

## **GAMBARAN PARENTAL STRESS PADA IBU DI KABUPATEN KARAWANG**

**Dinda Aisha<sup>1</sup>, Puspa Rahayu Utami Rahman<sup>2</sup>, Eka Mardia<sup>3</sup>, Kurnia Pratiwi<sup>3</sup>**

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan

[dinda.aisha@ubpkarawang.ac.id](mailto:dinda.aisha@ubpkarawang.ac.id)

### **Abstrak**

Dewasa ini, kekerasan pada anak semakin marak dan salah satu pelakunya orang terdekat, salah satunya adalah orang tua. Bentuk kekerasan dapat berupa kekerasan fisik, verbal, bahkan kekerasan psikologis. Kekerasan pada anak berdampak negatif bagi perkembangan anak serta bersifat jangka panjang. Dampak kekerasan pada anak antara lain anak menjadi tidak optimal, menurunkan prestasi di sekolah, tidak percaya diri, memiliki konsep diri yang buruk bahkan dapat menghambat dirinya untuk berkembang. Salah satu faktor yang memengaruhi orang tua khususnya ibu dalam melakukan kekerasan adalah karena tingginya tingkat *parental stress*. *Parental stress* diartikan sebagai suatu kondisi ketidaknyamanan atau kesulitan dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Biasanya kesulitan ini diakibatkan ketidakmampuan seorang ibu dalam menjalankan perannya sebagai orang tua karena tuntutan yang tinggi dari anak. Dampak yang diakibatkan dari terjadinya *parental stress* adalah orang tua dengan tingkat *parental stress* yang tinggi akan menunjukkan perilaku pengasuhan yang buruk, menggunakan disiplin yang kasar, menghukum secara fisik, kurang terlibat dalam pengasuhan anak dan memandang perannya sebagai orang tua dengan cara yang negatif. Sehingga akan berdampak pada perkembangan anak. Dengan fenomena dan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti gambaran *parental stress* pada ibu khususnya di Kabupaten Karawang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa skala *Parental Stress* yang dikembangkan oleh Berry & Jones (1995). Hasil dari penelitian ini adalah 80% dari total responden memiliki tingkat *parental stress* kategori rendah dan 20% sisanya memiliki tingkat *parental stress* dengan kategori sedang. Tidak ada responden memiliki tingkat *parental stress* dengan kategori tinggi. Jika ditinjau dari status pekerjaan, ibu yang bekerja memiliki kecenderungan memiliki tingkat *parental stress* yang lebih tinggi dibandingkan ibu tidak bekerja

**Kata kunci:** Kekerasan pada anak, *parental stress*, disiplin dalam pengasuhan

### **Abstract**

Nowadays, child abuse is increasingly widespread and one of the perpetrators is the closest person, one of whom is their parent. Forms of violence can be in the form of physical violence, verbal, and even psychological violence. Child abuse has a negative impact on children's development and has long term effect. The impact of child abuse includes children not being optimal, lowering achievement in school, lack of self-confidence, having poor self-concept that may hinder them from optimum development. One of the factors that influence parents, especially mothers, to commit abuse is the high level of parental stress. Parental stress is defined as a condition of discomfort or difficulty in carrying out the role of parent. Usually this difficulty is caused by the inability of a mother to carry out her role as a parent because of high demands and expectation. The impact that results from parental stress is that parents with high levels of parental stress will show bad parenting behavior, use harsh discipline, physically punish, be less involved in parenting and view their role as parents in a negative way. With the phenomena and explanations above, researchers interested to know more about parental stress on mothers, especially in Karawang Regency. This study used a descriptive quantitative method with data collection techniques in the form of the Parental Stress scale developed by Berry & Jones (1995). The results of this study were 80% of the total respondents had a low level of parental stress and the remaining 20%

*had a moderate level of parental stress. None of the respondents had a high level of parental stress. Working mothers tend to have higher levels of parental stress than non-working mothers.*

**Keywords:** *child abuse, parental stress, parental discipline*

## PENDAHULUAN

Pengasuhan merupakan salah satu pekerjaan yang hampir pasti dilalui setiap harinya oleh mayoritas orang tua yang ada di dunia. Menurut Brooks (2011), pengasuhan melibatkan orang tua yang dicirikan sebagai seseorang yang memberikan pengasuhan, perlindungan dan arahan atas kehidupan anak sehingga lebih matang. Pengasuhan melibatkan peran ibu, peran ayah serta keberadaan anak yang akan diasuh. Dengan pengasuhan yang tepat, maka anak akan tumbuh menjadi anak yang sehat baik secara fisik maupun mental. Anak akan tumbuh optimal sesuai dengan kemampuannya dan bebas untuk mendapatkan hak-haknya. Sehingga akan membentuk hubungan yang positif antara orang tua dan anak sampai anak tumbuh dewasa dan cukup matang untuk menjalankan kehidupan secara mandiri. Dengan pengasuhan yang tepat pula, maka orang tua dapat mendampingi anak dalam mencapai kesuksesannya. Hal ini sejalan dengan pendapat Brooks (2011) yang menyatakan bahwa 4 hal penting dari pengasuhan terhadap anak adalah orang tua memberikan perlindungan dari lingkungan yang beresiko, memberikan pengalaman yang akan memengaruhi perkembangan anak sampai mencapai potensinya, serta menjadi sosok yang tidak akan tergantikan bagi kehidupan anak dimana anak dapat bergantung pada sosoknya.

Walaupun terkesan pekerjaan yang dapat dilakukan oleh semua orang, namun pengasuhan memiliki banyak tantangan dan tuntutan karena dilakukan selama 24 jam dan hampir seumur hidup anak. Terutama pada ibu karena mayoritas ibu akan menghabiskan waktu untuk melakukan pengasuhan pada anak lebih lama dibandingkan ayah. Ayah memiliki tanggung jawab lain yaitu mencari nafkah sehingga waktu yang dihabiskan akan lebih banyak di luar rumah. Pengasuhan yang tidak tepat, maka akan berdampak negatif baik bagi orang tua maupun anak. Menurut Berk (2013), kegagalan dalam mengasuh anak akan berdampak pada tidak terbentuknya kelekatan antara orang tua dan anak sehingga anak akan sulit dalam meregulasi emosinya, akan berdampak pada kemampuan empatik, konsep diri, kemampuan sosial bahkan dapat menurunkan motivasi akademiknya. Apabila kegagalan pengasuhan ini terus menerus dan semakin buruk, maka anak berpotensi mengalami masalah adaptasi, kegagalan di sekolah, depresi, perilaku agresif bahkan sampai dapat mengkonsumsi obat-obatan terlarang.

Bahkan banyak kasus yang memperlihatkan kekerasan yang dilakukan oleh orang tua kepada anak. Dari data statistik yang dihimpun oleh Kementerian Perempuan dan Anak pada tahun 2022 menunjukkan bahwa jumlah kasus kekerasan sampai tahun 2022 berjumlah 5,619 kasus yang dilaporkan, mayoritas kasus terjadi pada anak di bawah usia 17 tahun. Untuk provinsi Jawa Barat sendiri, jumlah kasus berjumlah 443 kasus, 266 diantaranya merupakan kasus kekerasan pada anak dan 258 dilakukan dalam rumah tangga yang melibatkan orang tua. Hal ini memperlihatkan bahwa kasus kekerasan pada anak terlihat nyata terjadi di lingkungan kita. Bahkan baru-baru ini terdapat berita nasional yang memperlihatkan seorang ibu yang mencoba untuk melakukan pembunuhan pada 3 anaknya. 1 diantaranya meninggal dunia dan 2 lagi dalam keadaan selamat namun pastinya berdampak traumatis.

Kekerasan pada anak yang dilakukan oleh ibu dapat terjadi karena beberapa kondisi. Salah satunya adalah ibu yang mengalami *parental stress* atau stress pengasuhan. Menurut Hayes (2012), *parental stress* adalah kondisi dimana orang tua mengalami kesulitan dan ketidaknyamanan dari tuntutan yang terkait dengan peran pengasuhan. Hal ini berdampak pada orang tua tidak mampu beradaptasi dalam menjalankan tugasnya sebagai ibu dalam fungsi pengasuhan. Menurut Tahmassian, Anari & Gathabadi (2011), *Parental stress* merupakan konsep yang penting karena merupakan termasuk disfungsi dalam pengasuhan. Disfungsi ini diakibatkan dari stress yang dirasakan oleh orang tua yang diakibatkan dari tuntutan sebagai orang tua. Dampak dari parenting stress adalah seperti berpotensi memunculkan penyakit, hubungan pernikahan yang buruk serta munculnya kekerasan pada anak. Sedangkan menurut Deater-Deckard dalam Lestari (2012), mendefinisikan *parental stress* sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua (Nurussyifa, Brebahama, Kinanthi, 2020).

*Parental stress* dapat dikategorikan menjadi 3 sumber, yang pertama stres yang bersumber dari orang tua, kedua yaitu stres yang bersumber pada anak, dan yang ketiga yaitu stres yang bersumber pada hubungan antara orang tua dan anak. Ketika sumber ini dapat memicu munculnya stress dalam pengasuhan yang mana akan berdampak negatif pada perkembangan anak dan dapat menodai hubungan yang lekat antara orang tua dan anak. *Parental stress* dapat ditinjau dari beberapa aspek dalam kehidupan anak dan orang tua. Mulai dari tingkat pendidikan, usia anak yang diasuh, usia orang tua ketika mengasuh anak, status pekerjaan serta apakah ibu mendapatkan dukungan yang cukup dari suami. Aspek-aspek ini dapat meningkatkan maupun menurunkan tingkat *parental stress* pada ibu. Menurut Fitriani, Gina & Perdhana (2021), *parental stress* dapat dipengaruhi oleh karakteristik ibu seperti kepribadian, usia, inteligensi dan status sosial ekonomi dari ibu. Aspek-aspek ini merupakan aspek unik yang dimiliki oleh setiap ibu namun berdampak pada kondisi stres yang khususnya *parental stress* yang berhubungan dengan anak. Maka dari itu, aspek-aspek ini perlu dipertimbangkan dalam mengaji mengenai tingkat *parental stress*.

Dampak negatif yang dimunculkan ketika orang tua memiliki *parental stress* yang tinggi menurut Fitriani (2021) adalah orang tua mudah marah, mudah melakukan kekerasan yang akan berdampak pada kekerasan pada anak. Jangka panjangnya, kekerasna pada anak juga dapat menimbulkan gangguan-gangguan psikologis pada anak. Gangguan psikologis tentu saja menghambat anak untuk mengoptimalkan kemampuan dan mencapai kebahagiaan dan kesuksesan.

Beberapa penelitian terdahulu juga telah menggambarkan bahayanya *parental stress* yang dialami oleh orang tua. Salah satu penelitian yang menggambarkan *parental stress* pada ibu adalah oleh Fitriani, Gina & Perdhana (2021). Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada perbedaan *parental stress* antara ibu bekerja dan tidak namun ada perbedaan tingkat *parental stress* jika dilihat dari status ekonomi. Semakin tinggi status ekonomi maka semakin tinggi pula tingkat *parental stress* (Fitriani, Gina, Perdhana, 2021). Selain itu, penelitian terkait *parental stress* pada orang tua bekerja yang dilakukan oleh Alisma dan Adri (2021). Hasil dari penelitian ini adalah *parental stress* yang tinggi pada ibu bekerja dimunculkan dari

kesulitan dalam membagi waktu antara bekerja dan membantu anak di rumah (Alisma & Adri, 2021).

## METODE

Di dalam suatu penelitian, butuh ditentukan populasi dari subjek penelitian yang ingin dikaji. Populasi berkaitan dengan seluruh kelompok orang, peristiwa atau benda yang menjadi pusat perhatian penelitian untuk diteliti (Cooper dalam Sudaryono, 2019). Populasi bukan sekedar jumlah, namun seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek di dalam populasi tersebut. Dalam penelitian, dilakukan penarikan sampel dengan tujuan untuk memperoleh informasi tentang populasi. Sehingga butuh ditentukan populasi dengan tepat (Sudaryono, 2019).

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Karawang, mulai dari pengumpulan proposal pada bulan Mei 2022, kemudian pengambilan data mulai bulan Juli sampai September 2022.

### Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak di Kabupaten Karawang. Penelitian ini menggunakan sampel dari populasi ini dengan teknik pengambilan sampel yaitu *convenience sampling*, dimana teknik penarikan sampel ini berdasarkan kemudahan yaitu langsung menghubungi unit-unit penarikan sampel dan didasari oleh pengambilan sampel dengan teknik *quota sampling* atau teknik dengan sampel yang memenuhi kuota. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 100 orang.

### Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini adalah tahap pertama yaitu persiapan dimana peneliti akan melakukan pra penelitian dan mengkaji fenomena yang ingin diteliti. Kemudian peneliti akan mengajukan proposal penelitian. Setelah itu, proposal akan mendapatkan ulasan dari tim. Selanjutnya ketika sudah mendapatkan ulasan, peneliti siap untuk mengambil data penelitian. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan alat bantu Google Form untuk menyebarkan dan pengisian skala penelitian pada target partisipan. Setelah data didapatkan, kemudian dilakukan pengolahan dan analisis. Tahap terakhir adalah penyusunan laporan dan artikel jurnal.

### Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sudaryono (2019), metode pengumpulan data merupakan suatu hal yang penting dalam penelitian karena metode ini merupakan strategi atau cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian. Metode pengumpulan data adalah teknik atau cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Sudaryono, 2019). Teknik pengumpulan data yang digunakan di dalam penelitian ini adalah skala. Skala merupakan suatu teknik atau cara pengumpulan data secara tidak langsung atau peneliti tidak langsung melakukan tanya jawab ke partisipan. Biasanya berisi

sejumlah pertanyaan yang harus dijawab oleh partisipan (Sudaryono, 2019). Pernyataan yang terdapat di dalam skala disusun berdasarkan model skala Likert. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Parental Stress. Skala ini merupakan skala yang dikembangkan oleh Berry & Jones (1995) yang mengukur aspek-aspek positif dan negatif dari pengasuhan. Skala ini mengukur level stres yang dialami oleh orang tua dan melihat aspek positif dan negatif dari pengasuhan. Skala ini terdiri dari 18 item self report yang terdiri dari 2 aspek. Aspek pertama yaitu aspek positif yang terdiri dari keuntungan emosional dan pengembangan diri serta aspek kedua yaitu aspek negatif yang terdiri dari tuntutan dan batasan.

### **Teknik Analisis Data**

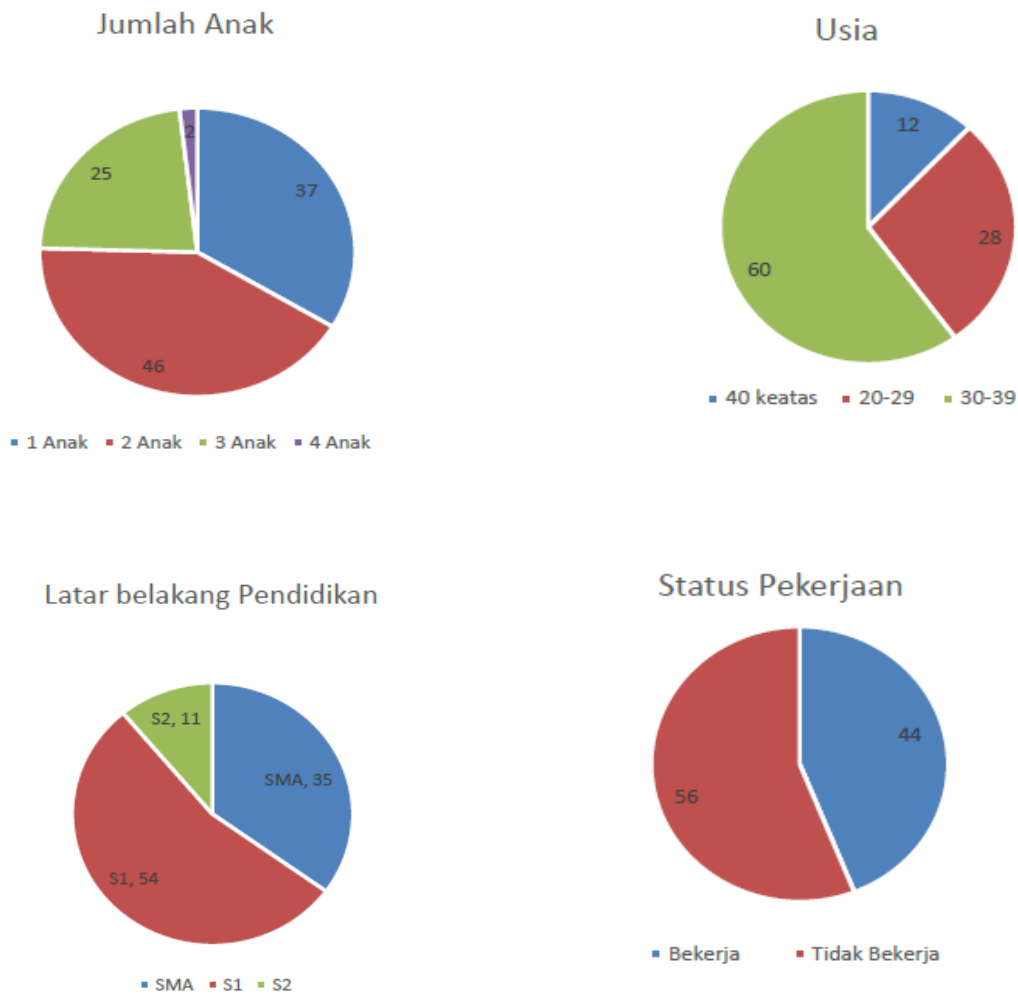
Menurut Sudaryono (2019), teknik analisis data dan matematik memiliki peran yang penting dan sentral dalam proses data kuantitatif. Peneliti kuantitatif mendeskripsikan karakteristik sampel dalam proporsi, persen dan rata-rata serta simpangan baku. Penelitian ini menggunakan statistik deskriptif yaitu statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sudaryono, 2019).

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *parental stress* atau stres pengasuhan pada ibu yang berdomisili di Kabupaten Karawang. Data penelitian didapatkan dari skala *parental stress* yang dikembangkan oleh Berry & Jones (1995) dan diadaptasi oleh peneliti menggunakan bahasa Indonesia. Jumlah butir pada skala ini adalah 18 pernyataan dengan 4 alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Skala ini mengukur *parental stress* menggunakan 2 aspek yaitu aspek positif yang terdiri dari keuntungan emosional dan pengembangan diri, serta aspek negatif yang terdiri dari tuntutan dan batasan. Semakin tinggi skor yang didapat pada skala ini, maka menunjukkan semakin tinggi tingkat *parental stress* seseorang dan juga sebaliknya. Instrumen skala ini diberikan kepada responden yaitu ibu yang memiliki anak dan berdomisili di Karawang melalui *google form*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 100 orang. Analisis dalam penelitian ini dengan cara mengamati hasil data menggunakan teknik persentase dan juga menggunakan uji kategorisasi menggunakan aplikasi SPSS.

Dari data responden yang mengisi dalam penelitian ini terdiri dari 100 wanita yang merupakan ibu memiliki anak dan 100% berstatus menikah. Diagram data demografik responden dapat dilihat pada gambar 4.1 di bawah ini.



Gambar 4.1 Data Demografik Responden

Jika dilihat dari status pekerjaan, 56 responden atau 56% merupakan ibu yang tidak bekerja dan selebihnya 44 atau 44% adalah ibu pekerja. Jika dilihat dari jumlah anak, terdapat 37 responden atau 37% memiliki 1 anak, 46 responden atau 46% memiliki 2 anak, 25 responden atau 25% memiliki 3 orang anak dan 4 responden atau 4% memiliki 4 anak. Jika dilihat dari jenjang pendidikan, terdapat 35 responden atau 35% merupakan lulusan SMA sederajat, 54 responden atau 54% memiliki latar belakang pendidikan S1 (Sarjana), serta 11 responden atau 11% merupakan lulusan S2 (Magister). Jika dilihat dari usia, responden yang berusia antara 20-29 adalah sebanyak 28 responden atau 28%, usia 30-39 yaitu sebanyak 60 responden atau 60% dan usia 40 keatas terdapat 12 responden atau 12%.

Kategorisasi tingkat *parental stress* didapatkan dari hasil perhitungan menggunakan perhitungan *mean*, *range* dan *standard deviasi*.  $X_{min}$  yaitu 18 dan  $X_{maks}$

yaitu 72. Dari data ini didapatkan mean yaitu 45, dengan standard deviasi yaitu 9. Dari hasil perhitungan ini didapatkan rumusan bahwa tingkat *parental stress* tinggi apabila nilai jumlah lebih besar atau sama dengan 54. Tingkat *parental stress* sedang yaitu apabila nilai jumlah lebih kecil dari 54 dan lebih besar atau sama dengan 36. Sedangkan tingkat *parental stress* rendah apabila nilai jumlah lebih kecil dari 36. Dari hasil perhitungan kategorisasi tersebut, didapatkan data bahwa terdapat 80% atau 80 responden memiliki tingkat *parental stress* rendah dan 20% atau 20 responden memiliki tingkat *parental stress* sedang. Tidak ada responden yang mendapatkan nilai dengan tingkat *parental stress* tinggi. Hasil analisa lanjutan dari kategorisasi adalah dengan melihat tingkat presentase tingkat *parental stress* jika ditinjau dari status pekerjaan, usia dan jumlah anak. Jika dilihat dari status pekerjaan, ibu yang tidak bekerja yang memiliki tingkat *parental stress* rendah sebanyak 49 responden atau 88% dan yang memiliki tingkat *parental stress* sedang sebanyak 7 responden atau 12%. Jika ditinjau dari status ibu bekerja, sebanyak 31 responden atau 70% ibu yang bekerja memiliki tingkat *parental stress* rendah dan sebanyak 13 responden atau 30% memiliki tingkat *parental stress* sedang. Jika dilihat dari usia ibu, ibu dengan usia antara 20-29 tahun memiliki tingkat *parental stress* sedang sebanyak 4 responen atau 14% dan tingkat rendah yaitu sebanyak 24 responden atau 86%. Usia ibu antara 30-39, dengan tingkat *parental stress* sedang adalah 15 responden atau 25% dan tingkat rendah yaitu 45 responden atau 75%. Sedangkan responden yang merupakan ibu berusia 40 ke atas adalah dengan tingkat *parental stress* rendah sebanyak 12 responden dan 0 responden yang memiliki tingkat *parental stress* sedang. Jika dilihat dari jumlah anak, responden yang memiliki anak berjumlah 1, memiliki tingkat *parental stress* rendah sebanyak 31 responden atau 84% dan tingkat sedang yaitu 6 responden. Atau 16%. Dengan jumlah 2 anak yaitu memiliki tingkat *parental stress* rendah sebanyak 37 responden atau 80% dan 9 responden dengan tingkat sedang atau 20%. Sedangkan bagi responden dengan 3 anak, memiliki tingkat *parental stress* rendah sebanyak 11 orang atau 73% dan 4 responden memiliki tingkat sedang atau 27%. Sedangkan untuk responden yang memiliki jumlah anak 4 dengan masing-masing tingkat berjumlah 1 responden atau 50%. Rincian data dapat dilihat pada tabel 4.1 di bawah ini.

Tabel 4.1 Rincian Hasil Penelitian

Aspek	Tingkat Parental Stress	
	Rendah	Sedang
Status Pekerjaan		
Bekerja	31	13
Tidak Bekerja	49	7
Usia		
Usia 20-29	24	2
Usia 30-39	45	15
Usia 40 up	12	0
Jumlah Anak		
1	31	6
2	37	9
3	11	4
4	1	1

## DISKUSI

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa 80% responden memiliki tingkat *parental stress* yang rendah dan 20% memiliki tingkat *parental stress* dalam kategori sedang. Dari responden yang mengikuti penelitian, tidak ada yang memiliki tingkat *parental stress* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa 80% responden memiliki kategori tingkat *parental stress* yang rendah sehingga dapat diartikan mereka dalam mengasuh anak memberikan kesempatan untuk pengembangan diri dan mendapatkan keuntungan emosional dibandingkan mendapatkan tuntutan dan batasan. Para ibu yang menjadi responden tetap dapat menikmati perannya sebagai orang tua khususnya ibu dan mampu mengendalikan dirinya selama menjalankan peran sebagai orang tua.

Namun hampir sebagian besar responden setuju mengakui bahwa dalam mengasuh anak, membutuhkan waktu dan energi lebih. Mereka juga terkadang khawatir apakah sudah melakukan cukup baik dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Tapi sebagian besar responden juga mengakui dan setuju bahwa anak merupakan sumber kasih sayang yang penting serta dengan memiliki anak, memberikan mereka pandangan yang jelas dan optimis terkait masa depan. Sebagian besar responden juga merasa puas dan menilai anak mereka menyenangkan.

Jika dilihat lebih dalam terlihat bahwa ibu yang bekerja memang memiliki presentase yang lebih tinggi memiliki tingkat *parental stress* sedang. Jika dilihat dari data hasil di atas, 12% ibu yang tidak bekerja memiliki tingkat *parental stress* sedang dan 30% dari ibu yang bekerja memiliki tingkat *parental stress* sedang. Dari hasil ini menunjukkan bahwa ibu yang bekerja memiliki kecenderungan memiliki tingkat *parental stress* yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Namun jika dilihat dari penelitian ini, perbedaannya tidak terlalu signifikan.

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian ini adalah 80% dari total responden memiliki tingkat *parental stress* kategori rendah dan 20% sisanya memiliki tingkat *parental stress* dengan kategori sedang. Tidak ada responden memiliki tingkat *parental stress* dengan kategori tinggi. Jika ditinjau dari status pekerjaan, ibu yang bekerja memiliki kecenderungan memiliki tingkat *parental stress* yang lebih tinggi dibandingkan ibu tidak bekerja. Jika ditinjau dari usia, ibu berusia 30-39 tahun juga cenderung memiliki tingkat *parental stress* yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang berusia 20-29 tahun atau 40 tahun ke atas. Jika dilihat dari jumlah anak, ibu yang memiliki anak lebih dari 2 juga memiliki kecenderungan tingkat *parental stress* yang lebih tinggi dibandingkan yang memiliki anak 1 atau 2.

Saran yang dapat diberikan peneliti untuk penelitian selanjutnya adalah dengan melakukan penelitian lanjutan khususnya mengetahui faktor apa saja yang dapat memengaruhi *parental stress* pada ibu di Karawang. Dengan mengetahui faktor-faktor ini, sehingga dapat dijadikan bahan untuk melakukan sosialisasi bagi para ibu guna



meningkatkan kesejahteraan ibu dalam mengasuh anak. Hal ini guna mengurangi tingkat kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua. Selain itu, untuk peneliti selanjutnya, juga dapat mencoba menggunakan skala dalam pengukuran parental stress lain sehingga lebih dapat menggali stres dalam pengasuhan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, D.; Sumintardja, E.; Abdurachman, M. (2019). *Parenting Stress dan Parenting Alliance* pada Ibu yang Menjadi Warga Binaan Pemasyarakatan. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi*: 161-166.
- Brooks, J. (2011). *The Process of Parenting*. United States: McGraw Hills Hayes, S. A. & Watson, S. L. (2013). *The impact of parenting stress: a meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder*. *J Autism Dev Disord*, 43, 629-642. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22790429/>
- Davis, M., Eshelman, E.R & McKay, M. (2008). *The Relaxation & Stress Reduction Workbook 6<sup>th</sup> Edition*. Oakland: New Harbinger Publications, Inc
- Fitriani Y.; Gina, F.; Perdhana, T. (2021). Gambaran *Parenting Stress* pada Ibu ditinjau dari Status Pekerjaan dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan. *Jurnal Psikologi Psikostudia*. 98-107
- Hooley J; Butcher J.; Nock, M. (2017). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika
- Laura, Berk (2013). *Child Development. Canada: Pearson*
- Lestari, S. (2018). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga (5th ed.)*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Sudaryono, Dr. (2019). *Metodologi Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Mix Method*. Edisi Kedua. Depok: PT RajaGrafindo Persada