

**STRES PENGASUHAN IBU USIA REMAJA TERHADAP POLA  
KELEKATAN ANAK**



**Oleh:**

**Riska Sasmita**

**Nim: 23200011083**

**TESIS**

Diajukan Kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh Gelar Master of Arts

(M.A.)

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

**YOGYAKARTA**

**2025**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Riska Sasmita

NIM : 23200011083

Jenjang : Magister

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian  
atau karya sendiri, kecuali bagian rujukan sumbernya.

Yogyakarta, 10 Juli 2025

Saya yang menyatakan



Riska Sasmita

23200011083

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Riska Sasmita

NIM : 23200011083

Jenjang : Magister

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa tesis ini telah memenuhi standar plagiat atau bebas

Pustaka yang telah ditentukan oleh UIN Sunan Kalijaga

Yogyakarta, 10 Juli 2025



Riska Sasmita

23200011083



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-932/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : **STRES PENGASUHAN IBU USIA REMAJA TERHADAP POLA KELEKATAN ANAK**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RISKA SASMITA, S.Ag  
Nomor Induk Mahasiswa : 23200011083  
Telah diujikan pada : Jumat, 01 Agustus 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

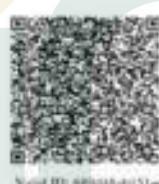
dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



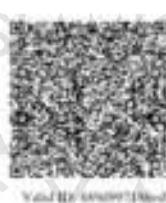
Pengaji II

Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A.  
SIGNED



Pengaji III

Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd.  
SIGNED



Yogyakarta, 01 Agustus 2025

UIN Sunan Kalijaga

Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A.  
SIGNED

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,

Direktur Pascasarjana

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

*Assalamu 'alaikum wr. wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**STRES PENGASUHAN IBU USIA REMAJA TERHADAP POLA KELEKATAN ANAK**

Yang ditulis oleh:

Nama : Riska Sasmita

NIM : 23200011083

Jenjang : Magister

Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan ke Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Magister of Arts (M.A) dalam Psikologi Pendidikan Islam.

*Wassalumu 'alaikum wr. wb*

Yogyakarta, 10 juli 2025

Pembimbing



Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A.

NIP. 197606112023212010

## ABSTRAK

Stres pengasuhan yang dialami oleh ibu usia remaja mempengaruhi pola kelekatan terhadap anak. Fokus utama diarahkan pada pengalaman subjektif para ibu dalam menjalani peran pengasuhan di usia yang masih sangat muda, serta dampaknya terhadap kualitas hubungan ibu dan anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap tujuh informan ibu remaja yang tinggal di Kabupaten Polewali Mandar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres pengasuhan muncul sebagai akibat dari berbagai faktor, seperti ketidaksiapan psikologis, kelelahan fisik dan mental, ketidakhadiran suami, serta tekanan sosial dan ekonomi. Akumulasi stres tersebut berdampak langsung pada kualitas interaksi ibu dan anak, yang kemudian membentuk pola kelekatan tidak aman, baik dalam bentuk ambivalen maupun menghindar. Anak-anak yang diasuh dalam kondisi ini menunjukkan gejala gangguan emosi seperti ledakan kemarahan, kecemasan berlebih, menarik diri, serta kesulitan dalam membangun interaksi sosial.

Penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan emosional dan sosial bagi ibu usia remaja, sebagai faktor pelindung dalam proses pengasuhan dan pembentukan kelekatan yang sehat. Temuan ini diharapkan menjadi rujukan bagi intervensi psikososial dan kebijakan publik dalam mendukung pengasuhan yang lebih adaptif pada konteks pernikahan usia dini.

**Kata kunci:** ibu usia remaja, stres pengasuhan, kelekatan, anak.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRACT

The parenting stress experienced by teenage mothers affects their attachment patterns towards their children. The main focus is directed at the subjective experiences of mothers in carrying out their parenting roles at a very young age, as well as the impact on the quality of the mother-child relationship. This study uses a qualitative approach with a phenomenological method. Data were obtained through in-depth interviews with seven teenage mother informants living in Polewali Mandar Regency.

The research findings indicate that parenting stress arises as a result of various factors, such as psychological unpreparedness, physical and mental fatigue, absence of the husband, and social and economic pressures. The accumulation of this stress directly impacts the quality of mother-child interactions, which then shapes insecure attachment patterns, both in ambivalent and avoidant forms. Children raised in these conditions exhibit emotional disturbance symptoms such as anger outbursts, excessive anxiety, withdrawal, and difficulties in building social interactions.

This study emphasizes the importance of emotional and social support for teenage mothers, as protective factors in the parenting process and the formation of healthy attachments. These findings are expected to serve as a reference for psychosocial interventions and public policies in supporting more adaptive parenting in the context of early marriage.

**Keywords:** teenage mother, parenting stress, attachment, child

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

*Alhamdulillāhirabbil'ālamīn*, segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt, yang telah melimpahkan rahmat, nikmat dan kesehatan, sehingga penulis bisa menyelesaikan thesis ini. *Shalawāt* dan salam, penulis curahkan kepada Nabi Muhammad Saw dan keluarganya yang suci, yang menuntun umatnya ke jalan yang benar. Penyelesaian penyusunan tesis ini atas berkat petunjuk dan pertolongan Allah SWT. yang tiada hentinya penulis sangat bersyukur karena-Nya. Selain itu pula tidak terlepas dari peranan orang-orang sekitar yang turut memberikan kontribusi yang luar biasa baik dalam aspek moril, materil, pemikiran sehingga karya ini layak disajikan sebagai sumbangsih ilmu pengetahuan.

Segala pencapaian yang berhasil diraih penulis tidak akan mungkin terwujud tanpa dukungan penuh dari berbagai pihak yang telah menjadi sistem pendukung selama proses penulisan ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A.,M.Phil.,Ph.D selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta telah memberi kesempatan menuntut ilmu di Universitas
2. Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag.,M.A selaku Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

3. Dr. Ja'far Assagaf, M.A selaku dosen penasehat akademik selama proses kuliah di Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Najib Kailani, S.Fil.I.,MA,Ph.D selaku ketua prodi Interdisciplinary Islamic Studies Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
5. Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A selaku dosen pembimbing tesis yang telah banyak membantu mengarahkan, memberikan dukungan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis ini
6. Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd. selaku penguji yang telah memberikan kritik, masukan, dan arahan yang sangat berharga selama proses ujian tesis ini. Bimbingan dan evaluasi yang diberikan telah membantu saya untuk memperbaiki dan menyempurnakan tesis ini agar lebih berkualitas dan bermakna.
7. Nasriani sebagai ibu penulis, yang dengan penuh keikhlasan senantiasa mendoakan tanpa henti, memberikan dukungan moril maupun materil, serta selalu menjadi pendengar setia setiap keluh kesah penulis. Terima kasih atas doa, kasih sayang, dan kesabaran yang tak pernah surut.
8. Muhammad Adil sebagai ayah penulis yang telah bekerja keras penuh keikhlasan demi pendidikan anak-anaknya. Terima kasih atas doa dan pengorbanan yang selalu menjadi kekuatan bagi penulis.
9. Terimakasih banyak kepada diri sendiri yang telah berjuang sampai selesainya tesis ini, bangga terhadap diri sendiri karena selalu berusaha

menyelesaikan dan bertahan dengan segala rintangan. Terimakasih sudah berusaha memberikan yang terbaik.

10. Teruntuk adik penulis, yang selalu memberikan support yang tiada henti.
11. Teruntuk sahabat-sahabatku tercinta, Ainun Zalzabila, Nurfadila, Olivia, yang selalu memberikan dukungan dan motivasi serta turut membantu penulis dalam mencari narasumber dan menjalankan proses wawancara, terimakasih atas ketulusan dan kebersamaanya.
12. Kepada seluruh narasumber yang telah meluangkan waktunya, dan memberikan informasi serta data-data yang diperlukan, sehingga penelitian ini terselesaikan.
13. Teman Kelas IIS Psikologi Pendidikan Islam 2023. Keluarga penulis di kota rantau. Terimakasih telah bersama-sama berjuang, membantu, saling support dan berbagi cerita selama perkuliahan hingga selesai. Semoga kebaikan kalian dibalas oleh Allah SWT.
14. Teruntuk Nurfadil, sebagai support sistem setelah keluarga penulis. Terimakasih karena selalu membantu dan mendengarkan keluh kesah penulis, serta mengingatkan untuk tetap mengerjakan penelitian ini.

## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmanirrahim* syukur alhamdulillah, tesis ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua saya, mama' dan papa' yang ada di rumah yang tidak pernah mengeluh dalam membiayai pendidikan penulis dan adik-adik penulis sampai selesai. Terimakasih sudah menjadi orang tua terbaik.

### MOTTO

“Jadikan setiap langkahmu berarti bagi dirimu dan bermanfaat bagi sesama”



## DAFTAR ISI

### HALAMAN JUDUL

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....	ii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR .....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iv
ABSTRAK .....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
PERSEMBAHAN .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian .....	11
D. Kajian Pustaka .....	12
E. Kerangka Teoritis.....	18
F. Metode Penelitian .....	30
G. Sistematika Penulisan .....	34
BAB II GAMBARAN IBU REMAJA DENGAN STRES PENGASUHAN.....	37
A. Profil Informan.....	37
B. Aspek-Aspek Stres Pengasuhan.....	46
1. Parent Domain (Ranah Orang Tua).....	48
2. Child Domain (Ranah Anak).....	49
3. Relationship.....	51
C. Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Stres Pada Ibu Usia Remaja .....	63
D. Bentuk-Bentuk Stres Pengasuhan .....	67

1. Stres Ekonomi .....	67
2. Kelelahan fisik dan mental .....	72
3. Ketidakhadiran Suami .....	73
4. Kesiapan Psikologis Yang Rendah.....	74
E. Dampak Stres Pengasuhan Terhadap Pola Asuh .....	76
<b>BAB III POLA KELEKATAN PADA IBU USIA REMAJA.....</b>	<b>83</b>
A. Gambaran Umum Pola Kelekatan Anak Dari Ibu Usia Remaja.....	83
B. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Pola Kelekatan .....	90
C. Hubungan Antara Kelekatan dan Stres Pengasuhan .....	96
<b>BAB IV PERKEMBANGAN EMOSIONAL ANAK YANG DIASUH OLEH IBU USIA REMAJA .....</b>	<b>99</b>
A. Perkembangan Sosial Emosi Pada Anak .....	99
B. Karakteristik Perkembangan Emosional.....	100
C. Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Emosional Anak .....	103
D. Dampak Perkembangan Emosional Anak.....	106
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>111</b>
A. Kesimpulan .....	111
B. Saran .....	111
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>113</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>118</b>

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Anak merupakan individu yang masih sangat bergantung pada keberadaan orang tua dan lingkungan sekitarnya. Dalam proses tumbuh kembangnya, anak memerlukan lingkungan yang mampu memenuhi kebutuhan dasarnya serta mendukung proses kemandirian dan pembelajaran.<sup>1</sup> Setiap anak memiliki karakteristik unik dan laju perkembangan yang berbeda, sehingga tantangan yang mereka hadapi pun beragam. Beberapa anak mengalami hambatan fisik, seperti penyakit kronis; sementara yang lain menghadapi gangguan perkembangan dalam aspek bahasa, emosi, persepsi, atau keterampilan sensorik-motorik. Dalam fase-fase ini, kehadiran orang tua sebagai sumber dukungan emosional dan bimbingan sangatlah penting.<sup>2</sup>

Keluarga, khususnya orang tua, berperan sebagai unit pertama yang membentuk landasan psikologis dan sosial bagi anak. Anak-anak sangat membutuhkan kasih sayang, kehangatan, dan penerimaan positif dari orang tua mereka. Jika kebutuhan ini tidak terpenuhi secara memadai, maka kestabilan sosial-emosional anak akan terganggu. Penerimaan positif dari orang tua terbukti

---

<sup>1</sup> Yupi Supratini, *Konsep Dasar Keperawatan Anak* (EGC, 2004), 2.

<sup>2</sup> Khadija, Armanila, *Permasalahan Anak Usia Dini* (Perdana Publishing, 2017), 19.

memiliki hubungan erat dengan perkembangan sosial, emosional, bahkan intelektual anak secara menyeluruh.<sup>3</sup>

Namun, menjadi orang tua bukanlah peran yang mudah. Pengasuhan dapat memberikan rasa bahagia, tetapi juga memunculkan tekanan dan tantangan tersendiri. Bagi sebagian orang, peran sebagai orang tua menghadirkan beban psikologis karena harus memenuhi berbagai tuntutan baik fisik maupun emosional. Deater dan Deckar menjelaskan bahwa stres pengasuhan timbul dari berbagai tanggung jawab dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, seperti makan, tempat tinggal, dan perlindungan, serta dari dinamika hubungan interpersonal dalam keluarga itu sendiri.<sup>4</sup> Ketika tuntutan ini tidak diimbangi dengan kesiapan mental dan dukungan sosial yang memadai, seperti yang kerap terjadi pada ibu usia remaja, maka potensi stres pengasuhan meningkat tajam dan dapat berdampak langsung pada kualitas hubungan ibu dan anak.<sup>5</sup>

Stres dalam pengasuhan cenderung menimbulkan beban psikologis yang signifikan bagi pengasuh, khususnya ibu. Tekanan yang terus-menerus dalam memenuhi kebutuhan anak dapat memengaruhi cara pengasuh memandang dan memperlakukan anaknya.<sup>6</sup> Ketika stres tidak tertangani dengan baik, sikap pengasuh terhadap anak dapat berubah, baik secara sadar maupun tidak sadar.

---

<sup>3</sup> Yulia Fitriani Naimah, *Parenting Stres Pada Ibu Rumah Tangga* (Pena Persada Kerta Utama, 2023), 2.

<sup>4</sup> Kirby Deater Deckard, *Parenting Stress (Current Perspectives in Psychology)* (Yale University Press, 2004).

<sup>5</sup> Naimah, *Parenting Stres Pada Ibu Rumah Tangga*.

<sup>6</sup> Isabella Hasiana dan Aisyah, "Gambaran Parenting Stres Pada Ibu yang Menikah di Usia Muda terhadap Perilaku Kekerasan pada Anak Usia Dini," *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* 6, no. 1 (2024): 123–29, <https://doi.org/10.35473/ijec.v6i1.2766>.

Hal ini kemudian berdampak langsung pada pola pengasuhan yang diterapkan. Dalam kondisi tertentu, pengasuh yang semula responsif dan penuh kasih dapat berubah menjadi kurang peka, cenderung mengabaikan kebutuhan emosional anak, bahkan berpotensi menunjukkan perilaku kasar atau agresif.<sup>7</sup>

Kondisi ini turut menjelaskan mengapa kekerasan terhadap anak masih sering terjadi, salah satu faktor yang memicu kekerasan tersebut adalah *parenting stress* pada ibu usia remaja.<sup>8</sup> Stres ini dapat muncul akibat berbagai tuntutan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi, seperti merawat, mendidik, dan membimbing anak. Menurut Abidin, parenting stress dapat diukur melalui beberapa dimensi, termasuk tingkat frustrasi, kelelahan, dan ketidakpuasan terhadap peran sebagai orang tua. Hal ini menjadi lebih kompleks bagi ibu usia remaja, mereka menghadapi tantangan ganda, yakni sebagai orang tua dan sekaligus harus menjalani tugas perkembangan khas pada masa remaja.<sup>9</sup>

Fenomena ini tercermin jelas dalam salah satu kasus yang ditemukan di Kabupaten Polewali Mandar, yaitu pada kehidupan informan RD. RD mengalami kenyataan pahit berupa kekerasan dalam keluarga, termasuk kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), yang berdampak serius terhadap kondisi fisik dan mentalnya. Dalam usia yang masih sangat muda, RD harus

---

<sup>7</sup> Nurul Chairini, “Faktor-Faktor Yang berhubungan dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu dengan Anak Usia Pra Sekolah di Posyandu Kemiri Muka” (Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013), 3.

<sup>8</sup> Hsiana dan Aisyah, “Gambaran Parenting Stres Pada Ibu yang Menikah di Usia Muda terhadap Perilaku Kekerasan pada Anak Usia Dini.”

<sup>9</sup> Mercedes Ríos dkk., “Parental Stress Assessment with the Parenting Stress Index (PSI): A Systematic Review of Its Psychometric Properties,” *Children* 9, no. 11 (2022): 1, <https://doi.org/10.3390/children9111649>.

menanggung beban sebagai ibu sekaligus korban kekerasan, sehingga mengalami kesulitan dalam menjalankan peran pengasuhan secara optimal. Akibat tekanan tersebut, RD kerap kali meluapkan emosinya secara impulsif, bahkan sampai melakukan kekerasan terhadap anaknya. Situasi ini menunjukkan bahwa stres pengasuhan yang tidak tertangani dapat berujung pada pola asuh yang negatif dan membahayakan perkembangan emosional anak.

Selaras dengan teori Bowlby tentang pola kelekatan yang terbentuk antara ibu dan anak sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi yang terjadi diantara mereka. Teori ini menjelaskan bahwa hubungan awal antara bayi dan pengasuhannya akan mempengaruhi perkembangan emosional dan sosial anak di masa depan.<sup>10</sup> Dalam konteks ibu remaja, pola kelekatan ini sering kali dipengaruhi oleh besarnya stress yang mereka alami, Elena dalam tulisannya menjelaskan bahwa ibu yang mengalami beban stres pengasuhan yang berat cenderung menunjukkan pola kelekatan yang tidak aman, seperti kelekatan *ambivalen* atau menghindar. Hal ini dapat menyebabkan anak merasa tidak aman dan kurang percaya diri dalam menjalin hubungan di masa depan. Sebaliknya ibu yang mampu mengelola stress dengan baik cenderung membangun pola kelekatan yang aman, yang mendukung perkembangan emosional yang positif pada anak.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Elena Delgado, Cristina Serna, Isabel Martinez, “Parental Attachment and Peer Relationships in Adolescence: A Systematic Review,” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 3 (2022): 5, <https://doi.org/10.3390/ijerph19031064>.

<sup>11</sup> Delgado, Serna, Martinez, “Parental Attachment and Peer Relationships in Adolescence.”

ibu remaja atau teenage mother merujuk pada perempuan yang masih berada pada masa remaja namun sudah mengemban peran sebagai orang tua. Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan gejolak emosional akibat perubahan hormonal yang memengaruhi kondisi fisik maupun psikologis. Situasi tersebut membuat kehamilan di usia remaja memiliki risiko tinggi terhadap berbagai dampak negatif.<sup>12</sup> Kehamilan pada masa remaja kerap memicu berbagai permasalahan, salah satunya karena kondisi emosi ibu yang masih labil dan mudah mengalami ketegangan. Hal tersebut dapat menimbulkan penolakan emosional, baik saat mengandung, melahirkan, maupun dalam proses pengasuhan anak. Secara medis, kehamilan remaja juga memiliki risiko seperti keguguran, kelahiran prematur, bayi dengan berat badan lahir rendah, dan hambatan saat persalinan. Selain itu, ibu remaja umumnya belum memiliki kesiapan mental untuk mengasuh dan menstimulasi anak, sehingga dapat berdampak pada kesulitan dalam pemberian ASI, gangguan tumbuh kembang, serta meningkatkan kerentanan bayi terhadap infeksi.<sup>13</sup>

Data dari UNICEF menunjukkan bahwa ibu remaja memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, dibandingkan dengan ibu yang lebih dewasa.<sup>14</sup> Hal ini dapat berdampak pada kemampuan mereka dalam memberikan perhatian dan kasih

---

<sup>12</sup> Rifa Rahmi dan Riski Novera Yenita, *Pola Asuh Anak antara Ibu yang Menikah Usia Dini dengan Ibu yang Menikah Usia Dewasa di Wilayah Kerja Puskesmas Tapung Hilir 2 Kabupaten Kampar*, 3, no. 1 (2018).

<sup>13</sup> Rahmi dan Yenita, *Pola Asuh Anak antara Ibu yang Menikah Usia Dini dengan Ibu yang Menikah Usia Dewasa di Wilayah Kerja Puskesmas Tapung Hilir 2 Kabupaten Kampar*.

<sup>14</sup>“The State of the World’s Children 2017 | UNICEF,” 6 Desember 2017, <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2017>.

sayang yang diperlukan oleh anak-anak mereka. Dalam tulisan Batool Tirgari mengatakan bahwa stres pengasuhan yang tinggi berhubungan dengan pola kelekatan yang tidak aman pada anak, yang dapat memengaruhi perkembangan emosional dan sosial mereka di masa depan.<sup>15</sup>

Dalam memahami *parenting stress*, ada 3 aspek yang harus diuraikan yaitu *parent-child-relationship* (P-C-R) dan daily hassles. Kedua pendekatan ini memandang *parenting stress* sebagai bentuk tekanan yang berasal dari tantangan sehari-hari dalam pengasuhan. Dalam pendekatan P-C-R, *parenting stress* berasal dari tiga komponen utama: pertama, faktor orang tua (P), yaitu tekanan yang muncul dari kondisi atau karakteristik orang tua, seperti stres akibat tanggung jawab yang berat atau perasaan tidak siap menjadi orang tua; kedua, faktor anak (C), yang mencakup tekanan yang timbul akibat perilaku anak, misalnya anak yang sering tantrum atau memiliki kebutuhan khusus yang memerlukan perhatian lebih; dan ketiga, hubungan orang tua-anak (R), yakni stres yang berasal dari interaksi antara orang tua dan anak, seperti komunikasi yang buruk atau ketegangan emosional dalam hubungan mereka. Sementara itu, pendekatan *daily hassles* memandang *parenting stress* sebagai bentuk tekanan sehari-hari yang normal, baik yang terjadi setiap hari maupun mingguan, seperti kesulitan mengatur waktu antara pekerjaan dan pengasuhan anak, atau tantangan dalam menghadapi masalah kecil namun berulang, seperti anak yang tidak mau makan atau tidur. Meskipun tekanan ini belum menyebabkan gangguan

---

<sup>15</sup>Batool Tirgari dkk., “Experiences of Iranian Teen Mothers with Parenting Stress: A Qualitative Study,” *Comprehensive Child and Adolescent Nursing* 43, no. 3 (2020): 203–16, <https://doi.org/10.1080/24694193.2019.1651420>.

psikologis yang besar, tetapi jika terus menerus terjadi, dapat mempengaruhi kesejahteraan orang tua dan kualitas pengasuhan yang diberikan.<sup>16</sup>

Umumnya, ibu berusia remaja yang mengalami beban parenting stress yang berat sering kali menunjukkan pola asuh yang kurang kooperatif, lebih reaktif, serta cenderung mengganggu, sejalan dengan konsep P-C-R. Kondisi stres ini juga dapat memicu munculnya sikap yang lebih kritis, mudah marah, atau cenderung menghukum anak, yang pada akhirnya meningkatkan risiko munculnya masalah perilaku pada anak.<sup>17</sup> Selain itu, ibu remaja yang belum mampu beradaptasi dengan peran keibiumannya dapat berdampak negatif terhadap perilaku, kesejahteraan, dan kemampuan anak dalam menyesuaikan diri. Parenting stress yang tinggi juga dapat menyebabkan sejumlah kondisi tidak diinginkan, seperti depresi pada orang tua, meningkatnya konflik perkawinan, penurunan kesehatan fisik, pola asuh yang kurang efektif, hingga munculnya perilaku bermasalah pada anak. Temuan dari penelitian Ratnasari mendukung hal ini, yang menunjukkan bahwa tekanan dalam pengasuhan berkorelasi dengan munculnya perilaku kekerasan terhadap anak dalam keluarga. Orang tua yang mengalami stres cenderung bersikap keras, kaku, dan minim kasih sayang, sehingga anak pun tumbuh dengan pola kelektan yang kurang sehat.<sup>18</sup>

Ibu usia remaja dapat dianggap sebagai kelompok yang kurang beruntung karena berada dalam posisi sosial, ekonomi, dan psikologis yang

---

<sup>16</sup> Naimah, *Parenting Stres Pada Ibu Rumah Tangga*.

<sup>17</sup> Yulia Fitriani dkk., “Gambaran Parenting Stress Pada Ibu ditinjau dari Status Pekerjaan dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan,” *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (2021): 98, <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i2.5697>.

<sup>18</sup> Naimah, *Parenting Stres Pada Ibu Rumah Tangga*.

rentan. Mereka berisiko mengalami tidak hanya berbagai dampak negatif jangka pendek, seperti keterbatasan pengetahuan dan keterampilan pengasuhan, ketidakstabilan emosi, serta tekanan sosial, tetapi juga dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kesehatan mental, termasuk peningkatan risiko depresi, kecemasan, rendahnya harga diri, dan gangguan hubungan interpersonal. Kondisi ini seringkali diperparah oleh minimnya dukungan keluarga, keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan dan pendidikan, serta stigma sosial yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka secara berkelanjutan.<sup>19</sup>

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ibu remaja memiliki kemungkinan hingga 50% lebih besar untuk mengalami depresi pasca persalinan, mereka juga memiliki tingkat tekanan emosional, gangguan stres pascatrauma (PTSD), penyalahgunaan zat, dan pengalaman buruk serta Kekerasan Pasangan (IPV) yang lebih tinggi daripada ibu dewasa. Namun, mereka memiliki tingkat harga diri dan efikasi diri yang lebih rendah dibandingkan ibu dewasa. Kerentanan psikologis yang disebabkan oleh potensi konflik antara berbagai tugas perkembangan dan banyaknya faktor risiko yang sering dikaitkan dengan peran ibu usia remaja dapat memiliki pengaruh yang kuat terhadap kualitas pengasuhan dan responsivitas orang tua serta hubungan ibu-bayi sejak bulan-bulan pertama. Ibu usia remaja kurang responsif dan empatik, mengadopsi perilaku yang lebih bermusuhan dan menganggu atau

---

<sup>19</sup> Sara Agnafors dkk., "Mental Health in Young Mothers, Single Mothers and Their Children," *BMC Psychiatry* 19, no. 1 (2019): 112, <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2082-y>.

menyendiri, dan juga lebih mungkin untuk mengadopsi pola asuh yang kasar, disertai dengan kekerasan fisik dan verbal. Mereka mengalami kesulitan memahami kebutuhan bayi mereka dan memiliki sedikit pengetahuan tentang tahap perkembangan mereka, menggunakan perilaku yang lebih instrumental dalam mengasuh anak-anak mereka. Ibu usia remaja juga kurang memiliki stimulasi verbal dan kurang responsif secara vokal serta berinteraksi dengan bayi mereka dengan cara yang mirip dengan teman sebayanya, dibandingkan dengan ibu dewasa. Mereka menunjukkan kemampuan yang lebih buruk dalam mengatur aktivitas bayi mereka. Selain itu, ibu remaja menunjukkan ketersediaan emosional yang buruk, kurang terstrukturnya aktivitas bayi mereka, regulasi emosi yang kurang memadai, dan memiliki kesulitan lebih besar dalam mengatur emosi negatif mereka sendiri dan bayi mereka dibandingkan dengan ibu dewasa.<sup>20</sup>

Bowlby juga mengemukakan bahwa anak yang mengalami gangguan keterikatan ini berisiko memiliki masalah emosional dan sosial yang berkepanjangan. Anak-anak yang tumbuh dalam kondisi ini cenderung lebih sulit untuk membentuk hubungan yang sehat dan mempercayai orang lain, karena mereka merasa tidak aman dan tidak mendapatkan dukungan emosional yang konsisten dari pengasuh mereka. Akibatnya, perkembangan emosional anak menjadi terhambat, yang dapat tercermin dalam perilaku mereka, seperti kesulitan mengelola emosi, masalah dalam interaksi sosial, serta gangguan

---

<sup>20</sup> Elena Ierardi dkk., “Psychopathological and Psychosocial Risk Profile, Styles of Interaction and Mentalization of Adolescent and Young Mother-Infant Dyads,” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 8 (2022): 4737, <https://doi.org/10.3390/ijerph19084737>.

dalam perkembangan kognitif dan sosial mereka. Dengan demikian, teori kelekatan Bowlby menyoroti pentingnya keterikatan yang aman pada masa bayi dan anak-anak, yang menjadi fondasi untuk perkembangan emosional dan sosial yang sehat.<sup>21</sup> Jika hubungan ini terganggu karena stres pengasuhan, seperti yang sering dialami oleh ibu usia remaja, anak-anak tersebut dapat menghadapi tantangan besar dalam mengelola perasaan dan membangun hubungan yang sehat di masa depan.

Dari pemaparan di atas menunjukkan bahwa ibu usia remaja yang mengalami stress pengasuhan, atau tekanan tekanan psikologis yang mereka alami sering kali menghalangi kemampuan mereka untuk memberikan perhatian yang penuh dan responsif terhadap kebutuhan emosional anak. Sebagai akibatnya, pola kelekatan anak bisa terganggu. Jika ibu tidak dapat memberikan kenyamanan atau perlindungan yang dibutuhkan anak, anak-anak tersebut mungkin mengembangkan pola kelekatan yang tidak aman, seperti kelekatan ambivalen (terlalu bergantung pada pengasuh tetapi merasa tidak aman) atau kelekatan menghindar (menarik diri dan tidak mempercayai pengasuh).<sup>22</sup>

## B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana stress pengasuhan yang dialami oleh ibu usia remaja di Polewali Mandar?

---

<sup>21</sup> Abayomi Israel Olaofe dan Habibat Princess Odumosu, “Attachment Theory: The Mother’s Influences Across The Child’s Lifespan,” *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan* 23, no. 2 (2023): 174–81, <https://doi.org/10.24036/pedagogi.v23i2.1583>.

<sup>22</sup> Olaofe dan Odumosu, “Attachment Theory: The Mother’s Influences Across The Child’s Lifespan.”

2. Bagaimana pola kelekatan ibu usia remaja yang mengalami stres pada pengasuhan?
3. Bagaimana perkembangan emosional anak yang diasuh oleh ibu usia remaja yang mengalami stres pengasuhan?

### **C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian**

#### a. Tujuan Penelitian

1. Menggambarkan bentuk stres pengasuhan yang dialami oleh ibu usia remaja di Polewali Mandar, termasuk faktor-faktor yang melatarbelakanginya seperti tekanan sosial, ekonomi, psikologis, dan ketidaksiapan dalam menjalani peran sebagai ibu.
2. Menganalisis pola kelekatan yang terbentuk antara ibu usia remaja dan anak mereka dalam konteks stres pengasuhan, khususnya kecenderungan munculnya pola kelekatan yang tidak aman (insecure attachment).
3. Menjelaskan bagaimana stres pengasuhan dan pola kelekatan tersebut berdampak terhadap perkembangan emosional anak, termasuk aspek regulasi emosi, ekspresi afeksi, dan hubungan sosial anak.

#### b. Signifikansi Penelitian

1. Memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara stres pengasuhan pada ibu usia remaja, pola kelekatan yang terbentuk, dan dampaknya terhadap perkembangan emosional anak.

2. Menjadi landasan untuk merancang intervensi yang tepat dalam membantu ibu usia remaja mengelola stres pengasuhan serta membangun hubungan yang aman dan responsif dengan anak.

#### **D. Kajian Pustaka**

Kajian pustaka merupakan penelusuran terhadap penelitian-penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Dalam hal ini peneliti diharuskan mengurai dengan jelas penelitian yang telah dilakukan sebelumnya untuk mendapatkan gagasan dan dijadikan dasar penelitian yang akan dilakukan. Peneliti menemukan setidaknya ada beberapa penelitian sebelumnya yang disebut relevan untuk dijadikan sebagai kajian terdahulu.

Yulia Fitriani, Fathana Ghina, dan Timorora Sandha, meneliti gambaran parenting stres yang dialami oleh ibu, dengan fokus utama pada pengaruh status pekerjaan, status ekonomi, keluarga, serta keberadaan bantuan keuangan. Penelitian ini berangkat dari latar belakang tingginya kasus kekerasan yang dilakukan ibu kandung terhadap anak, baik berupa kekerasan verbal seperti membentak dan memaki, maupun kekerasan fisik seperti memukul dan menendang, yang sering kali merupakan dampak stres pengasuhan yang berlebihan. Data nasional pun mengungkap prevalensi anak di Indonesia yang berisiko mengalami kekerasan masih cukup tinggi, dengan konsekuensi serius terhadap kesehatan fisik maupun psikologis anak. Stres pada ibu dapat disebabkan oleh tekanan ekonomi yang berat, tuntutan peran ganda bagi ibu bekerja, serta kesulitan mengendalikan emosi ketika kelelahan. Berdasarkan kerangka teoritis Parenting Stress Index (PSI) dari Abidin dan teori Daily

Hassles (Lazarus), penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apakah terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan berdasarkan tiga variabel utama: status pekerjaan (bekerja atau tidak), status ekonomi (tinggi, sedang, rendah), dan adanya bantuan pengasuhan dari keluarga atau pengasuh bayi.<sup>23</sup>

Hasil penelitian menunjukkan beberapa temuan penting. Pertama, tidak terdapat perbedaan signifikan tingkat stres antara ibu yang bekerja dan tidak bekerja, meskipun keduanya sama-sama menunjukkan tingkat stres yang relatif tinggi, ibu bekerja menghadapi beban ganda, sedangkan ibu tidak bekerja juga merasakan tekanan dari pekerjaan domestik yang tak kalah berat. Kedua, terdapat perbedaan signifikan tingkat stres berdasarkan status ekonomi, dengan hasil menarik bahwa ibu berstatus ekonomi tinggi justru mengalami stres tertinggi, diikuti oleh ekonomi rendah, sedangkan ekonomi sedang memiliki tingkat stres terendah. Hal ini dapat dijelaskan oleh teori kebutuhan konsumsi dan gaya hidup yang meningkat pada kelompok ekonomi tinggi yang dapat menjadi sumber stres tersendiri. Ketiga, tidak ada perbedaan signifikan tingkat stres antara ibu yang mendapat bantuan pengasuhan (seperti kakek/nenek atau pengasuh bayi) dan yang tidak, yang mengindikasikan bahwa faktor internal seperti kesiapan psikologis ibu lebih dominan daripada faktor eksternal. Secara keseluruhan, jurnal ini memberikan kontribusi empiris dan teoritis dalam

---

<sup>23</sup> Fitriani dkk., “Gambaran Parenting Stress Pada Ibu ditinjau dari Status Pekerjaan dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan.”

memahami kompleksitas stres pengasuhan di kalangan ibu, serta menjadi acuan penting bagi intervensi psikososial dan kebijakan keluarga di Indonesia.<sup>24</sup>

Litasya, Harianto dan Ellen Theresi, membahas hubungan antara pengasuhan penuh perhatian (mindfulness parenting) dengan tingkat stres yang dialami oleh orang tua, khususnya yang memiliki anak berusia 2–6 tahun. Fokus utamanya adalah bagaimana praktik pengasuhan yang berlandaskan kesadaran penuh dapat menjadi strategi efektif untuk mengurangi stres yang sering muncul akibat tantangan perkembangan anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk menelaah sejauh mana perhatian penuh dapat berkontribusi terhadap penurunan tingkat stres yang dialami oleh orang tua, baik ayah maupun ibu, yang kadang memunculkan perasaan putus asa ketika menghadapi berbagai kondisi pengasuhan. Melibatkan 206 responden yang merupakan ayah dan ibu dengan anak usia 2–6 tahun di Kota Bandung, penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling atau pemilihan sampel berdasarkan kesediaan mereka untuk berpartisipasi. Data dikumpulkan dengan dua instrumen utama: Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ) yang mengukur dimensi disiplin penuh kesadaran dan keberadaan di saat ini bersama anak, serta Parental Stress Scale (PSS) yang mengukur aspek negatif stres maupun kurangnya kepuasan sebagai aspek positif. Analisis data menggunakan regresi linier sederhana dan koefisien determinasi ( $R^2$ ) untuk menilai kontribusi perhatian penuh terhadap stres yang dialami orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan penuh

---

<sup>24</sup> *ibid.*

perhatian berkontribusi signifikan sebesar 22,9% dalam menurunkan tingkat stres. Secara lebih mendetail, dimensi mindfulness discipline berkontribusi paling besar yaitu 31,2%, sedangkan dimensi being in the moment with child memberikan kontribusi sebesar 20%. Temuan ini menegaskan bahwa kemampuan orang tua untuk mendisiplinkan diri dan merespons perilaku anak dengan kesadaran penuh sangat penting dalam menurunkan stres pengasuhan. Selain itu, pengasuhan penuh perhatian juga membantu meningkatkan stabilitas emosi, mengurangi reaktivitas berlebihan terhadap perilaku anak, serta memungkinkan orang tua merespons dengan lebih objektif dan adaptif dalam menghadapi tekanan pengasuhan sehari-hari.<sup>25</sup>

Danming An memberikan wawasan tentang tiga komponen utama keterikatan dalam keluarga: efek aktor, efek pasangan, dan efek hubungan. Efek aktor merujuk pada bagaimana pengalaman individu dan model internal memengaruhi gaya keterikatan mereka. Efek pasangan menggambarkan pengaruh karakteristik anggota keluarga sebagai figur keterikatan, sementara efek hubungan mencerminkan dinamika unik antar anggota keluarga tertentu. Hasil penelitian ditemukan bahwa stres pengasuhan pada orang tua dapat menciptakan lingkungan yang penuh tekanan, yang menghambat kehangatan dan responsivitas yang diperlukan untuk membangun keterikatan yang aman. Hal ini berdampak signifikan pada perkembangan keterikatan yang sehat pada

---

<sup>25</sup> Litasya Febe Harianto dan Ellen Theresia, “Pengasuhan Penuh Perhatian dan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua dengan Anak Usia 2-6 Tahun,” *Jurnal Psikologi* 15, no. 2 (2022): 229–41, <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i2.5382>.

anak, terutama ketika dukungan emosional kurang pada periode perkembangan kritis.<sup>26</sup>

Penelitian dari Cindi Y. Huang menjelaskan dampak stress pengasuhan pada ibu remaja dan bayi mereka, dengan fokus pada risiko yang lebih tinggi dihadapi oleh ibu remaja dari latar belakang minoritas dibandingkan dengan rekan rekan kulit putih. Di penelitian ini menunjukkan adanya 3 lintasan stress yang berbeda, *stress stabil rendah*, (40,90%), *stress menurun*, (35,78%), dan *stress stabil tinggi*, (23,28%), faktor-faktor seperti depresi ibu yang rendah harga diri yantinggi, serta dukungan sosial yang dirasakan berkontribusi pada tingkat stress yang lebih rendah. Demikian pula, tinggal bersama keluarga dan berasal dari etnis Latina juga dikaitkan dengan tingkat stress yang lebih rendah. Sebaliknya depresi ibu secara signifikan memprediksi tingkat stress pengasuhan yang lebih tinggi, baik dalam jangka pendek maupun jangka Panjang. Ibu yang mengalami depresi memiliki kecenderungan untuk mempertahankan stress yang tinggi bahkan hingga satu tahun pasca persalinan.<sup>27</sup>

Meskipun penellitian Cindi Y. Hung berfokus pada stress pengasuhan pada ibu remaja penelitian Huang menitikberatkan pada ibu remaja dari kelompok minoritas etnis, seperti Latina, dan membandingkannya dengan kelompok mayoritas kulit putih. Penelitiannya memperhatikan bagaimana latar

---

<sup>26</sup> Danming An dkk., “Parenting Stress and Attachment Insecurity in Young Adulthood: A Social Relations Model,” *Journal of Marriage and Family* 85, no. 2 (2023): 556–79, <https://doi.org/10.1111/jomf.12893>.

<sup>27</sup> Cindy Y. Huang dkk., “Parenting Stress, Social Support, and Depression for Ethnic Minority Adolescent Mothers: Impact on Child Development,” *Journal of Child and Family Studies* 23, no. 2 (2014): 255–62, <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9807-1>.

belakang etnis dan budaya dapat memengaruhi tingkat stres pengasuhan dan hasilnya pada hubungan ibu-anak. Sebaliknya, penelitian yang saya lakukan tidak membedakan subjek berdasarkan latar belakang etnis, melainkan memusatkan perhatian pada ibu remaja secara umum, tanpa memerinci pengaruh faktor budaya atau rasial.

Kaye, dalam penelitiannya menjelaskan tentang stress pengasuhan anak merupakan tantangan signifikan bagi ibu remaja, karena dipengaruhi beberapa faktor yang saling berkaitan, stress pengasuhan yang dialami oleh ibu remaja dapat menyebabkan perilaku negatif serta pengasuhan yang kurang efektif, hal ini meningkatkan resiko terhadap kesejahteraan ibu maupun anak dan cara mereka memahami fenomena sosial dapat membentuk pengalaman serta mekanisme penanggulangan stres, yang pada akhirnya memengaruhi tingkat stres yang mereka alami.<sup>28</sup>

Penelitian Kaye menekankan pada konteks sosial dan budaya di Uganda, di mana faktor norma sosial dan ekspektasi budaya sangat memengaruhi cara ibu remaja menghadapi stres pengasuhan. Sementara itu, penelitian yang saya lakukan lebih berfokus pada aspek psikologis atau faktor individu lainnya dalam menghadapi stres, dengan penekanan pada dampak jangka panjang terhadap perkembangan emosional anak dan hubungan ibu-anak. Selain itu, penelitian Kaye mengeksplorasi pengaruh pemahaman ibu remaja terhadap fenomena

---

<sup>28</sup> Dan K Kaye, “Negotiating the Transition from Adolescence to Motherhood: Coping with Prenatal and Parenting Stress in Teenage Mothers in Mulago Hospital, Uganda,” *BMC Public Health* 8, no. 1 (2008): 83, <https://doi.org/10.1186/1471-2458-8-83>.

sosial dan mekanisme coping yang mereka gunakan dapat memengaruhi tingkat stres yang dialami

## **E. Kerangka Teoritis**

### 1. Teori P-C-R

Teori ini menjelaskan tekanan psikologis yang dirasakan orang tua dalam menjalankan peran pengasuhan. Stres dapat terjadi ketika tuntutan pengasuhan melebihi sumber daya atau kapasitas yang dimiliki oleh orang tua, baik secara emosional, fisik, sosial, maupun ekonomi. P-C-R (*Parent–Child–Relationship*) menjelaskan bahwa stres pengasuhan timbul dari tiga komponen utama. Pertama, aspek orang tua (P), yaitu faktor-faktor yang berasal dari diri orang tua sendiri; kedua, aspek anak (C), yaitu faktor yang muncul dari karakteristik anak; dan ketiga, aspek hubungan orang tua–anak (R), yaitu tekanan yang muncul dari dinamika interaksi antara keduanya. Pendekatan ini menekankan bahwa stres pengasuhan dipengaruhi secara bersamaan oleh kondisi orang tua, karakteristik anak, serta kualitas hubungan di antara keduanya, yang pada akhirnya dapat memicu munculnya masalah dalam praktik pengasuhan maupun menghambat perkembangan anak. Pada dimensi orang tua, terdapat sejumlah karakteristik yang dapat meningkatkan risiko stres pengasuhan, seperti kecenderungan mengalami gejala depresi, kualitas kelekatan dengan anak yang kurang baik, pola asuh yang kaku, perasaan tidak kompeten sebagai pengasuh, isolasi sosial, relasi pernikahan yang kurang harmonis, serta kondisi kesehatan yang menurun. Sementara itu,

dari sisi anak, stres pengasuhan dapat dipicu oleh anak yang memiliki kemampuan adaptasi rendah, tidak mudah menerima arahan dari orang tua, sering menuntut atau merepotkan, memiliki suasana hati yang kurang stabil, atau menunjukkan perilaku yang sulit diatur. Adapun pada dimensi hubungan orang tua-anak, tingkat konflik yang muncul selama interaksi menjadi salah satu pemicu utama stres pengasuhan. Keseluruhan aspek ini saling berkaitan dan dapat memperburuk tekanan yang dirasakan orang tua dalam menjalankan perannya, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kesejahteraan anak dan efektivitas pengasuhan.<sup>29</sup>

Ketiga aspek tersebut pada akhirnya dapat berdampak pada penurunan kualitas serta efektivitas perilaku pengasuhan. Beberapa gejala yang muncul, antara lain berkurangnya ekspresi kehangatan dan kasih sayang, penerapan pola disiplin yang lebih keras, perilaku pengasuhan yang semakin tidak konsisten, hingga kecenderungan untuk menarik diri dari peran sebagai pengasuh. Penurunan kualitas pengasuhan ini kemudian berkontribusi terhadap meningkatnya masalah emosional dan perilaku pada anak, seperti perilaku agresif, sikap membangkang, munculnya rasa cemas berlebihan, maupun perasaan sedih yang berkepanjangan. Dengan demikian, pendekatan P-C-R

---

<sup>29</sup> Kirby Deater Deckard, *Parenting Stress (Current Perspectives in Psychology)* (Yale University Press, 2004), 4.

menegaskan adanya hubungan timbal balik atau pengaruh dua arah antara orang tua dan anak dalam dinamika pengasuhan.

Dalam sudut pandang Teori *Daily Hassles* menekankan pentingnya memahami stress pengasuhan dari peristiwa-peristiwa kecil namun berulang, seperti kerepotan dalam menghadapi anak, menjalankan rutinitas rumah tangga, dan menaigasi tuntutan antara pekerjaan dan keluarga. Meskipun peristiwa ini tersebut tampak dilihat seperti sepele, tapi jika dilihat secara terpisah, akumulasinya dapat berdampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis orang tua dan perkembangan anak. Bahkan dalam jangka Panjang, akumulasi *Daily Hassless* dipandang sebagai predictor penting dari munculnya masalah Kesehatan mental pada orang dewasa. Teori *Daily Hassless* tidak bertentang dengan teori PCR, melainkan melengkapinya dengan menjelaskan bentuk stress yang lebih umum, namun berpotensi kronis. Suatu kerepotan hanya dapat dikategorikan sebagai stress pengasuhan jika ia berdampak signifikan secara emosional dan mengancam identitas atau peran sebagai orang tua, dengan kata lain, respon subjektif terhadap peristiwa kecil sangat menentukan apakah kejadian tersebut hanya sekedar menyebalkan atau benar-benar menimbulkan stres yang mendalam.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Deckard, *Parenting Stress (Current Perspectives in Psychology)*.

## 2. Teori Attachment John Bowlby and Mary Ainsworth

Istilah attachment atau kelekatan pertama kali diperkenalkan oleh psikolog asal Inggris, John Bowlby. Kelekatan diartikan sebagai perilaku khas manusia, yakni dorongan alami untuk mencari kedekatan dengan individu lain dan memperoleh rasa aman serta kepuasan emosional dari hubungan tersebut.<sup>31</sup> Bowlby menekankan bahwa ikatan emosional antara anak dan pengasuh utama biasanya orang tuamerupakan fondasi penting bagi perkembangan emosi anak. Lingkungan keluarga yang penuh perhatian dan kasih sayang akan menciptakan rasa aman (secure attachment) yang membantu anak belajar mengenali dan mengelola emosinya. Sebaliknya, hubungan yang tidak stabil dapat memicu gangguan perkembangan emosional.<sup>32</sup> Santrock juga menjelaskan bahwa dalam konteks sehari-hari, kelekatan merujuk pada hubungan antara dua individu yang memiliki keterikatan emosional yang kuat dan berupaya mempertahankan relasi tersebut melalui berbagai interaksi.

Sementara itu, dalam psikologi perkembangan, kelekatan dipahami sebagai bentuk relasi antara individu tertentu dengan figur sosial yang dianggap mewakili ciri khas hubungan yang unik. Selain itu, kelekatan

<sup>31</sup> Cenceng, “Perilaku Kelekatan Pada Anak Usia Dini (Prespektif John Bowlby),” *Lentera* IXX, no. 2 (2015): 143.

<sup>32</sup> Halen Dwistia dkk., “Peran Lingkungan Keluarga dalam Perkembangan Emosional Anak,” *Jurnal Parenting dan Anak* 2, no. 2 (2024): 4–9, <https://doi.org/10.47134/jpa.v2i1.1164>.

juga sering diartikan sebagai ikatan emosional mendalam antara bayi dan pengasuh utamanya.<sup>33</sup>

Kelekatan merupakan hubungan yang dapat bertahan lama sepanjang kehidupan manusia, yang dimulai sejak anak membentuk ikatan dengan ibu atau figur pengganti ibu. Hal ini sejalan dengan pendapat Ainsworth yang menyatakan bahwa kelekatan adalah hubungan emosional yang kuat dan bersifat afektif terhadap individu tertentu yang disebut sebagai figur kelekatan, dan hubungan ini bersifat berkesinambungan.<sup>34</sup> Sementara itu, Papalia dan Old menjelaskan bahwa kelekatan (*attachment*) adalah ikatan emosional yang bersifat langgeng dan timbal balik antara bayi dengan pengasuh utamanya, di mana kedua belah pihak saling memengaruhi kualitas hubungan tersebut.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kelekatan (*attachment*) merupakan ikatan emosional yang kuat, bersifat afektif dan resiprokal, yang terbentuk antara individu, terutama antara bayi dan pengasuhnya dan berlangsung secara berkelanjutan. Istilah ini pertama kali dikemukakan oleh John Bowlby, yang menjelaskan bahwa kelekatan adalah kecenderungan manusia untuk mencari kedekatan dan kenyamanan dalam hubungan dengan figur tertentu, seperti ibu atau pengganti ibu. Kelekatan mencerminkan relasi yang khas dan berperan

<sup>33</sup> Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja)* ( Refika Aditama, 2009).

<sup>34</sup> Penny Cahyani, Asmadi Alsa, Avin Fadila Helmi, “Gaya Kelekatan dan Kemarahan,” *Jurnal Psikologi*, no. 2 (1999): 11.

penting dalam perkembangan sosial dan emosional sepanjang rentang kehidupan.<sup>35</sup>

Ada empat jenis pola (Attachment) kelekatan yaitu, gaya kelekatan *aman* (Secure Attachment) *menghindar* (Avoidant Attachment), kelekatan yang bersifat preokupasi (ambivalent) dan *cemas* (Anxious Attachment). Ainsworth membuktikan bahwa setiap gaya kelekatan yang dimiliki individu dapat mempengaruhi kemampuan berhubungan dengan orang lain.

1. Secure Attachment: kelekatan aman merupakan pola hubungan yang terbentuk melalui interaksi positif antara anak dan orang tua.

Dalam pola ini, anak memiliki keyakinan dan rasa percaya bahwa ibunya sebagai figur utama pengasuhan selalu siap mendampingi, menunjukkan kepekaan dan respons yang penuh kasih sayang, serta memberikan rasa aman dan perlindungan ketika anak menghadapi situasi yang menakutkan atau mengancam. Anak yang tumbuh dengan pola kelekatan seperti ini meyakini bahwa orang tua selalu hadir dan dapat diandalkan. Bowlby menjelaskan bahwa ibu yang peka dan tanggap terhadap kebutuhan anak akan membantu terciptanya kelekatan yang aman. Individu dengan kecenderungan gaya kelekatan aman merasa nyaman dalam

---

<sup>35</sup> Mario Mikulincer dan Phillip R. Shaver, “Attachment Theory as a Framework for Studying Relationship Dynamics and Functioning,” dalam *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 2 ed., ed. oleh Anita L. Vangelisti dan Daniel Perlman (Cambridge University Press, 2018), 175, <https://doi.org/10.1017/9781316417867.015>.

menjalin kedekatan emosional, tidak hanya mampu menyandarkan diri kepada orang lain, tetapi juga tidak merasa terganggu ketika orang lain bersandar kepada mereka. Rasa aman ini membuka peluang untuk membangun hubungan yang didasari kepercayaan dan saling mendukung. Ciri khas dari individu dengan kelekatan aman adalah memiliki model mental positif terhadap diri sendiri memandang dirinya sebagai pribadi yang layak dicintai, bernilai, dan termotivasi secara internal serta model mental positif terhadap orang lain, yang dilihat sebagai sosok yang ramah, dapat dipercaya, responsif, dan penuh kasih sayang. Model mental yang sehat ini mendukung perkembangan kompetensi sosial, memudahkan dalam membangun hubungan romantis yang didasari rasa saling percaya, serta mendorong terbentuknya relasi interpersonal yang positif dan sehat, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain.<sup>36</sup>

2. Avoidant Attachment: Individu dengan gaya kelakatan menghindar umumnya memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain. Karena mereka memandang dirinya sebagai individu yang harus bersikap waspada, skeptis, dan sukar mempercayai orang lain. Mereka juga cenderung memandang orang lain sebagai sosok yang tidak konsisten dan tidak dapat diandalkan.<sup>37</sup> Serta model mental sosial mereka dicirikan oleh

---

<sup>36</sup> Avin Fadilla Helmi, "Gaya Kelekatan Dan Konsep Diri," *Jurnal Psikologi*, no. 1 (1999): 11.

<sup>37</sup> Cahyani, Alsa, Heimi "Gaya Kelekatan Dan Kemarahan," *Jurnal Psikologi*, 1999.,

ketidaknyamanan terhadap keintiman, ketidakpercayaan, pada kesediaan orang lain untuk hadir secara emosional, serta adanya rasa takut terhadap kemungkinan ditinggalkan, akibatnya hubungan romantis yang mereka jalani sering kali diwarnai oleh ketidakpercayaan dan jarak emosional.<sup>38</sup> Dan dampaknya terhadap pengasuh yaitu, orang tua dan anak saling menjaga jarak satu sama lain, dimana hal ini memperkecil pengaruh orang tua.<sup>39</sup>

3. Anxious Attachment: Sedangkan individu dengan gaya kelekatan cemas memiliki karakteristik model mental yang negatif terhadap diri sendiri dan orang lain. Mereka cenderung merasa kurang diperhatikan tidak percaya diri, dan memandang diri sebagai pribadi yang tidak berharga. Selain itu mereka melihat orang lain sebagai sosok yang memiliki komitmen rendah dalam hubungan interpersonal, sulit dipercaya, dan tidak konsisten dalam memberikan dukungan emosional.<sup>40</sup> Collins dan Read mengatakan bahwa, individu dengan gaya kelakatan cemas juga menunjukkan ciri kurang asertif merasa tidak dicintai, serta enggan membantu orang lain. Dalam konteks hubungan romantis, mereka seringkali meragukan pasangan dan merasa tidak nyaman dalam kedekatan emosional.<sup>41</sup>

<sup>38</sup> Helmi, “Gaya Kelekatan Dan Konsep Diri”.

<sup>39</sup> John W. Santrock, *Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2007), 26.

<sup>40</sup> Cahyani dkk., “Gaya Kelekatan Dan Kemarahan,” 67.

<sup>41</sup> Helmi, “Gaya Kelekatan Dan Konsep Diri,” 11.

4. **Ambivalent:** kategori individu yang tidak aman di mana remaja terpaku pada pengalaman kelekatan. Kategori ini terutama muncul karena ketidakkonsistenan kehadiran orang tua. Hal ini dapat mengakibatkan taraf yang tinggi dalam perilaku mencari kelekatan, berbaur dengan perasaan marah. Konflik antara orang tua dan anak dapat sangat tinggi sehingga menganggu Kesehatan perkembangan.

### 3. Teori Perkembangan Bowlby

Menurut Bowlby, ikatan emosional yang terjalin antara anak dan pengasuh utama (biasanya ibu) pada awal kehidupan sangat fundamental bagi perkembangan emosional, sosial, dan psikologis anak. Bowlby menekankan bahwa keamanan emosional terbentuk melalui kelekatan yang konsisten, responsif, dan penuh kasih, yang akan memengaruhi bagaimana anak mengelola stres dan emosi, membangun hubungan sosial, mengembangkan rasa percaya diri dan kemandirian.

Adapun fase perkembangan yang dijelaskan oleh Bowlby yaitu, fase merupakan tahapan yang dialami seseorang dari waktu ke waktu dan mengalami perubahan serta perkembangan seiring berjalannya masa.

#### 1. Fase 1: (0-3 bulan): Gestur Sosial dengan Selektivitas Terbatas

Pada beberapa hari pertama setelah lahir, bayi sudah mampu membedakan orang-orang di sekitarnya. Bayi lebih responsif

terhadap suara, bau, dan wajah ibu dibandingkan dengan orang lain. Namun, dalam tiga bulan pertama, bayi menunjukkan selektivitas yang masih terbatas, artinya mereka cenderung merespons semua orang dengan cara yang sama. Kedekatan pada masa ini biasanya dipertahankan melalui penggendongan. Bayi dilengkapi dengan dua refleks dasar terkait penggendongan, yaitu refleks menggenggam, di mana tangan bayi akan menutup secara otomatis saat telapak tangannya disentuh, dan refleks Moro, yaitu respons kaget yang muncul saat bayi mendengar suara keras atau merasa kehilangan dukungan tiba-tiba.

## 2. Fase 2: (3-6 bulan) Fokus Pada Orang Yang di Kenal

Memasuki usia tiga bulan, terjadi perubahan pada respons sosial bayi. Bowlby menyatakan bahwa bayi mulai menunjukkan respons yang lebih selektif secara sosial. Pada rentang usia ini, bayi mulai membatasi senyumannya hanya kepada orang-orang yang sudah dikenalnya. Ketika berhadapan dengan orang asing, bayi cenderung hanya menatap tanpa menunjukkan respons yang sama seperti kepada orang yang familiar. Bayi biasanya mulai lebih menyukai dua atau tiga orang, dan salah satu sosok biasanya ibu menjadi fokus utama keterikatannya. Bayi mengembangkan keterikatan yang kuat dengan orang yang paling responsif dan

memberikan pengalaman interaksi yang menyenangkan bagi mereka.

### 3. Fase 3: (6 bulan sampai 3 tahun) Kelekatan Intens dan Pencarian Kedekatan Aktif.

Pada usia sekitar enam bulan, keterikatan bayi terhadap sosok tertentu semakin kuat dan eksklusif. Bayi mulai menunjukkan kecemasan saat orang tua, terutama ibu, meninggalkan ruangan, yang dikenal sebagai kecemasan perpisahan. Eksklusivitas ini juga terlihat ketika bayi mulai menunjukkan ketakutan terhadap orang asing sekitar usia 7–8 bulan. Reaksi terhadap orang asing ini dapat bervariasi, mulai dari kewaspadaan ringan hingga tangisan, terutama jika bayi berada dalam kondisi tidak nyaman atau di lingkungan yang asing.

### 4. Fase 4 (3 Tahun Hingga Akhir Masa Kanak-Kanak) Perilaku Kemitraan

Sebelum usia 2-3 tahun anak lebih fokus pada kebutuhan pribadi untuk menjaga kedekatan dengan pengasuh tanpa mempertimbangkan rencana atau tujuan pengasuh. Namun, sekitar usia dua tahun, anak mulai menunjukkan kesadaran terhadap rencana pengasuh, seperti mengikuti orang tua yang akan pergi ke suatu tempat. Ketika memasuki usia tiga tahun, anak sudah mampu memahami rencana tersebut dan membayangkan perilaku orang tua saat mereka pergi, sehingga anak menjadi lebih mampu

melepaskan dan menerima perpisahan. Pada tahap ini, anak mulai berperilaku lebih seperti mitra dalam hubungan dengan orang tua, meskipun masih ada batas toleransi terhadap perpisahan fisik, karena kebutuhan akan perhatian orang tua tetap tinggi.

Bayi dalam mengekspresikan emosinya dilakukan dengan beberapa cara yaitu, dengan menangis, tersenyum dan tertawa. Dengan menangis menunjukkan bahwa bayi merasa tidak nyaman dan satu-satunya cara untuk mengkomunikasikan kebutuhan mereka. Terdapat empat macam tangisan pada bayi yaitu, tangisan lapar (*hunger cry*), (tangisan marah (*angry cry*), tangisan sakit (*pain cry*), dan tangis frustasi (*frustration cry*)). Respon pengasuh terhadap tangisan bayi berbeda-beda, bisa cepat atau lambat. Namun respon pengasuh yang cepat akan lebih membantu anak untuk segera lebih tenang dan dapat membantu bayi dalam mengatur kondisi emosionalnya.

Tersenyum dan tertawa juga salah satu ekspresi emosi bayi. Bayi mulai tersenyum sejak lahir, bayi sebelum tiga bulan sering senyum tanpa maksud seperti saat sedang tertidur di kondisi *Rapid Eye Movement* (REM) sebagai hasil dari aktivitas sistem syarat subkortikal. Minggu awal bayi akan senyum sadar (*waking smile*) saat bayi disentuh dengan lembut kulit tubuhnya, minggu kedua bayi dapat tersenyum saat mengantuk setelah menyusu. Minggu ketiga, bayi senyum saat mereka terbangun dan memperhatikan suara serta

anggukan pengasuh. bulan kedua bayi mulai tersenyum karena rangsangan visual seperti wajah yang mereka kenali. Bulan keempat bayi tersenyum saat perutnya di cium, bulan keenam bayi akan tertawa terbahak-bahak bila melihat ibunya sedang menggendongnya atau mendengar suara lucu yang dibuat oleh ibunya. Tersenyum dan tertawa dapat membantu bayi mengendurkan ketegangan seperti rasa takut pada suatu benda.

## **F. Metode Penelitian**

### 1) Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan metode fenomenologi. Pemilihan metode ini bertujuan untuk membantu menjawab pertanyaan-pertanyaan yang telah dirumuskan dalam rumusan masalah. Penelitian fenomenologi termasuk ke dalam kategori penelitian lapangan (*field research*) dan merupakan bagian dari pendekatan penelitian kualitatif. Secara mendasar, fenomenologi mengajak peneliti untuk berinteraksi langsung dan belajar lebih dalam dari suatu fenomena, sehingga dapat memahami makna realitas beserta esensi yang terkandung di dalamnya. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya menggali dan mengungkap makna pengalaman individu, sebab makna terhadap suatu pengalaman sangat dipengaruhi oleh bagaimana seseorang berelasi dengan peristiwa atau objek tersebut.<sup>42</sup>

### 2) Sumber Data

---

<sup>42</sup> Edgar, Andrew dan Peter Sedgwick, “Key Concept In Cultural Theory: London and New York” (Routledge 1999)

Dalam penelitian ilmiah, data dibedakan menjadi dua jenis, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung oleh peneliti melalui wawancara dan observasi terhadap informan yang telah memenuhi kriteria tertentu. Dalam penelitian ini, informan primer adalah ibu usia remaja yang mengalami stres dalam pengasuhan, dengan rentang usia antara 14 hingga 19 tahun, dan telah memiliki anak yang diasuh secara langsung. Informan dipilih secara purposif, dengan mempertimbangkan pengalaman subjektif mereka dalam menghadapi tekanan psikologis selama menjalani peran sebagai orang tua di usia muda. Sesuai dengan pendekatan kualitatif, sumber data utama dalam penelitian ini berupa narasi, kata-kata, dan tindakan dari informan, serta didukung oleh data tambahan seperti catatan observasi, foto, dan dokumen pribadi yang relevan.<sup>43</sup>

Adapun data sekunder diperoleh melalui studi literatur, yaitu dengan menelaah buku-buku ilmiah, jurnal penelitian, tesis, serta dokumen pendukung lainnya yang berkaitan dengan tema stres pengasuhan, pola kelekatan anak, dan peran ibu usia remaja.

### 3) Teknik Pengumpulan Data

Dalam suatu penelitian, teknik pengumpulan data memegang peranan penting karena menjadi fondasi utama dalam penyusunan karya ilmiah. Teknik ini berfungsi sebagai panduan untuk menelusuri, menggali, serta memperoleh berbagai sumber dan jenis data yang ditemukan selama proses penelitian di

---

<sup>43</sup> Lexy J Maleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung; 2012), 112. (Remaja Rosda Karya, 2012), 112.

lapangan. Data yang terkumpul kemudian diklasifikasikan dan disesuaikan dengan fokus objek kajian. Pada penelitian lapangan ini, teknik pengumpulan data yang digunakan mencakup beberapa metode, sebagaimana dijelaskan dalam poin-poin berikut.

a. Observasi

Observasi merupakan salah satu metode dalam pendekatan penelitian kualitatif yang dilakukan dengan cara mengamati secara langsung berbagai gejala atau perilaku yang muncul pada informan. Dalam konteks penelitian ini, observasi dilakukan secara sistematis di lapangan untuk mengamati secara langsung dinamika pengasuhan oleh ibu usia remaja, termasuk respons emosional, interaksi ibu-anak, serta kondisi lingkungan fisik dan sosial tempat mereka tinggal. Tujuan dari observasi ini adalah untuk memperoleh data faktual mengenai bagaimana stres pengasuhan muncul dalam keseharian para informan, serta dampaknya terhadap pola asuh dan perkembangan emosional anak.

Temuan dari pengamatan ini kemudian digunakan sebagai bahan penyusunan narasi deskriptif dalam analisis penelitian.

b. Wawancara

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengumpulan data secara langsung dengan mengunjungi rumah-rumah para informan yang berada di Kabupaten Polewali Mandar. Teknik yang digunakan adalah wawancara, yaitu metode pengumpulan data melalui proses tanya jawab

antara peneliti (pewawancara) dan informan sebagai sumber informasi.

Wawancara dilakukan dengan memberikan sejumlah pertanyaan kepada individu yang memiliki pengalaman dan pemahaman terkait objek penelitian,<sup>44</sup> yakni ibu usia remaja yang mengalami stres dalam pengasuhan. Tujuan dari teknik ini adalah untuk memperoleh data yang mendalam, akurat, dan relevan dengan fokus penelitian, sehingga dapat memberikan gambaran yang utuh mengenai fenomena yang dikaji.

### c. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian merupakan individu, benda, atau tempat yang dijadikan sumber utama dalam pengumpulan data, yang berkaitan langsung dengan variabel-variabel yang diteliti serta menjadi bagian dari fokus permasalahan dalam penelitian.<sup>45</sup> Sedangkan Objek penelitian adalah fokus utama atau fenomena yang dikaji dalam penelitian. Objek bisa berupa gejala, konsep, variabel, masalah, atau hubungan antar-variabel yang ingin dianalisis dan dijelaskan oleh peneliti.<sup>46</sup>

Subjeknya yaitu ibu usia remaja yang memiliki anak di usia 14-19 tahun dan menjadi informan, yang berdomisili di Kabupaten Polewali Mandar. Para ibu remaja ini dipilih sebagai informan, karena mereka mengalami langsung proses pengasuhan anak di usia yang tergolong belum matang secara psikologis, sosial, dan ekonomi. Keberadaan

---

<sup>44</sup> Maleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*”,186.

<sup>45</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Rineka Cipta, 2013).

<sup>46</sup> Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.

mereka menjadi sumber utama dalam menggambarkan dinamika stres pengasuhan serta dampaknya terhadap perkembangan emosional anak-anak mereka.

Objek dalam penelitian ini adalah stres pengasuhan yang dialami oleh ibu usia remaja serta dampaknya terhadap perkembangan emosional anak yang diasuh oleh mereka. Fokus objek penelitian ini mencakup berbagai bentuk tekanan yang dihadapi ibu muda dalam menjalankan peran sebagai pengasuh utama, termasuk tekanan ekonomi, kelelahan fisik dan mental, ketidakhadiran pasangan, serta rendahnya kesiapan psikologis.

Selain itu, objek penelitian juga meliputi bagaimana bentuk stres tersebut memengaruhi cara ibu berinteraksi dengan anak, membentuk pola kelekatan, serta berdampak terhadap regulasi emosi, kemampuan sosial, dan kondisi psikologis anak secara umum.

## G. Sistematika Penulisan

Tesis ini disusun secara sistematis dan saling terkait, terdiri dari lima bab dengan sub-bab pada setiap babnya. **Bab pertama yaitu**, berisi tentang proposal tesis “Stres Pengasuhan Ibu Usia Remaja, Pola Kelekatan dan Perkembangan Emosional Anak” yang telah di presentasikan sebelumnya kemudian Adapun isi dari proposal tesis ini merupakan uraian latar belakang mengenai pentingnya pola kelekatan dalam perkembangan sosial dan emosional anak, serta dampak stres pengasuhan yang dialami oleh ibu usia remaja. Penjelasan tentang stres pengasuhan, yang melibatkan tekanan psikologis akibat tantangan pengasuhan,

akan dijelaskan dalam konteks ibu yang menikah pada usia remaja, yang sering kali menghadapi berbagai tantangan emosional, sosial, dan ekonomi. Kemudian rumusan masalah akan dipaparkan, diikuti dengan tujuan penelitian dan kegunaan penelitian, kerangka teori, metode penelitian atau pengumpulan data dan yang terakhir sistematika pemabahasan.

**Bab kedua**, peneliti akan menjelaskan mengenai konsep parenting stress atau stres pengasuhan dengan mengacu pada dua pendekatan utama, yaitu pendekatan Parent-Child Relationship (P-C-R) dan pendekatan Daily Hassles. Kedua pendekatan ini saling berkaitan dan menjadi kerangka acuan penting dalam memahami faktor-faktor yang memicu stres pengasuhan pada ibu usia remaja.

**Bab ketiga**, pola kelekatan yang terbentuk antara ibu usia remaja dan anak, faktor-faktor penyebabnya, serta dampak pola kelekatan tidak aman terhadap anak. Selain itu, bab ini juga menjelaskan hubungan erat antara stres pengasuhan dengan munculnya pola kelekatan tersebut.

**Bab keempat**, Bab ini menyajikan hasil penelitian lapangan secara deskriptif dan analitis. Penjelasan meliputi gambaran perkembangan emosional anak yang diasuh oleh ibu usia remaja yang mengalami stres pengasuhan, karakteristik emosi anak, serta pengaruh lingkungan dan pola kelekatan terhadap stabilitas emosi mereka. Analisis dilakukan dengan mengaitkan temuan lapangan dengan teori yang relevan.

Terakhir, pada **Bab kelima** simpulan dari penelitian ini akan disajikan, merangkum temuan utama mengenai dampak stres pengasuhan pada ibu usia remaja terhadap pola kelekatan anak dan perkembangan emosional mereka. Saran untuk intervensi dan kebijakan publik yang dapat mendukung ibu remaja dalam menjalani peran mereka sebagai orang tua akan diberikan.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ibu usia remaja mengalami beban stres pengasuhan yang berat, yang dipicu oleh ketidaksiapan psikologis, kelelahan fisik, kurangnya dukungan pasangan, dan tekanan dalam hubungan pernikahan. Stres ini berdampak langsung pada pola kelekatan ibu-anak, dengan mayoritas anak mengalami kelekatan tidak aman (insecure attachment), baik dalam bentuk ambivalen maupun menghindar. Akibatnya, anak-anak menunjukkan berbagai masalah emosional seperti kecemasan, ledakan emosi, dan kesulitan membangun hubungan sosial. Dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar terbukti berperan penting dalam meredam stres pengasuhan dan membentuk hubungan ibu dan anak yang lebih sehat.

#### **B. Saran**

##### **1. Peningkatan Akses Pendidikan dan Literasi Kesehatan Reproduksi**

Salah satu langkah strategis yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya pernikahan usia remaja adalah, mengintegrasikan pendidikan seksualitas yang komprehensif dan relevan bagi remaja di sekolah dan komunitas, serta memperluas akses informasi mengenai dampak negatif pernikahan remaja terhadap kesehatan fisik, mental, dan ekonomi.

##### **2. Edukasi dan Kesadaran Masyarakat**

Mengadakan sosialisasi di tingkat komunitas mengenai bahaya pernikahan remaja, serta pentingnya kesiapan menikah dan pentingnya pengasuhan yang responsive dan penuh kasih sayang.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Melakukan penelitian longitudinal untuk melacak perkembangan anak-anak dari ibu remaja dalam jangka panjang, guna mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak pola kelektakan tidak aman.
- b. Mengeksplorasi peran figur pengasuh lain (selain ibu) seperti ayah, nenek, atau kakek, dalam memediasi dampak negatif stres pengasuhan pada ibu remaja.
- c. Memperluas cakupan penelitian ke wilayah lain di Indonesia untuk memahami variasi faktor budaya dan sosial yang memengaruhi stres pengasuhan dan pola kelektakan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agnafors, Sara, Marie Bladh, Carl Göran Svedin, dan Gunilla Sydsjö. "Mental Health in Young Mothers, Single Mothers and Their Children." *BMC Psychiatry* 19, no. 1 (2019): 112. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2082-y>.
- An, Danming, Justin Jager, Diane L. Putnick, dan Marc H. Bornstein. "Parenting Stress and Attachment Insecurity in Young Adulthood: A Social Relations Model." *Journal of Marriage and Family* 85, no. 2 (2023): 556–79. <https://doi.org/10.1111/jomf.12893>.
- Andhini Ardhiya. "Hubungan Antara Parenting Stres Dengan Perilaku Kekerasan Pada Anak Dan Regulasi Emosi sebagai Moderator Di Susun Niten, Karang Tengah Nogotirto Gamping." Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta., 2023.
- Anisa Sabilah Syafa'atullah. "Hubungan Antara Kelekatan Dengan Stres Pengasuhan Yang Dimediasi Dukungan Sosial Pada Ibu Dengan Anak Autisme Spectrum Disorder." Unissula, 2025.
- Anisah, Ani Siti. "Gangguan Perilaku Pada Anak Dan Implikasinya Terhadap Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar." *Elektronik* 1, no. 2 (t.t.): 2015. <https://dx.doi.org/10.30870/jpsd.v1i2.689>.
- Bretherton, Inge. "The Origins Of Attachment Theory: John Bowlby And Mary Ainsworth." *Developmental Psychology*, 1992.
- Cahyani, Penny, Asmadi Alsa, dan Avin Fadilia Heimi. "Gaya Kelekatan Dan Kemarahan." *Jurnal Psikologi*, 1999, 66.
- Cenceng. "Perilaku Kelekatan Pada Anak Usia Dini (Prespektif John Bowlby)." *Lentera IXX*, no. 2 (2015): 143.
- Conger, Rand D., Katherine J. Conger, dan Monica J. Martin. "Socioeconomic Status, Family Processes, and Individual Development." *Journal of Marriage and Family* 72, no. 3 (2010): 685–704. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00725.x>.
- Conny Semiawan. *Prespektif Pendidikan Anak Berbakat*. Grasindo, 1997.
- Diana Baumrind. "The Influence Of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use." *Of Early Adolescence* 11, no. 1 (1991): 56–95.
- Dwistia, Halen, Silva Sindika, Haniefah Iqtianti, dan Danur Ningsih. "Peran Lingkungan Keluarga dalam Perkembangan Emosional Anak." *Jurnal Parenting dan Anak* 2, no. 2 (2024): 9. <https://doi.org/10.47134/jpa.v2i1.1164>.

- Elena Delgado, Cristina Serna, Isabel Martinez. "Parental Attachment and Peer Relationships in Adolescence: A Systematic Review." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 3 (2022): 1064. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031064>.
- Elizabeth B. Hurlock. *Perkembangan Anak*. Jilid 1. Erlangga, 1991.
- Fitriani, Yulia, Fathana Gina, dan Timorora Sandha Perdhana. "Gambaran Parenting Stress Pada Ibu ditinjau dari Status Pekerjaan dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan." *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (2021): 98. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i2.5697>.
- Harianto, Litasya Febe, dan Ellen Theresia. "Pengasuhan Penuh Perhatian dan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua dengan Anak Usia 2-6 Tahun." *Jurnal Psikologi* 15, no. 2 (2022): 229–41. <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i2.5382>.
- Hasiana, Isabella dan Aisyah. "Gambaran Parenting Stres Pada Ibu yang Menikah di Usia Muda terhadap Perilaku Kekerasan pada Anak Usia Dini." *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* 6, no. 1 (2024): 123–29. <https://doi.org/10.35473/ijec.v6i1.2766>.
- Helmi, Avin Fadilla. "Gaya Kelekatan Dan Konsep Diri." *Jurnal Psikologi*, no. 1 (1999): 11.
- Hendriati Agustiani. *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja)*. PT Refika Aditama, 2009.
- Hirmah, Ni'ami Kamila, Fhara Anggi Nuraeni, Zulfa Salma Octavia, dan Amalia Safitri. "Dampak Peran Ayah Yang Hilang." *Fokus Konseling* 11, no. 1 (2025). <https://doi.org/DOI: https://doi.org/10.52657/jfk.v1i1.2652>.
- Huang, Cindy Y., Jessica Costeines, Joy S. Kaufman, dan Carmen Ayala. "Parenting Stress, Social Support, and Depression for Ethnic Minority Adolescent Mothers: Impact on Child Development." *Journal of Child and Family Studies* 23, no. 2 (2014): 255–62. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9807-1>.
- Ierardi, Elena, Alessandro Albizzati, Margherita Moioli, dan Cristina Riva Crugnola. "Psychopathological and Psychosocial Risk Profile, Styles of Interaction and Mentalization of Adolescent and Young Mother–Infant Dyads." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 8 (2022): 4737. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084737>.
- Imellia, Dista Helfa, Disma Agnia Putri Mardaniarti, dan Dea Anggriani. *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Kesehatan Mental Anak*. 8, no. 1 (2025).
- Iriani Indri Hapsari. *Psikologi Perkembangan Anak*. PT Indeks Permata Putri Media, 2017.

- John W. Santrock. *Remaja*. Erlangga, 2007.
- Kanner, Allen D., James C. Coyne, Catherine Schaefer, dan Richard S. Lazarus. “Comparison of Two Modes of Stress Measurement: Daily Hassles and Uplifts versus Major Life Events.” *Journal of Behavioral Medicine* 4, no. 1 (1981): 1–39. <https://doi.org/10.1007/BF00844845>.
- Kaye, Dan K. “Negotiating the Transition from Adolescence to Motherhood: Coping with Prenatal and Parenting Stress in Teenage Mothers in Mulago Hospital, Uganda.” *BMC Public Health* 8, no. 1 (2008): 83. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-8-83>.
- Khadija, Armanila. *Permasalahan Anak Usia Dini*. Perdana Publishing, 2017.
- Kirby Deater Deckard. *Parenting Stress(Current Perspectives in Psychology)*. Yale University Press, 2004.
- Kirby Deater Deckard. *Parenting Stress(Current Perspectives in Psychology)*. Yale University Press, 2004.
- Lexy J Maleong. , *Metodologi Penelitian Kualitatif*”, ( Bandung; 2012), 112. PT Remaja Rosda Karya, 2012.
- Mayozi Azura, Maudi Nanda Fitri, Cindi Aprinita,Maya Riska Ardita. “Peran Ayah Dalam Perkembangan Emosional Anak.” 8 (Desember 2024): 78.
- Mikulincer, Mario, dan Phillip R. Shaver. “Attachment Theory as a Framework for Studying Relationship Dynamics and Functioning.” Dalam *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 2 ed., disunting oleh Anita L. Vangelisti dan Daniel Perlman. Cambridge University Press, 2018. <https://doi.org/10.1017/9781316417867.015>.
- Nova Rinci Astuti. “Mengenali Berbagai Jenis Pola Asuh Dan Dampaknya Terhadap Perkembangan Anak.” Webinar. 2024. <https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=3.Dampak+Stres+Pengasuhan+Terhadap+Pola+Asuh&mid=6DB5EB90EB6C006D38356DB5EB90EB6C006D3835&FORM=VIRE>.
- Nurul Chairini. “Faktor-Faktor Yang berhubungan dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu dengan Anak Usia Pra Sekolah di Posyandu Kemiri Muka.” Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013.
- Olaofe, Abayomi Israel, dan Habibat Princess Odumosu. “Attachment Theory: The Mother’s Influences Across The Child’s Lifespan.” *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan* 23, no. 2 (2023): 174–81. <https://doi.org/10.24036/pedagogi.v23i2.1583>.
- Penny Cahyani, Asmadi Alsa, Avin Fadila Helmi. “Gaya Kelekatan dan Kemarahan.” *Jurnal Psikologi*, no. 2 (1999): 65–77.

- Popy Puspita Sari, Sumardi, sima Mulyadi. "Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini." *Jurnal Paud Agapedia* 4, no. 1 (2020): 157–70. <https://doi.org/10.17509/jpa.v4i1.27206>.
- Popy Puspita Sari, Sumardi, sima Mulyadi. "Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini." *Jurnal Pauda Agapedia* 4, no. 1 (2020): 157–70.
- Rahma, Syifa Aulia, Audrie Pingkan Putri Ikhsan, dan Diandra Yemima. "Dampak Pengabaian Orang Tua Terhadap Regulasi Emosi Anak." *Jurnal Psikologi* 1, no. 4 (2024): 18. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2649>.
- Rahmi, Rifa, dan Riski Novera Yenita. *Pola Asuh Anak antara Ibu yang Menikah Usia Dini dengan Ibu yang Menikah Usia Dewasa di Wilayah Kerja Puskesmas Tapung Hilir 2 Kabupaten Kampar*. 3, no. 1 (2018).
- Ramadani, Sufi, Sri Rahayu Putri Z, Caers Yves, dan Ming Chiao Tung. "The Impact of Separation Anxiety Disorientation on Children's Social Interaction." *Darussalam: Journal of Psychology and Educational* 1, no. 2 (2022): 40–48. <https://doi.org/10.55849/djpe.v1i2.20>.
- Ríos, Mercedes, Sara Zekri, Yurena Alonso-Esteban, dan Esperanza Navarro-Pardo. "Parental Stress Assessment with the Parenting Stress Index (PSI): A Systematic Review of Its Psychometric Properties." *Children* 9, no. 11 (2022): 1649. <https://doi.org/10.3390/children9111649>.
- Siti Soraya, Andri Putri. "Hubungan Gaya Pengasuhan dan Pola Asuh Makan Dengan Picky eatingpada Balita Usia 2-5 Tahun." *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat(The Public Health Science Journal)* 14, no. 2 (2025): 95. <https://doi.org/10.33221/jikm.v14i02.3731>.
- Smith, Melinda. *Attachment Issues in Children: Causes, Symptoms, Treatment*. 2024.
- Sri Lestari. *Psikologi Keluarga (Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga)*. Pertama. Kencana, 2012.
- Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, 2013.
- Syalis, Elprida Riyanny, dan Nunung Nurwati Nurwati. "Analisis Dampak Pernikahan Dini Terhadap Psikologis Remaja." *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 3, no. 1 (2020): 29. <https://doi.org/10.24198/focus.v3i1.28192>.
- Syifa Rahmatillah. *Fenomena Fatherless: Dampaknya dan Tantangan Sosial di Indonesia*. Giotimes, 2024. <https://geotimes.id/opini/fenomena-fatherless-dampaknya-dan-tantangan-sosial-di-indonesia/>.
- "The State of the World's Children 2017 | UNICEF." 6 Desember 2017. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2017>.

- Tirgari, Batool, Masoud Rayyani, Mohammad Ali Cheraghi, dan Maasoumeh Mangeli. "Experiences of Iranian Teen Mothers with Parenting Stress: A Qualitative Study." *Comprehensive Child and Adolescent Nursing* 43, no. 3 (2020): 203–16. <https://doi.org/10.1080/24694193.2019.1651420>.
- Winarni, Lastri Mei. "Pengaruh Dukungan Suami dan Bounding Attachment dengan Kondisi Psikologi Ibu Postpartum Di RSUD Kabupaten Tanggerang Tahun 2017." *Ilmiah Bidan* 3, no. 2 (2018).
- Yulia Fitriani Naimah. *Parenting Stres Pada Ibu Rumah Tangga*. Pena Persada Kerta Utama, 2023.
- Yupi Supratini. *Konsep Dasar Keperawatan Anak*. EGC, 2004.

