05$ ).
  - b. Tidak ada perbedaan yang signifikan *parenting stress* antara ibu yang bekerja dengan ibu yang tidak bekerja dengan nilai  $p$  sebesar 0,065 ( $p > 0,05$ ).
  - c. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok usia 1 (di bawah 25 tahunan), kelompok usia 2 (25-30 tahun), kelompok usia 3 (30-35 tahun), dan kelompok usia 4 (di atas 35 tahun) dengan nilai  $p$  sebesar 0,230 ( $p > 0,05$ ).

## **B. Saran**

### **1. Bagi ibu yang memiliki anak balita**

Bagi para ibu, terutama yang sedang memiliki dan mengasuh anak balita disarankan untuk melatih dan memiliki strategi regulasi emosi yang baik dengan cara memahami emosi, menyadari dan mengatur pikiran serta perilaku ketika mengalami situasi yang emosional. Para ibu disarankan juga untuk berlatih mengenali dan menentukan respon yang akan dikeluarkan ketika mengalami situasi emosional. Sehingga diharapkan ibu akan cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik, dan terhindar dari *parenting stress*.

### **2. Bagi ayah yang memiliki anak balita**

Bagi para ayah, terutama yang sedang mempunyai anak balita disarankan untuk terlibat aktif dalam proses pengasuhan dan perkembangan anak, karena baik anak ataupun ibu membutuhkan peran seorang ayah. Minimnya keterlibatan ayah dalam mengasuh anak akan menyebabkan buruknya kerjasama yang terjalin antara ayah dan ibu dalam proses pengasuhan. Keadaan tersebut berpotensi menyebabkan kelelahan pada ibu dan meningkatkan potensi terjadinya *parenting stress*. Sehingga para ayah juga diharapkan lebih mampu untuk bekerjasama dengan cara saling memberikan dukungan kepada ibu dalam proses mengasuh anak terutama pada fase anak usia balita.

### **3. Bagi peneliti-peneliti selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya, bisa meneliti lebih dalam variabel lain yang dapat menimbulkan *parenting stress* pada ibu yang memiliki balita, dan juga

bisa menggunakan populasi yang lebih besar, sehingga hasil yang didapatkan mungkin akan lebih bervariasi dan dapat di generalisir dengan cakupan yang semakin luas.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin (1995). *Parenting Stress Index Manual*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Aisha, D., & Aska, W. U. (2022). TINGKAT STRES PENGASUHAN PADA IBU DI DESA WALUYA KABUPATEN KARAWANG. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa dan Pendidikan*, 2(2), 96-103.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-dasar Psikometrika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berns, M. R. (2007). *Child, Family, Scholl, Community Socialization and Support*. United States of America: Wadsworth Cengage Learning.
- Berry, J. O., & Jones, W. H. (1995). The parental stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of social and personal relationships*, 12(3), 463-472.
- Choiriyah, D. W., & Surjaningrum, E. R. (2020). Stres pengasuhan ibu dan perannya dalam perlakuan salah ibu terhadap anak. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 309-327.
- Creswell, J. W. (2008). *Educational Research, Planing, Conducting, and Evaluating Quantitave and Qualitative Research*. Pearson Education Inc
- Dabrowska, A. dan Pisula, E. (2010). Parenting Stress and Coping Styles in Mothers and Fathers of Pre-School Children with Autism and Down Syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting Stress*. New Haven: Yale University Press.
- Dick, L. G. (2004). *The Fatherhood Scale*. Research on Social Work Practice 80-92.
- Fadhila, N. F. (2012). Hubungan Tingkat Pengetahuan Orang Tua Dan Pola Konsumsi Makan Terhadap Status Gizi Balita Di Wilayah Puskesmas Madapangga Kabupaten Bima-NTB.

- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013). Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(2), 34-40.
- Gina, F., & Fitriani, Y. (2022). Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 22(1), 45-52.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: for affect, relationship, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(2), 348–362.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression & physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (1), 224-237. [http:// www-psych.stanford.edu/pdfs/2001](http://www-psych.stanford.edu/pdfs/2001).
- Gunarsa, S. 2006. Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hawkins, A., & Palkovitz, R. (1999). Beyond Ticks and Clicks: The Need for More Diverse and Broader Conceptualizations and Measures of Father Involvement. *The Journal of Mens Studies*, 1-18.
- Hawkins, J. A., Bradford, P. K., Christiansen, L. S., Palkovitz, R., Day, D. R., & Call, R. A. V. (2002). The inventory of father involvement: A pilot study of a new measure of father involvement. *The Journal of Men's Studies*, 10(2), 183-196.
- Hidayati, F., Kaloeti, D. V. S., & Karyono, K. (2011). Peran ayah dalam pengasuhan anak. *Jurnal Psikologi*, 9(1).
- Ikasari, A., & Kristiana, I. F. (2018). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak Cerebral Palsy. *Empati*, 6(4), 323–328.

- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2022). *Profil Anak Indonesia Tahun 2022*. Indonesia: Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (n.d.). *kemenpppa.go.id*. Retrieved from *kemenpppa.go.id*: <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/3413/menteri-pppa-tekanan-pentingnya-kualitas-pengasuhan-untuk-penuhi-hak-anak>
- Kumalasari, D., & Fourianalistyawati, E. (2020). The role of mindful parenting to the parenting stress in mothers with children at early age. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 135-142.
- Lamb, M. E. (2010). *The Role of the Father in Child Development*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Lamb, M. E., Pleck, J., Charnov, E., & Levine, J. (1985). Paternal Behavior in Human. *Oxford Journals*, 885-894.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanaman konflik dalam keluarga*. Prenada Media.
- Lestari, S., & Widyawati, Y. (2016). Gambaran parenting stress dan coping stress pada ibu yang memiliki anak kembar. *Jurnal Psikogenesis*, 4(1), 41-57.
- Lutfi, S. (2020). Hubungan Antara Parenting Stress Dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (Middle Childhood) di JABODETABEK. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 18(02).
- Mappiare, A. (2003). *Psikologi remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.

- Maulana, A. (2023, Oktober 17). Fakta Ibu di Jaksel Tenggelamkan Bayi di Ember: Alami "Baby Blues" dan Depresi Rawat 3 Balita Sekaligus. Diambil kembali dari Kompas.com: <https://megapolitan.kompas.com/read/2023/10/17/17093241/fakta-ibu-di-jaksel-tenggelamkan-bayi-di-ember-alami-baby-blues-dan?page=all>
- Mauluddia, Y. (2024). Keterlibatan Ayah dalam Mengasuh terhadap Kesejahteraan Psikologis Ibu dan Anak. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 7(2), 158-171.
- Meylinda, H. *PENGARUH PARENTING STRES TERHADAP TINDAKAN KEKERASAN KEPADA ANAK (Studi di Desa Embong Panjang Kec. Lebong Tengah Kab. Lebong)* (Doctoral dissertation, IAIN BENGKULU).
- Muslih, M. (2021). Peran Ibu Dalam Melatih Pengamalan Beragama Pada Anak Di Lingkungan Keluarga. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 162-170.
- Nasution, I. N., & Septiani, D. (2017). Perkembangan regulasi emosi anak dilihat dari peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 1(1), 23-30.
- Ngewa, H. M. (2021). Peran orang tua dalam pengasuhan anak. *EDUCHILD (Journal of Early Childhood Education)*, 1(1), 96-115.
- Nisa, H., Puspitarini, L. M., & Lu'lu'Zahrohti, M. (2022). Perbedaan peran ibu dan ayah dalam pengasuhan anak pada keluarga Jawa. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 1(02), 244-255.
- Nurhani, S., & Putri, A. A. (2020). Keterlibatan ayah dalam pengasuhan terhadap kemampuan penyesuaian diri anak usia 4-6 tahun. *Atfālunā Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3(1), 34-42.

- Pangesti, C. B., & Agussafutri, W. D. (2017). Hubungan Peran Ibu Dengan Konsep Diri Anak Usia 3-5 Tahun. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 160-165.
- Purnomo, J. C., & Kristiana, I. F. (2016). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan istri yang memiliki anak retardasi mental ringan dan sedang. *Jurnal Empati*, 5(3), 507-512.
- Raintama, L. P., & Setyaningtyas, A. D. A. (2022). MINDFUL PARENTING DENGAN STRES PENGASAHAN IBU ANAK USIA MIDDLE CHILDHOOD. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 51-58.
- Rizal, G. L., & Fikry, Z. (2023). PENGARUH WORK FAMILY CONFLICT TERHADAP PARENTING STRESS IBU YANG BEKERJA. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 13(2), 126-135.
- Sari, D. Y., Krisnatuti, D., & Yuliati, L. N. (2015). Stres ibu dalam mengasuh anak pada keluarga dengan anak pertama berusia di bawah dua tahun. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 8(2), 80-87
- Septiani, D., & Nasution, I. N. (2018). Peran keterlibatan ayah dalam pengasuhan bagi perkembangan kecerdasan moral anak. *Jurnal psikologi*, 13(2), 120.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Suseno, M. N. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Ash-Shaff.
- Soege, E. M. T., Kiling-Bunga, B. N., Thoomaszen, F. W., & Kiling, I. Y. (2016). Persepsi ibu terhadap keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak usia dini. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(2), 85-92.
- Soegoto, A. S., Lintong, D. N., Mintalangi, S. S., & Soeikromo, D. (2020). Meningkatkan Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Pengelolaan Keuangan.

*JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 4(1), 141-148.

Thompson, R. A. (1994). The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 25-52.

Trisnadi, M. C., & Andayani, B. (2021). Program Pengasuhan Positif dengan Co-parenting Untuk Menurunkan Penerapan Pengasuhan Disfungsional. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology Vol. 7, No. 1*, 74-85.

Widhyastuti, C., & Annisa, N. M. (2022). "We Are One And As A Team": Peran Co-Parenting dan Matirial Satisfaction Terhadap Parenting Stress Pada Ibu. *JIPSI Vol. 4 No. 2*, 73-83.